

Avaliação da qualidade de vida de mulheres mastectomizadas inseridas em um programa de fisioterapia aquática.

Introdução: A terapia aquática é um recurso fisioterapêutico que utiliza os efeitos físicos, fisiológicos e cinesiológicos, advindos da imersão do corpo em piscina aquecida, como recurso auxiliar da reabilitação ou prevenção de alterações funcionais. **Objetivos:** Verificar o efeito de um programa de exercícios físicos aquáticos nos desconfortos músculo esqueléticos no pós-operatório de câncer de mama. **Métodos:** Este trabalho faz parte do projeto de extensão “Avaliação da qualidade de vida de mulheres mastectomizadas inseridas em um programa de fisioterapia aquática” aprovado pelo Comitê de ética e pesquisa, protocolo n.256/2008. Foi realizada entrevista utilizando ficha de avaliação contendo dados sociodemográficos, anamnese, exame físico (inspeção e palpação), aplicação do questionário de qualidade de vida (SF-36), estresse, ansiedade e depressão. O programa de exercícios físicos aquáticos é realizado em piscina coberta e aquecida, com temperatura entre 28°C e 34°C, duas vezes por semana com uma hora de duração. Consiste de alongamentos, aquecimento, exercícios ativos e resistidos, pompagens, mobilizações articulares, massagem, soltura muscular e relaxamento. O projeto acontece no Centro de Estudo e Atendimento em Fisioterapia e Reabilitação da FCT – UNESP. **Resultados:** Participaram 35 pacientes com média de idade de 57,6 anos, em 80,7% das participantes houve aumento de amplitude de movimento (ADM) de flexão, abdução e adução e em 60,4% aumento da extensão do ombro homolateral a cirurgia, em 100% das participantes foi observado diminuição de dores musculares, principalmente nos músculos esternocleidomastóideo, trapézio, rombóides, escalenos e peitorais. Com relação à qualidade de vida (QV) as melhores pontuações foram observadas na Capacidade funcional (80,7%), Limitação por aspectos físicos (75%), Vitalidade (75%) e Dor (67,1%). Desta forma podemos concluir que as pacientes tiveram boa evolução, tendo melhora nos sinais e sintomas relatados e investigados anteriormente.