



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA
HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA
RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL EM ATENÇÃO BÁSICA

Efeitos da dançaterapia em mulheres com câncer de mama em tratamento com radioterapia : uma revisão narrativa da literatura

Nathália da Fonseca Paulino

**Residente de Fisioterapia na Atenção à Saúde Oncológica no Hospital
Universitário de Brasília (HUB)**

Orientadora: Liana Barbaresco Gomide Matheus

Resumo

Objetivo: O presente estudo teve como objetivo realizar uma revisão narrativa sobre os efeitos da dançaterapia em pacientes com câncer de mama durante e/ou após a radioterapia. **Métodos:** A revisão foi realizada entre os meses de setembro e novembro de 2022, por meio de buscas nas bases de dados Pubmed, SciELO, Cochrane Library e Google Acadêmico com a estratégia de busca dos descritores obtidos no *Medical Subject Headings (MESH) of the National Library of Medicine*. **Resultados:** Foram encontrados 3.966 artigos nas quatro bases de dados pesquisadas, sendo selecionados 3 artigos para análise. **Conclusão:** Os resultados apresentados nos estudos demonstram que a dançaterapia é uma forma de tratamento alternativo e complementar que auxilia na melhora das condições físicas e mentais das pacientes com câncer de mama submetidas ao tratamento da radioterapia.

Palavras chaves: Dançaterapia, Câncer de mama, Radioterapia, Fisioterapia.

Abstract

Objective: The present study aimed to carry out a narrative review on the effects of dance therapy or movement therapy on symptoms presented in patients with breast cancer during and/or after radiotherapy. **Methods:** The review was carried out between September and November 2022, through searches in the Pubmed, SciELO, Cochrane Library and Google Scholar databases with the search strategy of the descriptors obtained in the Medical Subject Headings (MESH) of the National Library of Medicine. **Results:** 3,966 articles were found in the four searched databases and three articles were selected for analysis. **Conclusion:** The results presented demonstrate that dance therapy is an alternative and complementary form of treatment that helps to improve the physical and mental conditions of patients with breast cancer undergoing radiotherapy treatment.

Keywords: Dance therapy, Breast cancer, Radiotherapy, Physiotherapy.

INTRODUÇÃO

O câncer de mama é a neoplasia maligna mais comum diagnosticada em mulheres em todo mundo ^(1,2). O tratamento conservador na abordagem do câncer de mama tem se desenvolvido ao longo do tempo, sendo que, no estágio inicial, o tratamento mais utilizado é a cirurgia conservadora seguida de radioterapia (RT) adjuvante ^(3,4). A RT é imprescindível para redução do risco de recidiva loco-regional em pacientes com câncer de mama ^(4,5). No entanto, vários sintomas e efeitos adversos podem ser manifestados durante ou após a RT. Dentre os sintomas descritos na literatura estão a fadiga, os distúrbios do sono, a dor, o sofrimento psicológico e alterações na pele, como dermatite aguda por radiação ^(6,7), que podem acarretar aumento do estresse e diminuição da qualidade de vida. Existem evidências de que o uso de intervenções não farmacológicas pode reduzir os sintomas decorrentes do tratamento radioterápico em pacientes com câncer. Rainbow e colaboradores, em 2016, relataram que o uso de movimentos físicos realizados durante o tratamento radioterápico acarretou alívio da dor e reduziu a fadiga, melhorando a qualidade de vida das pacientes ⁽⁸⁾. Nesse sentido, a implementação de exercícios físicos, por meio da dança, poderia ser uma forma de exercício interessante para possibilitar melhor adesão ao tratamento ⁽⁹⁾.

A dança/terapia de movimento (DTM) é definida pela *American Dance Therapy Association* (ADTA) como o uso psicoterapêutico do movimento para promover a integração emocional, social, cognitiva e física do indivíduo, tendo como objetivo melhorar a saúde e o bem-estar ⁽¹⁰⁾. A *European Association Dance Movement Therapy* (EADMT) adiciona em sua definição a integração espiritual ⁽¹¹⁾. Assim, a dança pode influenciar positivamente em vários aspectos, como aceitação e compreensão com o tratamento, sintomas físicos e emocionais, resultando em melhora da saúde ⁽⁸⁾.

Diante disso, o objetivo desta revisão narrativa é avaliar os efeitos da dançaterapia (ou terapia do movimento) em pacientes com câncer de mama durante e/ou após a radioterapia.

