AICSO Associação de Investigação e Cuidados de Suporte em Oncologia

Relatório de Atividades

Ano 2019

Avenida João Paulo II, nº 911, loja 9, 4410-406 Arcozelo • Vila Nova de Gaia
geral@AICSO.pt • aicso.pt • NIPC 504841840

AICSO Associação de Investigação e Cuidados de Suporte em Oncologia

Conteúdo

Mensagem da Presidente 3
Missão, visão, valores e objetivos estratégicos 4
A equipa 6
Rebranding 8
A Criação de uma Marca 9
Os Projetos de Investigação 11
Atividade Científica 16
Congressos e Simpósios 26
Atividades de Formação 29
Ações na Comunidade 35
Ações de networking e grupos de trabalho 39
Prémios 42
Protocolos Interinstitucionais 43
Apoios e Parcerias 45
Afiliação Internacional 49
AICSO nas notícias 50
Uma nova sede 59
Novos Estatutos e Regulamento Interno 60
Confraternizações 61
Outras Atividades 64
Preparar o futuro, entrar em 2020 66

AICSO Associação de Investigação e Cuidados de Suporte em Oncologia

Mensagem da Presidente

Se 2018 tinha sido o ano do renascimento da AICSO, com o programa ONCOMOVE a conduzir, 2019 foi o ano do crescimento acelerado.

Crescemos enquanto associação, abrimos horizontes aos cuidados de suporte para além da reabilitação e construímos pontes.

Foi o nosso primeiro ano enquanto associação portuguesa afiliada da MASCC. Sentimos essa responsabilidade com seriedade, orgulho e vontade de corresponder.

Consolidamos o espírito da equipa que tive o prazer de liderar durante 2 anos. Abrimos as portas aos sócios beneficiários, com quem ansiamos trabalhar de forma a otimizar o que temos construído.

Tendo sido 2019 o ano do crescimento acelerado, com as alegrias e as
dores de crescimento, é com orgulho e esperança que encerramos este relatório de atividades e preparamos o início do próximo.

Venham os próximos projetos!

Avenida João Paulo II, nº 911, loja 9, 4410-406 Arcozelo • Vila Nova de Gaia
geral@AICSO.pt • aicso.pt • NIPC 504841840

Missão, visão, valores e objetivos estratégicos

Missão

Investigar e implementar cuidados de suporte de qualidade em oncologia, centrados no doente, interdisciplinares e baseados na evidência

Visão

Providenciar cuidados de suporte de qualidade ao longo da jornada da pessoa que vive com e para além do cancro

Valores

- Todos os doentes diagnosticados com cancro devem aceder aos melhores cuidados de suporte
- Esse acesso deve ser mantido ao longo de toda a jornada da doença oncológica
- Os cuidados de suporte em oncologia são imprescindíveis ao longo de toda a jornada do doente oncológico
- Todos os intervenientes devem ter uma ação interdisciplinar
- A investigação científica nas várias vertentes dos cuidados de suporte deve ser promovida
- Os cuidados de suporte com evidencia científica comprovada devem ser largamente implementados e acessíveis a todos os doentes oncológicos que deles possam beneficiar
- Programas de ação em cuidados de suporte em oncologia devem ter divulgação nacional

Avenida João Paulo II, nº 911, loja 9, 4410-406 Arcozelo • Vila Nova de Gaia
geral@AICSO.pt • aicso.pt • NIPC 504841840

- A qualificação profissional deve ser procurada e incentivada por todos aqueles que atuam na área da oncologia
- A formação de profissionais na área de cuidados de suporte em oncologia deve ser divulgada e acessível a todos
- A população em geral deve receber informação e consciencialização para os cuidados de suporte em oncologia
- Os cuidados de suporte em oncologia devem ser centrados no doente
- Os doentes oncológicos e os seus cuidadores devem ser envolvidos nos processos de cuidados de suporte em oncologia
- Deve ser promovida a integração multi e interdisciplinar de todas as valências que providenciam cuidados ao doente oncológico, sejam eles dirigidos ao tratamento da doença, aos seus sintomas ou efeitos laterais dos tratamentos

Avenida João Paulo II, nº 911, loja 9, 4410-406 Arcozelo • Vila Nova de Gaia
geral@AICSO.pt • aicso.pt • NIPC 504841840

A equipa

Em 2019 a equipa da Direção sofreu algumas restruturações. Assim Manuela Santos foi substituída por Andreia Capela na função de 1º Vogal Suplente.

