

mundo, predominantemente mulheres. A partir de perspectivas em saúde cada vez mais holísticas e integrativas, poder-se-á usar o FEG como indicador precoce para doenças cardiovasculares e metabólicas. As terapias eficazes podem ser chaves no diagnóstico dos principais sistemas disfuncionantes envolvidos. Muitos métodos são utilizados no seu tratamento, entre os quais se incluem a drenagem linfática manual (DLM) e o ultrassom. **Objetivo:** Avaliar a eficácia da aplicação do ultrassom terapêutico associado à DLM como métodos terapêuticos na redução do FEG em mulheres. **Material e Métodos:** realizou-se um estudo quase-experimental, numa amostra de conveniência de 6 mulheres com média de idades de $24,5 \pm 4,3$ anos e um índice de massa corporal de $22,98 \pm 1$, com FEG grau II avaliado pelo exame físico. Foi aplicado o ultrassom no glúteo e coxa superior com frequência de 3MHz, intensidade de $2W/cm^2$, modo contínuo durante 15 minutos em cada membro, posteriormente foi efetuada a DLM durante 30 minutos nas mesmas regiões, utilizando manobras de chamada e reabsorção conforme preconizado por Leduc. Foram realizadas duas sessões por semana durante quatro semanas, totalizando oito sessões. Previamente ao início do estudo e imediatamente após a 8ª sessão, foram recolhidos dados de perímetria, algometria, ecografia e fotografia (painel de peritos). Após a intervenção foi ainda aplicada a escala visual numérica para avaliar o grau de satisfação das participantes. Utilizaram-se testes estatísticos não paramétricos com o nível de significância de 0,05 em todas as análises. **Resultados:** Observou-se que duas participantes reduziram o FEG para grau I, ainda que sem significância estatística, mas com relevância clínica. Existiram melhorias estatisticamente significativas na perímetria ($\sim 1,5cm$), na dor da região da coxa superior ($\sim 3N$) e profundidade de fibrose na ecografia. Após a intervenção todas as participantes apresentaram um grau de satisfação de aproximadamente 9/10 pontos. **Conclusão:** A associação da DLM com o ultrassom pareceu ser eficaz no tratamento do grau de FEG, nesta amostra.

Palavras-chave: Celulite, ecografia, drenagem linfática manual, fisioterapia.

Referências bibliográficas:

- [1] Morais JBS, da Silva Dias TM, Cardoso BEP, de Paiva Sousa M, de Sousa TGV, de Araújo DSC, do Nascimento Marreiro D. Adipose tissue dysfunction: impact on metabolic changes? *Hormone and Metabolic. Research* 54(12): 785-794, 2022.
- [2] Goldman M, Bacchi P, Leibaschoff G, Hexcel D, Angelini F. *Cellulite: Pathophysiology and Treatment*. Taylor & Francis, New York, 2006.
- [3] Leduc A, Leduc O. *Le drainage lymphatique: Théorie et pratique*. Masson, Paris, 1998.

CO68

Fisioterapia e Psicoeducação: impacto de um programa de pré-habilitação na incontinência urinária, saúde sexual e qualidade de vida de indivíduos com indicação para Prostatectomia Radical

Ana Sofia Pacheco^{1,2,3*}, Paula Clara Santos^{4,5}, Ana Luísa Quinta-Gomes¹

¹PDSH, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto, Portugal

²Faculdade de Medicina e Ciências da Educação da Universidade do Porto, Portugal

³Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar, Porto, Portugal

⁴Centro de Investigação em Atividade Física, Saúde e Lazer (CIAFEL), Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Portugal

⁵Centro de Investigação em Reabilitação, Escola Superior de Saúde - IPP, Porto, Portugal

*Autor correspondente: ✉ anapachecoficio@gmail.com

Resumo

Introdução: A Prostatectomia Radical (PR) é um dos principais tratamentos utilizados no Cancro da Próstata, em tumores localizados, e a principal causa de Incontinência Urinária (IU) e Disfunção Erétil (Martín-Nuñez, 2023; Milios et al, 2019). A IU é o efeito colateral que mais afeta a qualidade de vida (QV) dos homens no pós-operatório imediato, bem como a vivência da sexualidade (Mungovan, 2022). **Objetivos:** i) analisar o impacto de um programa multimodal de pré-habilitação, que combine Fisioterapia e Psicoeducação, na recuperação da IU, na melhoria da saúde sexual e QV de homens com indicação para PR; ii) avaliar a percepção dos médicos urologistas e dos utentes relativamente à importância da Fisioterapia no pré-operatório. **Metodologia:** o projeto está estruturado em três estudos: i) revisão sistemática da literatura referente a intervenção da Fisioterapia no pré-operatório de PR; pesquisa de estudos clínicos randomizados e estudos piloto (PubMed, PEDro, Web of Science, Cochrane Controlled Trials e Cochrane Library), seguindo as orientações PRISMA; ii) estudo observacional, de caracterização das percepções de médicos urologistas e utentes relativamente à importância da intervenção da Fisioterapia no período pré-operatório; entrevistas semi-estruturadas e análise temática para análise de dados; iii) estudo piloto experimental para avaliar a exequibilidade, aceitabilidade e eficácia preliminar de um programa de