METODOLOGIA

A pesquisa foi realizada entre os meses de setembro e novembro de 2022, por meio de buscas nas bases de dados Pubmed, SciELO, Cochrane Library e Google Acadêmico com a estratégia de busca dos descritores obtidos no Medical Subject Headings (MESH) of the National Library of Medicine com a combinação de palavras-chave e os seguintes operadores booleanos: ((Dance therapy or Therapy or Dance or Dance Therapies or Therapies or Dance or dance movement therapy) AND (Breast cancer or Breast Neoplasm or Neoplasm or Breast or Neoplasms or Breast or Breast Tumors)) AND (Radiotherapies or Radiation Therapy or Radiation Therapies or Therapies, Radiation or Therapy or Radiation).

Foram utilizados como critérios de inclusão estudos realizados em câncer de mama e estudos que abordassem o uso da dançaterapia em pacientes submetidas ao tratamento radioterápico. Os critérios de exclusão foram estudos com envolvimento de pacientes com outros tipos de câncer e estudos disponibilizados em língua diferente do português e inglês.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram encontrados 3.966 artigos nas quatro bases de dados pesquisadas. Após a leitura do título e resumo, foram selecionados 16 artigos que foram lidos na íntegra. Destes, permaneceram no estudo 3 artigos para análise, conforme demonstrado na Figura 1.

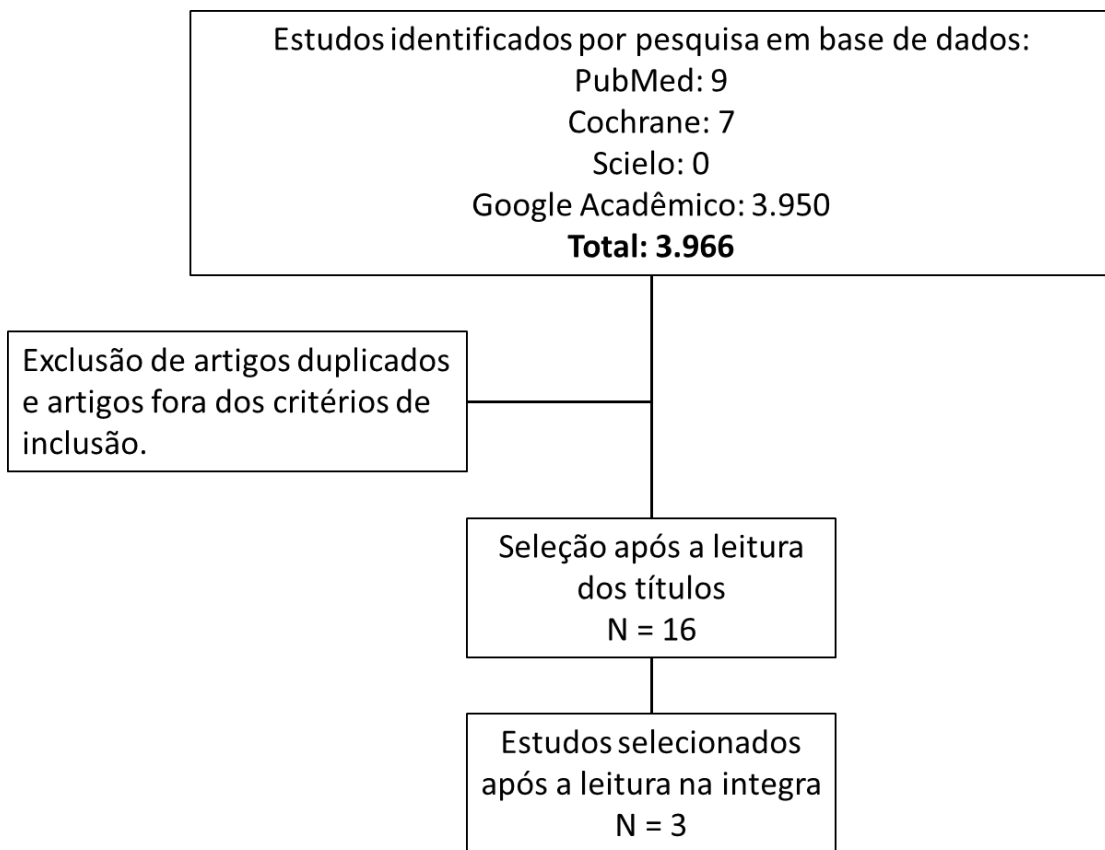


Figura 1

Tabela 1 – Artigos sobre Dançaterapia realizada em pacientes com câncer de mama em tratamento com radioterapia e/ou após