Na Assembleia Geral de 30 de junho de 2019, foram reconhecidas como sócias honorárias pelo trabalho benemérito para a Associação a notária Marta Caiado e a assistente técnica Carla Branco.

Assim o ano civil foi concluído com a seguinte equipa em ação:

Direção:

- Presidente: Ana Joaquim
- Vice-presidente: Sandra Custódio
- Tesoureira: Alice Coelho
- 1ª Secretária: Joana Silva
- 2ª Secretária: Telma Costa
- 1º Vogal efetivo: Joana Sousa
- 2ª Vogal efetivo: João Fraga
- 1º Vogal suplente: Andreia Capela
- 2ª Vogal suplente: Pedro Antunes

Assembleia Geral:

- Presidente: Francisco Pimentel
- Vice-Presidente: Albertina Oliveira
- Primeira Secretária: Anabela Amarelo
- Segunda Secretária: Silvia Casteloa

Conselho Fiscal

- Presidente: Horácio Costa
- Secretário: Edite Coimbra
- Relator: Joana Esteves

Rebranding

Em 2019 a AICSO teve vários desafios. A mudança da imagem da Associação tornava-se imperativa na procura de um aspeto mais moderno e que fosse mais de encontro à sua posição atual.

AICSO
Associação de Investigação e Cuidados de Suporte em Oncologia

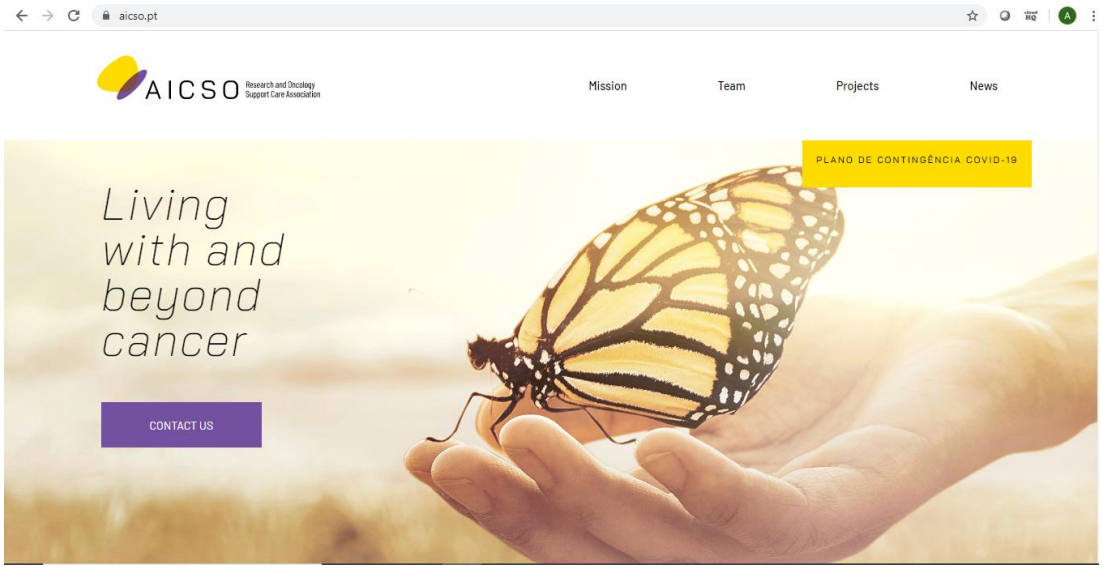
O processo foi iniciado em outubro de 2019 e concluído já em 2020. Partiu-se da imagem e simbolismo metafórico da borboleta, para se alcançar um resultado a duas cores e mais simples que o anterior.

O rebranding foi realizado pela empresa responsável pela comunicação do OncoMove®, a Series.

AICSO Research and Oncology Support Care Association

AICSO
Associação de Investigação de Cuidados de Suporte em Oncologia

Com ele adquire-se o domínio aicso.pt e a criação dos e-mails institucionais.



A página de Facebook foi também reativada e renovada a sua imagem e aumentado o volume de publicações.

A Criação de uma Marca

O OncoMove® é uma marca registada da AICSO. Nasceu da vontade de vários profissionais tornarem a reabilitação do doente oncológico em todas as suas dimensões como parte integrante do seu processo terapêutico. Pretende revolucionar o paradigma atual do tratamento oncológico através da introdução da reabilitação física, psicológica, social e cognitiva no manancial de cuidados de suporte da pessoa que vive com e para além do diagnóstico de cancro, na formação e educação dos profissionais de saúde, na investigação científica e nas campanhas de sensibilização da comunidade civil. Rege-se pelos valores da AICSO defendendo que todas pessoas que vivem com e para além do cancro devem beneficiar de um plano integral e individualizado de reabilitação como parte do seu plano terapêutico, com uma abordagem personalizada, prestada por profissionais qualificados. Na consecução dos seus fins, o programa respeitará os valores humanos e sociais básicos como sejam o Respeito, a Integridade, o Trabalho em equipa, a Cultura do conhecimento, a Sustentabilidade e a Responsabilidade social.

