

Capítulo 5 - Estratégias para Aprimorar a Adesão Terapêutica

Autor: Pedro Henrique dos Santos Bongiorno Valias DOI: 10.59290/978-65-6029-160-7.5

Palavras-chave: Adesão ao Tratamento, Câncer de Mama, Intervenções não Farmacológicas

INTRODUÇÃO

A adesão terapêutica é um fator determinante para o sucesso no tratamento do câncer de mama. A eficácia dos regimes terapêuticos depende da capacidade dos pacientes de seguir as recomendações médicas de forma consistente, o que pode ser afetado por diversos fatores¹. Entre os desafios que comprometem essa adesão estão a complexidade dos tratamentos, que frequentemente envolvem múltiplos medicamentos e regimes rigorosos; os efeitos colaterais adversos, que podem incluir náuseas, fadiga e dor; e barreiras emocionais, como ansiedade, depressão e medo do prognóstico^{2,3}.

Além disso, fatores socioeconômicos e culturais também desempenham um papel significativo. Pacientes de áreas rurais ou de baixa renda podem enfrentar dificuldades logísticas e financeiras para acessar os tratamentos necessários, enquanto barreiras linguísticas e diferenças culturais podem afetar a comunicação eficaz entre pacientes e profissionais de saúde⁴. A falta de apoio social e familiar pode agravar ainda mais esses desafios, resultando em taxas mais altas de abandono do tratamento.

Este capítulo examina intervenções comportamentais, educacionais e tecnológicas que podem ser implementadas para melhorar a adesão dos pacientes ao tratamento do câncer de mama. Abordagens como a terapia cognitivo-comportamental, educação personalizada e o uso de tecnologias móveis e telemedicina têm mostrado resultados promissores na redução das taxas de abandono, proporcionando aos pacientes um suporte mais abrangente e acessível⁵.

DESENVOLVIMENTO

Intervenções Comportamentais

Intervenções comportamentais têm demonstrado eficácia na melhoria da adesão terapêutica. A terapia cognitivo-comportamental (TCC), por exemplo, ajuda os pacientes a desenvolver estratégias para lidar com o estresse e a ansiedade associados ao tratamento. Estudos mostram que a TCC pode reduzir significativamente os sintomas de depressão e ansiedade, resultando em maior adesão ao tratamento¹.

Grupos de apoio também desempenham um papel crucial. Esses grupos oferecem um ambiente seguro para que os pacientes compartilhem suas experiências e recebam apoio emocional de outros que enfrentam desafios semelhantes. O senso de comunidade e encorajamento desses grupos pode aumentar a motivação dos pacientes para continuar o tratamento².

Intervenções Educacionais

A educação do paciente é uma ferramenta poderosa para melhorar a adesão terapêutica. Programas educacionais que fornecem informações detalhadas sobre o câncer de mama, opções de tratamento e efeitos colaterais capacitam os pacientes a tomar decisões informadas. Workshops, palestras e materiais educativos preparados por profissionais de saúde são formas eficazes de disseminar essas informações.

Além disso, a educação personalizada, onde os profissionais de saúde dedicam tempo para explicar individualmente os detalhes do tratamento a cada paciente, pode aumentar a compreensão e confiança no regime terapêutico.

Uma comunicação clara e o esclarecimento de dúvidas são essenciais para garantir que os pacientes se sintam seguros e apoiados³.

Intervenções Tecnológicas

A tecnologia oferece novas oportunidades para melhorar a adesão ao tratamento. Aplicativos móveis podem enviar lembretes de medicação, agendar consultas e fornecer informações educativas. Esses aplicativos podem ser personalizados para atender às necessidades específicas de cada paciente, facilitando o gerenciamento do tratamento⁴.

A telemedicina também tem se mostrado uma intervenção valiosa. Consultas virtuais permitem que os pacientes mantenham contato regular com seus médicos sem a necessidade de deslocamento, o que é especialmente útil para aqueles que vivem em áreas remotas ou têm dificuldades de locomoção. A telemedicina facilita o acompanhamento contínuo e a intervenção rápida em caso de complicações, aumentando assim a adesão ao tratamento⁵.