Autor/Ano	Métodos	Resultados	Conclusão
Ho et al. (2016a)	<p>Ensaio clínico controlado randomizado. 104 participantes.</p> <p>Protocolo: seis sessões, duas vezes por semana e cada sessão com duração de 90 minutos.</p> <p>Dados qualitativos foram coletados após as participantes responderem duas perguntas de forma livre ao final do tratamento com a dançaterapia</p> <p>“Você achou a aula de dançaterapia do movimento útil para você ou não? Se sim, em quais aspectos?”</p> <p>“A aula de dança terapia do movimento foi útil</p>	Cinco categorias tiveram benefícios com a dançaterapia.	A experiência com dançaterapia aparentemente ajuda mulheres com câncer de mama em radioterapia.

	durante o seu tratamento de radioterapia? Se sim, em quais aspectos?”		
Vardhan et al. (2022)	<p>Estudo de intervenção com amostragem aleatória simples. 30 participantes.</p> <p>Protocolo de tratamento estabelecido: Sessões de 45 minutos, divididas em 3 etapas: 5 minutos de aquecimento com exercícios de respiração e movimentos de boas-vindas aos participantes da aula; 30 minutos na etapa de desenvolvimento, a qual desafiava os pacientes a realizarem movimentos e a etapa de</p>	A dança-terapia parece ser eficaz na redução da fadiga, apesar de não prolongar os efeitos.	A dança-terapia parece ser eficaz na redução da fadiga relacionada ao câncer em pacientes com câncer de mama em radioterapia.

	relaxamento, durante 10 minutos.		
Ho et al. (2016b)	<p>Ensaio clínico controlado simples-cego.</p> <p>69 participantes</p> <p>Protocolo de tratamento estabelecido: 1.5 horas de dançaterapia, duas vezes por semana, durante três semanas consecutivas.</p> <p>Realizados: alongamentos, exercícios de relaxamento, jogos de movimento, movimentos rítmicos do corpo para exercitar as extremidades, danças improvisadas e movimentos para explorar emoções positivas.</p>	<p>A dançaterapia mostrou efeitos significativos em conter o sofrimento antecipado na percepção do estresse, intensidade da dor e interferência da dor.</p> <p>Não foram encontrados efeitos significativos na ansiedade, depressão, fadiga, distúrbios do sono e qualidade de vida.</p>	<p>O programa de dançaterapia de curto prazo pode conter o agravamento do estresse e da dor em mulheres com câncer de mama durante a radioterapia.</p>

1- Ho e colaboradores⁽¹²⁾

Rainbow T. H. Ho e colaboradores, em 2016a, desenvolveram um estudo com a população de dois hospitais em Hong Kong e buscaram trazer uma maior percepção dos resultados encontrados em um estudo prévio, o qual avaliaram fadiga e dor em pacientes que receberam dançaterapia durante o tratamento radioterápico. Diante disso, o objetivo desse estudo foi explorar qualitativamente os benefícios da dançaterapia e como as intervenções foram capazes ou não de auxiliar os pacientes durante o curso da radioterapia. O estudo dividiu os pacientes em dois grupos: pacientes em radioterapia e pacientes após radioterapia.

O protocolo de tratamento estabelecido foi de seis sessões, duas vezes por semana e cada sessão com duração de 90 minutos. Cada sessão seguiu um protocolo de boas-vindas e aquecimento, em seguida movimentos corporais leves, danças em grupo e jogos de movimento. Em sequência, improvisação com temas positivos, interação em grupos e compartilhamento de experiências em movimentos. Por fim, realizavam exercícios de relaxamento e alongamentos leves. Após cada aula, os participantes respondiam duas perguntas e dessas duas perguntas os pesquisadores encontraram cinco categorias principais que ambos grupos relataram após as sessões de dançaterapia: 1- lidando com o câncer, tratamentos e sintomas físicos; 2- bem estar mental e conexões internas; 3- funcionamento total; 4- retorno a uma vida normal e melhor; 5- compartilhamento de experiências positivas. Dentre esses temas, o grupo que os pacientes em radioterapia mais relataram era o: 1- lidando com o câncer, tratamentos e sintomas físicos; 2- bem estar mental e conexões internas. As demais categorias não apresentaram diferença estatística significativa.

Como conclusão os autores trouxeram que a experiência com a dançaterapia aparentemente ajuda mulheres com câncer de mama em radioterapia.