O programa identifica como principais áreas de ação:

Investigação em reabilitação do doente oncológico

Formação dos profissionais ligados a reabilitação do doente oncológico

Intervenção no Comunidade com criação de programas acessíveis aos doentes oncológicos

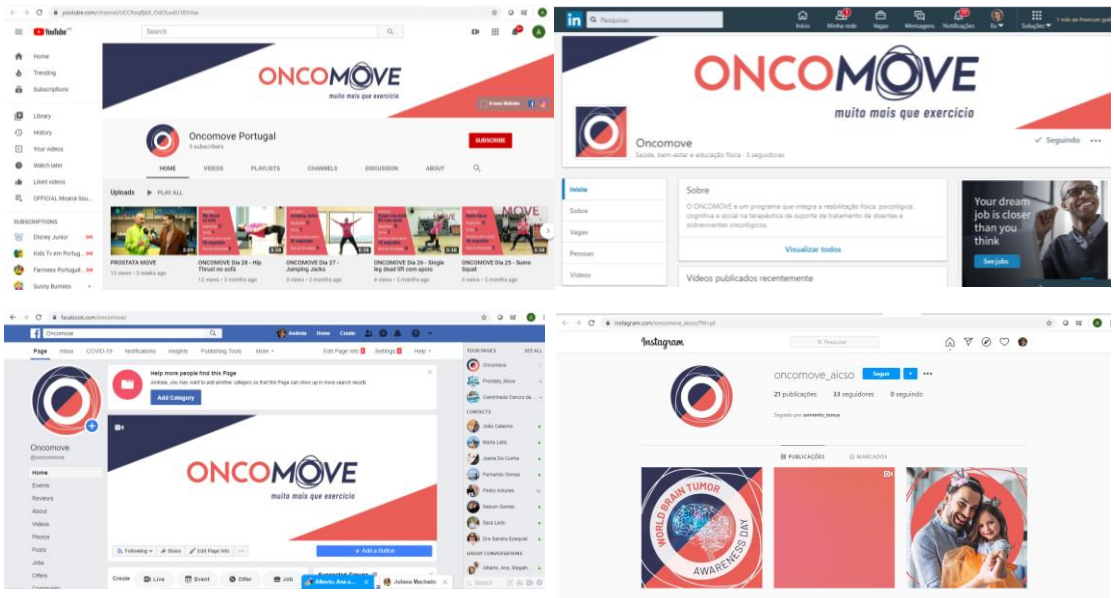
As ações estratégicas passam por: investigação e implementação de programas de reabilitação para doentes oncológicos; a integração de profissionais de nutrição, psicologia, fisioterapia, terapia ocupacional, terapia da fala, serviço social, enfermagem de reabilitação, enfermagem de saúde mental; a formação técnica e científica dos seus profissionais; o estabelecimento de protocolos de cooperação

nacional e internacional; a organização e realização de ações de formação acreditadas para profissionais da área de saúde e de desporto com interesse na área.

A sua equipa inclui uma coordenação tripartida multidisciplinar, integrando a Oncologia (Ana Joaquim), Fisiatria (Sofia Viamonte) e Ciências do Desporto (Alberto Alves) e conta com vários membros e cooperadores de diferentes áreas que dão corpo aos vários projetos e ações do programa.

Em 2019 o programa foi apresentado e divulgado em vários canais, tendo gerado a maioria das ações da associação nesse ano. No final do ano um Grant da Novartis permitiu a contratualização dos serviços de uma empresa de comunicação para o desenvolvimento do programa ao longo do ano 2020.

A marca detém os domínios eletrónicos oncomove.pt e oncomove.com, bem como canal do YouTube, página do LinkedIn, Facebook e Instagram.



Os Projetos de Investigação

O OncoMove® deu alento ao início de vários projetos de investigação. Todos eles baseados nos efeitos do exercício físico em doentes oncológicos, com tumores da mama, próstata e cabeça e pescoço.

Assim em 2019 4 projetos de investigação sob a alçada do OncoMove® estiveram em curso.