Considerações Finais

A adesão ao tratamento do câncer de mama é um desafio multifacetado que demanda abordagens integradas e personalizadas. As intervenções comportamentais, educacionais e tecnológicas apresentam soluções promissoras para aumentar a adesão dos pacientes e reduzir as taxas de abandono, impactando positivamente os resultados terapêuticos e a qualidade de vida dos pacientes.

As intervenções comportamentais, como a terapia cognitivo-comportamental e os grupos de apoio, oferecem suporte emocional e ajudam os pacientes a desenvolver habilidades para lidar com o estresse e a ansiedade relacionados ao tratamento. Esses métodos têm mostrado eficácia na redução de sintomas depressivos e

ansiosos, o que pode resultar em maior adesão ao tratamento.

Intervenções educacionais, por sua vez, capacitam os pacientes ao fornecer informações detalhadas sobre a doença, opções de tratamento e gestão de efeitos colaterais. A educação personalizada, que envolve explicações detalhadas por profissionais de saúde, aumenta a compreensão e a confiança dos pacientes, promovendo uma adesão mais consistente ao regime terapêutico.

As intervenções tecnológicas, incluindo aplicativos móveis e telemedicina, oferecem suporte contínuo e acessível. Aplicativos móveis podem lembrar os pacientes sobre a medicação e consultas, além de fornecer informações educativas e motivacionais. A telemedicina permite consultas regulares e acompanhamento de perto, especialmente para pacientes em áreas remotas ou com dificuldades de mobilidade, facilitando intervenções rápidas quando necessário.

Além dessas intervenções, é fundamental considerar fatores socioeconômicos e culturais. Pacientes de baixa renda ou de áreas rurais podem enfrentar barreiras logísticas e financeiras para acessar os tratamentos. Abordagens culturalmente sensíveis e suporte financeiro podem ajudar a superar essas dificuldades, melhorando a adesão.

A implementação dessas estratégias requer uma colaboração estreita entre profissionais de saúde, pacientes e suas famílias. É essencial criar um ambiente de apoio e confiança, onde os pacientes se sintam compreendidos e motivados a seguir o tratamento. A integração de abordagens multidisciplinares, combinando apoio psicológico, educação e tecnologia, pode resultar em melhorias significativas na adesão ao tratamento e nos desfechos clínicos.

Em suma, uma abordagem holística que englobe intervenções comportamentais, educacionais e tecnológicas, aliada à sensibilidade para fatores socioeconômicos e culturais, pode

transformar o cenário da adesão terapêutica no câncer de mama, proporcionando melhores resultados e uma qualidade de vida mais elevada para os pacientes.

REFERÊNCIAS

- 1 - XIA, W. *et al.* Effects of cognitive behavioral therapy on anxiety and depressive symptoms in advanced cancer patients: A meta-analysis. *General hospital psychiatry*, v. 87, p. 20–32, 2024. doi: 10.1016/j.genhosppsych.2024.01.006
- 2 – ANA, R.B.M, THAMARA, A.O, MARÍLIA, N. Compartilhando vivências: contribuição de um grupo de Apoio para mulheres com câncer de mama. *Rev. SBPH vol.18 no.1*, Rio de Janeiro – Jan./Jul. – 2015.
- 3 - LAZA-VÁSQUEZ, C. *et al.* Feasibility and acceptability of personalized breast cancer screening (DECIDO study): A single-arm proof-of-concept trial. *International journal of environmental research and public health*, v. 19, n. 16, p. 10426, 2022. Doi: 10.3390/ijerph191610426
- 4 - YANG, S.; BUI, C. N.; PARK, K. Mobile health apps for breast cancer: Content analysis and quality assessment. *JMIR mHealth and uHealth*, v. 11, p. e43522, 2023. Doi: 10.2196/43522
- 5 - SHAFFER, K. M. *et al.* Digital health and telehealth in cancer care: a scoping review of reviews. *The Lancet. Digital health*, v. 5, n. 5, p. e316–e327, 2023. Doi: 10.1016/S2589-7500(23)00049-3