2- Vardhan e colaboradores⁽¹³⁾

Vardhan e colaboradores, em 2022, desenvolveram um estudo na Índia, no qual teve como objetivo identificar os efeitos da dançaterapia no câncer de mama em pacientes com fadiga relacionada ao câncer, que é um efeito colateral comum da radioterapia.

O protocolo de tratamento estabelecido pelos autores foi de sessões de 45 minutos, divididas em 3 etapas: 5 minutos de aquecimento com exercícios de respiração e movimentos de boas-vindas aos participantes da aula. Aproximadamente 30 minutos na etapa de desenvolvimento, a qual desafiava os pacientes a realizarem movimentos e a etapa de relaxamento, durante 10 minutos, onde os pacientes sentavam em círculo, segurando as mãos e fazendo exercícios de respiração profunda seguida de meditação ou silêncio. Ao final de cada sessão cada paciente compartilhava os sentimentos durante a sessão. As sessões aconteciam cinco vezes por semana, durante duas semanas. O estudo demonstrou que a dançaterapia trouxe benefícios na redução da fadiga relacionada ao câncer e reduziu em alguns níveis a pontuação no Brief Fatigue Inventory (BFI).

Os autores concluíram que a dançaterapia aparenta ser efetiva na redução da fadiga relacionada ao câncer em pacientes realizando radioterapia para tratamento do câncer de mama. A intervenção de cinco dias na semana, durante duas semanas mostrou que a dançaterapia pode reduzir os efeitos na radioterapia como a dor, estresse, ansiedade e medo, dando um alívio psicoterapêutico, entretanto, não reduziu por completo a fadiga persistente que os pacientes em radioterapia enfrentam.

3- Ho e colaboradores⁽⁸⁾

Rainbow T.H e colaboradores, em 2016b, realizaram um estudo na China, no qual buscaram avaliar as alterações dos sintomas de fadiga, ansiedade, depressão, dor, estresses e distúrbios do sono em pacientes realizando radioterapia para o tratamento de câncer de mama, utilizando como forma de tratamento alternativo a dançaterapia. Hipotetizaram que pacientes do grupo da dançaterapia teriam uma melhora nos sintomas enquanto os pacientes do grupo controle não.

O protocolo de tratamento estabelecido foi de 1.5 horas de dançaterapia, realizada duas vezes por semana, durante três semanas consecutivas. O programa foi desenvolvido com o intuito de atender as necessidades dos pacientes, incluindo alongamentos, exercícios de relaxamento, jogos de movimento, movimentos rítmicos do corpo para exercitar as extremidades, danças improvisadas e movimentos para explorar emoções positivas. Todos os exercícios foram realizados tanto individualmente como em grupo.

Como resultado, os pacientes que participaram do grupo da dançaterapia tiveram uma melhora significativa nos sintomas de sofrimento antecipado na percepção do estresse, intensidade da dor e interferência da dor, e não obtiveram melhora na ansiedade, depressão, gravidade e interferência da fadiga, distúrbios do sono e qualidade de vida. No grupo controle, os participantes apresentaram uma discreta piora na depressão, fadiga e na qualidade de vida, entretanto, tiveram uma melhora na percepção do estresse, na dor e no distúrbio do sono. Os desfechos foram avaliados por meio das escalas: Perceived Stress Scale, Hospital Anxiety and Depression Scale, Brief Pain Inventory, Brief Fatigue Inventory, Functional Assessment of Cancer Therapy – Breast scale e Pittsburgh Sleep Quality Index.

DISCUSSÃO

A dançaterapia tem sido estudada em diversos pacientes ao longo da história. Em 1940, países no oriente desenvolveram os primeiros conceitos da dançaterapia ⁽¹⁴⁾. Em 1966, nos Estados Unidos da América, formou-se a American Dance Therapy Association (ADTA), o qual passou a ser uma referência e suporte para os profissionais ⁽¹⁰⁾. Na Europa, em 1994, ocorreu a primeira conferência internacional de dançaterapia na qual buscaram desenvolver um padrão de profissionais e programas de treinamento e, em 1996, a European Association of Dance Movement Therapy (EADMT) foi fundada ⁽¹¹⁾.

Com o passar dos anos, pesquisadores observaram que a dança também poderia ser utilizada em pacientes oncológicos, tendo em vista que esses pacientes apresentam alto grau de estresse, sofrimento emocional, físico e social ⁽¹⁵⁾ durante o tratamento, além de depressão, fadiga, dor crônica e distúrbios do sono ^(6,7).