Mama_Move_Gaia_on_Treatment

Este projeto, procura testar os efeitos do exercício físico supervisionado em mulheres adultas entre os 18 e os 75 anos, com diagnóstico de cancro da mama e com decisão terapêutica para realizar quimioterapia curativa (adjuvante ou neoadjuvante) com utilização de antraciclinas. Até à data já foram incluídas 42 doentes, tendo sido recrutados a partir da consulta de Oncologia do CHVNG/E. Trata-se de um projeto incluído nos Projetos Piloto da DGS para a Promoção da Atividade Física no SNS.

Investigador principal: Pedro Antunes

Objetivos específicos: Analisar a viabilidade da implementação de um programa de exercício físico em contexto intra-hospitalar dirigido a mulheres com cancro da mama a realizar quimioterapia; Integrar mulheres de cancro da mama num programa de exercício físico supervisionado durante o tratamento de quimioterapia; Estudar o papel do exercício físico na prevenção de disfunção cardíaca em mulheres com cancro da mama a realizar tratamento cardiotóxico; Estudar o papel do exercício físico na mitigação de efeitos secundários associados à quimioterapia, na qualidade de vida e funcionalidade física.

Registo do Projeto: International Standard Randomised Controlled Trial Number (ISRCTN32617901)

Início do recrutamento: Jan 2019

Previsão de conclusão: Jun 2021

Local de realização: Centro Hospitalar de Vila Nova de Gaia / Espinho (CHVNG/E), Centro de Reabilitação do Norte (CRN).

Parceiros: Universidade da Beira Interior (UBI), Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD), Centro Hospitalar Vila Nova de Gaia/Espinho (CHVNG/E), Centro de Reabilitação do Norte (CRN), Liga Portuguesa Contra o Cancro, Direção-Geral da Saúde (DGS).

Bolsas / Prémios: Bolsa de Doutoramento da FCT

Mama_Move_Gaia_after_Treatment

ONCOMOVE

O MAMA_MOVE Gaia after treatment é um projeto de exercício físico supervisionado e adaptado dirigido a mulheres sobreviventes de cancro da mama, após cirurgia, quimioterapia ou radioterapia (o último destes tratamentos), que é aplicado na comunidade, em classes de 20 participantes no máximo, em ginásios locais, com recurso a material de baixo custo. As participantes são recrutadas na consulta de Oncologia do Centro Hospitalar de Vila Nova de Gaia / Espinho, no decorrer da qual as alunas passam por uma fase de 16 semanas de controlo seguida de uma fase de 16 semanas de exercício, três sessões por semana, uma hora cada sessão, a intensidade moderada a vigorosa, com uma componente aeróbia e uma de treino resistido em cada sessão. Trata-se de um projeto incluído nos Projetos Piloto da DGS para a Promoção da Atividade Física no SNS.

Investigador principal: Ana Joaquim

Objetivos específicos: Analisar a viabilidade da implementação de um programa de exercício físico, envolvendo aulas de grupo num ginásio comunitário, para mulheres com cancro da mama após tratamento primário; Integrar mulheres com cancro da mama após tratamento primário num programa de exercício físico supervisionado; Estudar o papel do exercício físico na qualidade de vida relacionada com a saúde, funcionalidade física, atividade física e perfil inflamatório.

Registo do Projeto: ClinicalTrials.gov (Identifier: NCT04024280)

Início do recrutamento: Julho 2018

Previsão de conclusão: Abril 2020

Local de realização: Solinca Dragão, Centro Hospitalar de Vila Nova de Gaia / Espinho (CHVNG/E).

MamaMoveGaia

Parceiros: Universidade de Aveiro, Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD), Centro Hospitalar Vila Nova de Gaia/Espinho (CHVNG/E), Centro de Reabilitação do Norte (CRN), Liga Portuguesa Contra o Cancro, Direção-Geral da Saúde (DGS), Instituto Superior da Maia (ISMAI), Germano de Sousa, IPDJ, Câmara Municipal de Gaia, Ginásio Solinca

Bolsas / Prémios: IPDJ

Prostata_Move

ONCOMOVE

O projeto de investigação Prostata_Move é um projeto de exercício físico supervisionado baseado na prática de futebol a caminhar (walking football) para doentes com diagnóstico de cancro da próstata sob bloqueio androgénico, com pelo menos três meses de castração. Os participantes são recrutados através da consulta de oncologia ou de Urologia do Centro Hospitalar Vila Nova de Gaia / Espinho. A intervenção envolve aquecimento inicial de 20 minutos (incorporando exercícios de mobilidade, coordenação, equílibrio e resistência muscular), seguidos de 55 minutos envolvendo a prática de walking football (jogos reduzidos e jogo 5x5), terminando com um retorno à calma de 5 minutos.