pré-habilitação multimodal em indivíduos que serão submetidos a PR. Randomização de 40 homens, com indicação para PR com técnica de nerve sparing, em grupo experimental (programa multimodal de pré-habilitação) e grupo de controlo (tratamento habitual). Serão avaliados os outcomes primários (IU, Satisfação Sexual, Distress Sexual, QV) e outcomes secundários (Ansiedade, Depressão, Funcionamento Sexual e Atividade Física). Utilização do Statistical Package for the Social Sciences para análise de dados. **Resultados Esperados:** a hipótese principal é a de que os homens que receberem o programa de pré-habilitação apresentem melhorias a nível de continência urinária no pós-operatório, melhor ajustamento à nova realidade sexual, níveis mais elevados de QV, satisfação sexual e menor distress sexual. **Conclusão:** esta investigação pretende contribuir para o avanço na gestão de problemas urinários e sexuais, em homens submetidos a PR, e para a inclusão de uma abordagem em Fisioterapia Pré-Operatória nas guidelines de intervenção.

Palavras-chave: Fisioterapia, psicoeducação, prostatectomia, pré-habilitação, qualidade de vida.

Referências bibliográficas:

- [1] Martín-Núñez, J, Raya-Benítez, J, López-López, L, Calvache-Mateo, A, Heredia-Ciuró, A, Navas-Otero, A, Valenza, MC. Efficacy in urinary symptom burden, psychological distress, and self-efficacy of education-enhanced interventions in prostate cancer patients: a systematic review and meta-analyses. *Supportive care in cancer: official journal of the Multinational Association of Supportive Care in Cancer*, 31(6), 340, 2023.
- [2] Milios, JE, Ackland, TR, Green, DJ. Pelvic Floor Muscle Training in Radical Prostatectomy: a Randomized Control Trial of the Impacts on Pelvic Floor Muscle Function and Urinary Incontinence. *BMC Urology*, 19:116, 2019.
- [3] Mungovan, SF, Carlsson, SV, Gass, GC, Graham, PL, Sandhu, JS, Akin, O, Scardino, PT, Eastham, JA, Patel, MI. Preoperative Exercise Interventions to Optimize Continence Outcomes Following Radical Prostatectomy. *Nature Reviews Urology*, May 18; 259-281, 2022.

CO70

Fisioterapia aquática centrada na pessoa maior de 60 anos com incapacidade funcional do membro superior

Maria Graça^{1*}, Ana Henriques², Joaquim Alvarelhão³, Rui Costa³, Ricardo Fernandes⁴, Andrea Ribeiro⁵, Daniel Daly⁶, João Paulo Vilas-Boas⁴

¹Escola Superior Saúde Norte CVP, Oliveira de Azeméis, Portugal

²Corpus Salut, Ovar, Portugal

³Escola Superior de Saúde da Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal

⁴Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto, Portugal

⁵ISAVE-instituto Superior de Saúde, Amares, Portugal

⁶Universidade Católica de Leuven, Leuven, Bélgica

*Autor correspondente: ✉ maria.graca@essnortecvp.pt

Resumo

Introdução: A fisioterapia aquática (FA) parece ser uma forma eficaz de desenvolver força, equilíbrio, mobilidade, assim como promover o alívio da dor em indivíduos com diversas condições de saúde (Soto-Varela A, et al., 2016). A FA baseia-se na realização de movimentos e tarefas em meio aquático, nem sempre passíveis de realização em meio terrestre (Avelar IS et al., 2018). **Objetivos:** Caracterizar a saúde global, as expectativas, a capacidade funcional do membro superior e a perceção funcional da amostra; analisar a correlação e previsão de constrangimentos num programa de FA. **Material e Métodos:** Estudo de coorte, amostra por 78 mulheres e 30 homens, com idade média (DP) de 66,30 (6,67) e 67,43 (7,15) anos, responderam a questionários sobre dados sociodemográficos, principais problemas de saúde, expectativas, satisfação com programa, escala de incapacidade de braço, ombro e mão (DASH) e escala de perceção funcional (EPF) (Graca, M. et al., 2019). Na análise estatística, o teste de distribuição, revela-se não normal apenas para as variáveis da altura, do peso e da IMC. Os testes de média, desvio padrão, percentagem, de correlação e a regressão linear foram realizados na SPSS. Estudo aprovado no CE e na CNPD. **Resultados:** Os resultados apresentam forte correlação (0,708**) entre a DASH e a EPF, e também entre a EPF e os principais problemas de saúde DM2, HTA, uso de mais de quatro medicamentos e medo de quedas (0,543**). As maiores expectativas da amostra são promover o bem-estar e o relaxamento. Como fatores preditivos de constrangimentos à funcionalidade, a regressão indicou valores significativos para o IMC, a osteoartrite e o medo de quedas. **Conclusões:** As condições de DM2, HTA, uso de mais de quatro medicamentos e medo de quedas mostram forte relação com a funcionalidade e incapacidade do membro superior, reforçando o medo de quedas como um fator preditivo de maiores dificuldades de intervenções em FA.

Palavras-chave: Controle motor, fatores preditivos, fisioterapia aquática.