Além da melhora na qualidade de vida de pacientes com câncer de mama ^(8,16), a dançaterapia pode auxiliar os pacientes na aceitação, reconhecimento e reconexão com seus corpos, permitindo melhor enfrentamento dos sentimentos de medo e depressão ⁽¹⁷⁾. Estudos demonstraram que a DMT mostrou-se eficaz para ser utilizada como uma forma de complemento de intervenção no apoio social, diminuição da fadiga e estresse, além de aumentar a mobilidade e melhorar o bem-estar em pacientes com câncer ⁽¹⁸⁾.

A dor é um sintoma recorrente nos pacientes que estão realizando radioterapia. Ho et al. (2016a) encontrou uma discreta melhora na dor nos pacientes do grupo tratado com a dançaterapia em comparação com o grupo controle ⁽⁸⁾. Resultados semelhantes foram encontrados nos pacientes dos trabalhos realizados por Vardhan et al. (2022) e Ho et al. (2016b) ^(12,13). Ho et al. (2016a) e Ho et al. (2016b) trouxeram como explicação da melhora da dor em seus estudos, partindo da premissa que os movimentos do corpo com a dança terapia de movimento poderia melhorar tensão muscular, bem como a amplitude de movimento e função do ombro. Além de, contribuir para desviar o foco da dor e direcionar para o foco interno para controlar e aliviar o sintoma ^(8,12). Essa explicação pode-se ser demonstrada a partir do relato de uma das participantes do estudo de Ho et al. (2016) que relatou: “Durante o tratamento com radiação, partes do meu corpo e meus membros estão doloridos e tensos. Mas através dança e música, percebo que eles podem se mover livremente.”⁽¹²⁾. Em ambos os estudos a dor foi mensurada por meio do Brief Pain Inventory (BPI).

A fadiga é um sintoma persistente mesmo após o término da radioterapia. No trabalho de Vardhan et al. (2022) os pacientes relataram uma discreta melhora na fadiga, entretanto essa não foi duradoura, ao final do tratamento com a dançaterapia o sintoma de fadiga retornou ⁽¹³⁾. Esse resultado corrobora com os resultados do estudo de Sturm Isrid et al. (2014) que encontraram uma redução de 36% na fadiga relacionada ao câncer ⁽¹⁹⁾. Em contrapartida, Ho et al. (2016b) observaram uma discreta melhora no sintoma de fadiga ⁽⁸⁾, mas não tiveram uma diferença significativa em comparação com o grupo controle. No estudo a fadiga foi mensurada por meio do Brief Fatigue Inventory (BFI).

Mesmo com uma vasta quantidade de estudos realizados com vários tipos de danças, a dançaterapia para pacientes em tratamento de câncer de mama em tratamento de radioterapia é um assunto ainda pouco abordado na literatura. Os poucos estudos existentes apresentaram limitações na pesquisa, como os estudos de Ho et al. (2016b) e Vardhan et al. (2022) que relataram viés de amostra, tendo em vista que os participantes eram pacientes ambulatoriais e não foram incluídos pacientes com dificuldades de mobilidade, fadiga severa, dor, falta de motivação ou energia ^(8,13). Outra limitação encontrada foi o curto período de tempo que a dançaterapia foi aplicada ⁽¹³⁾. O artigo de Ho et al, de 2016a, não relatou limitações no

trabalho ⁽¹²⁾, no entanto é possível identificar as mesmas limitações dos outros estudos.

Outro fator relevante para a disparidade nos resultados é a ausência de um protocolo padrão. Os estudos realizam protocolos diferentes, com periodicidade diferente, seja em grupo ou individual. Isso, associado com a disparidade das amostras e com as limitações apresentadas pelos estudos limita a extrapolação dos resultados para outros pacientes.

CONCLUSÃO

A dançaterapia é uma forma de tratamento alternativo que tem sido utilizada para contribuir na melhora das condições físicas e mentais de pacientes com câncer de mama. Os resultados apresentados nesta revisão demonstram que a dançaterapia pode contribuir na melhora ou redução da percepção do estresse, ansiedade, medo, fadiga, dor, reconexões internas, além de melhora da funcionalidade total, retorno das atividades de vida diária e melhora da qualidade de vida de pacientes submetidas à radioterapia. Mais estudos de dançaterapia em pacientes oncológicos devem ser realizados, com protocolos estruturados, a fim de confirmar esses achados.

