

## AÇÕES NA COMUNIDADE: AÇÕES NA REDE VIDERENSE DE COMBATE AO CÂNCER

Ana Paula Scherer de Brum; Gabrielly Perin

### RESUMO

O linfedema, uma complicação comum em pacientes oncológicos, caracteriza-se pelo acúmulo crônico de fluido linfático nos tecidos, frequentemente associado a cirurgias ou radioterapia que comprometem a drenagem linfática. Este projeto relata as ações desenvolvidas pelos estudantes do curso de Fisioterapia aos frequentadores da Rede Viderense de Combate ao Câncer. As atividades incluíram palestras sobre a conscientização sobre prevenção e manejo, distribuição de materiais educativos e oferta de exercícios específicos. Os resultados das ações demonstraram impacto positivo na disseminação do conhecimento sobre o linfedema, promovendo o empoderamento dos pacientes e a sensibilização da comunidade para a importância de um acompanhamento integrado no contexto do câncer.

A Rede Viderense de Combate ao Câncer tem promovido ações educativas e práticas para abordar o linfedema, uma condição crônica que pode surgir como consequência de tratamentos oncológicos, especialmente após cirurgias ou radioterapias que envolvem a remoção de linfonodos.

O linfedema é uma condição crônica e progressiva caracterizada pelo acúmulo anormal de fluido linfático nos tecidos, resultando em inchaço,

geralmente nos braços ou pernas. Essa complicação ocorre devido a alterações no sistema linfático, que podem ser provocadas por doenças ou intervenções médicas, como cirurgias e tratamentos oncológicos.

No contexto do câncer, o linfedema é uma das complicações mais comuns e desafiadoras, especialmente em pacientes submetidos à remoção de linfonodos ou radioterapia em regiões linfáticas. Embora seja mais frequentemente associado a tipos de câncer como o de mama, melanoma, ginecológicos e de cabeça e pescoço, qualquer intervenção que comprometa a drenagem linfática pode aumentar o risco de seu desenvolvimento.

Além de impactar fisicamente o paciente, o linfedema pode gerar efeitos emocionais e sociais significativos, afetando a qualidade de vida e demandando cuidados contínuos. Por isso, a conscientização sobre sua prevenção, diagnóstico precoce e manejo adequado é fundamental no acompanhamento oncológico.

Reconhecendo a importância de abordar essa condição, a segunda fase do curso de Fisioterapia da Unoesc campus Videira, sob coordenação das professoras Ana Paula Scherer de Brum e Gabrielly Perin, desenvolveram o projeto de extensão intitulado "Ações na Comunidade: AÇÕES NA REDE VIDERENSE DE COMBATE AO CÂNCER: Esclarecendo o LINFEDEMA. Esse projeto teve como objetivo promover a conscientização sobre o linfedema, voltadas para a comunidade que frequenta a Rede Videresense de Combate ao Câncer, explicando o que é o linfedema, como preveni-lo e a importância do diagnóstico precoce e relevância de exercícios fisioterapêuticos, além de contribuir para formação prática para estudantes.

Esse projeto não apenas beneficia os pacientes oncológicos ao melhorar sua qualidade de vida, mas também capacita os futuros fisioterapeutas para lidar com uma condição relevante e muitas vezes negligenciada no cuidado integral à saúde. Com isso, a iniciativa se destaca como um exemplo de integração entre ensino, pesquisa e comunidade. até 13000 caracteres

Imagens relacionadas

Foto 01: Atividade 01



Fonte: As autoras (2024)

Foto 02: Atividade 02



Fonte: As autoras (2024)

Foto 03: Público da Rede Viderense



Fonte: As autoras (2024)

Foto 04: Título da palestra



Fonte: As autoras (2024)

Foto 05: Exercícios trabalhados

### EXERCÍCIOS

É crucial realizar esses exercícios sob orientação de um fisioterapeuta especializado, que pode adaptar os movimentos a condições específicas

- Exercícios de Respiração Profunda
- Elevação de Braços
- Flexão e Extensão de Cotovelos
- Exercícios de Ombros
- Exercícios para Pernas (em casos de linfedema nas pernas)
- Flexão e extensão dos tornozelos
- Exercícios de Alongamento
- Movimentos Suaves das Mãos e Dedos



Fonte: As autoras (2024)

Foto 06: Material apresentado

### DIAGNOSTICO

- O diagnóstico de linfedema é feito com base na história clínica e exame físico do paciente, mas em alguns casos podem ser necessários exames complementares
- Exames solicitados: Linfocintilografia, Tomografia computadorizada (TC), Ressonância magnética (RM) e Ultrassonografia.

### PREVENÇÃO

- Manter a pele limpa e hidratada para evitar infecções
- Evitar cortes, arranhões e queimaduras
- Evitar banhos quentes, saunas e banheiras de hidromassagem
- Evitar roupas, acessórios ou cintas que possam comprimir o fluxo linfático
- Praticar atividade física regularmente
- Seguir as orientações pós-operatórias

Fonte: As autoras (2024)