REFERÊNCIAS

1. Lipsett A, Barrett S, Haruna F, Mustian K, O'Donovan A. The impact of exercise during adjuvant radiotherapy for breast cancer on fatigue and quality of life: A systematic review and meta-analysis. *Breast* [Internet]. 2017;32:144–55. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.breast.2017.02.002>
2. Bray F, Ferlay J, Soerjomataram I, Siegel RL, Torre LA, Jemal A. Global cancer statistics 2018: GLOBOCAN estimates of incidence and mortality worldwide for 36 cancers in 185 countries. *CA Cancer J Clin*. 2018;68(6):394–424.
3. Sedlmayer F, Sautter-Bihl ML, Budach W, Dunst J, Fastner G, Feyer P, et al. DEGRO practical guidelines: Radiotherapy of breast cancer I: Radiotherapy following breast conserving therapy for invasive breast cancer. *Strahlentherapie und Onkol*. 2013;189(10):825–33.
4. Fisher CM, Rabinovitch R. Frontiers in radiotherapy for early-stage invasive breast cancer. *J Clin Oncol*. 2014;32(26):2894–901.
5. Ho RTH, Fong TCT, Yip PSF. Perceived stress moderates the effects of a randomized trial of dance movement therapy on diurnal cortisol slopes in breast cancer patients. *Psychoneuroendocrinology* [Internet]. 2018;87(October 2017):119–26. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.psyneuen.2017.10.012>
6. Noal S, Levy C, Hardouin A, Rieux C, Heutte N, Ségura C, et al. One-year longitudinal study of fatigue, cognitive functions, and quality of life after adjuvant radiotherapy for breast cancer. *Int J Radiat Oncol Biol Phys*. 2011;81(3):795–803.
7. Sjövall K, Strömbeck G, Löfgren A, Bendahl PO, Gunnars B. Adjuvant radiotherapy of women with breast cancer - Information, support and side-effects. *Eur J Oncol Nurs*. 2010;14(2):147–53.
8. Ho RTH, Fong TCT, Cheung IKM, Yip PSF, Luk MY. Effects of a Short-Term Dance Movement Therapy Program on Symptoms and Stress in Patients with Breast Cancer Undergoing Radiotherapy: A Randomized, Controlled, Single-Blind Trial. *J Pain Symptom Manage* [Internet]. 2016;51(5):824–31. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2015.12.332>
9. Kaltsatou A, Mameletzi D, Douka S. Physical and psychological benefits of a 24-week traditional dance program in breast cancer survivors. *J Bodyw Mov Ther* [Internet]. 2011;15(2):162–7. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jbmt.2010.03.002>
10. American Dance Therapy Association. About dance/movement therapy. [Internet].

2009. Available from: <https://adta.memberclicks.net/what-is-dancemovement-therapy>
11. EADMT European Association, "Dance movement therapy," [Internet]. 2018. Available from: <https://eadmt.com/what-is-dance-movement-therapy-dmt>
 12. Ho RTH, Lo PHY, Luk MY. A good time to dance? A mixed-methods approach of the effects of dance movement therapy for breast cancer patients during and after radiotherapy. *Cancer Nurs.* 2016;39(1):32–41.
 13. Vardhan V, Goyal C, Chaudhari J, Jain V, Kulkarni CA, Jain M. Effect of Dance Movement Therapy on Cancer-Related Fatigue in Breast Cancer Patients Undergoing Radiation Therapy: A Pre-post Intervention Study. *Cureus.* 2022;14(1):1–7.
 14. Wethered AG. The History of Dance Therapy in England. *Ment Heal* [Internet]. 1963;22(2):68–9. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28908512><https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5083348/>
 15. Bradt J, Shim M, Sw G. outcomes in cancer patients (Review). 2015;
 16. Sandel SL, Judge JO, Landry N, Faria L, Ouellette R, Majczak M. Dance and movement program improves quality-of-life measures in breast cancer survivors. *Cancer Nurs.* 2005;28(4):301–9.
 17. Dibbell-Hope S. The use of dance/movement therapy in psychological adaptation to breast cancer. *Arts Psychother.* 2000;27(1):51–68.
 18. Fatkulina N, Hendrixson V, Rauckiene-Michealsson A, Kievisiene J, Razbadauskas A, Agostinis Sobrinho C. Dance/Movement Therapy as an Intervention in Breast Cancer Patients: A Systematic Review. *Evidence-based Complement Altern Med.* 2021;2021.
 19. Sturm I, Baak J, Storek B, Traore A, Thuss-Patience P. Effect of dance on cancer-related fatigue and quality of life. *Support Care Cancer.* 2014;22(8):2241–9.