Investigador principal: Andreia Capela

Objetivos específicos: Avaliar a exequibilidade e segurança de um programa de walking football em doentes com cancro da próstata submetidos a bloqueio

androgénico; avaliar os efeitos do programa na qualidade de vida relacionada com a saúde dos participantes e na sua funcionalidade física; avaliar os efeitos do programa na densidade mineral óssea e em marcadores de remodelação óssea e na composição corporal; avaliar os efeitos do programa na funcionalidade cognitiva.

Registo do Projeto: ClinicalTrials.gov (Identifier: NCT04062162)

Início do recrutamento: Junho 2019

Previsão de conclusão: Abril 2020

Local de realização: Pavilhão Desportivo Municipal de Gaia

Parceiros: Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD), Centro Hospitalar Vila Nova de Gaia/Espinho (CHVNG/E), Centro de Reabilitação do Norte (CRN), Instituto Superior da Maia (ISMAI), Federação Portuguesa de Futebol, Câmara Municipal de Gaia.

FIT4TREATMENT

Este projeto destina-se a pacientes com diagnóstico de cancro de cabeça e pescoço localmente avançado, acompanhados no CHVNG/E e decisão terapêutica para realizar tratamento multimodal com intuito curativo. Numa primeira fase o projeto fará a caracterização funcional, cognitiva e a qualidade de vida de uma amostra destes doentes, bem como do seu interesse e disponibilidade para participar num programa de exercício físico supervisionado. Numa segunda fase passará a fase de intervenção.

Investigador principal: Catarina Garcia e Inês Leão

Objetivos específicos: Analisar os efeitos do exercício físico no risco de complicações cardiovasculares após o tratamento multimodal em pacientes com cancro de cabeça e pescoço, nomeadamente a toxicidade cardíaca e a função vascular; Estudar o papel do exercício físico na progressão da aterosclerose; Estudar o impacto do exercício físico na sobrevida livre de doença, sobrevida global, taxas de eventos adversos, tempo de internação e readmissões hospitalares; Estudar o efeito do exercício físico na mitigação de efeitos secundários associados ao tratamento, na qualidade de vida e funcionalidade física; Promover a pré-habilitação e a reabilitação multidisciplinar nos pacientes com cancro de cabeça e pescoço.

Registo do Projeto: Não registado

Início do recrutamento: Junho 2019

Previsão de conclusão: Dezembro 2022

Local de realização: Centro Hospitalar Vina Nova de Gaia / Espinho; Centro de Reabilitação do Norte.

Parceiros: Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD), Centro Hospitalar Vila Nova de Gaia/Espinho (CHVNG/E), Centro de Reabilitação do Norte (CRN), Instituto Superior da Maia (ISMAI).

Bolsas / Prémios: Prémio de Investigação da Sociedade Portuguesa de Oncologia 2019

Outros Projetos de Investigação

No ano 2019, um dos membros da direção, Andreia Capela, Oncologista, concluiu o seu Mestrado em Cuidados Paliativos com o tema Luto nos Médicos, tendo a tese sido defendida em julho de 2019.

Atividade Científica

Os projetos de investigação geraram ao longo de 2019 a publicação de um protocolo de investigação e de quatro resumos em revistas indexados. Dois destes trabalhos foram alvo de apresentação sob a forma de póster em congressos internacionais da área da Oncologia e os outros dois foram alvo de comunicação oral em congressos nacionais. Foi também publicado um protocolo de revisão sistemática. Em 2019 um projeto de mestrado de um dos membros do OncoMove foi também objeto de publicação em revista indexada.

Publicações:

Trabalhos originais:

Título: Health-related quality of life and physical fitness in breast cancer patients: the impact of a supervised physical exercise program in women with no exercise experience

Autores: Pedro Antunes,Dulce Esteves,Célia Nunes,Ana Joaquim,Francisco Luís Pimentel, José Fonseca-Moutinho

Revista: Psychology, Health & Medicine, Volume 24, 2019 – issue 9

DOI: https://doi.org/10.1080/13548506.2019.1597978

Data publicação: 30 Março 2019

PSYCHOLOGY, HEALTH & MEDICINE
https://doi.org/10.1080/13548506.2019.1597978

Taylor & Francis
Taylor & Francis Group

Check for updates

Health-related quality of life and physical fitness in breast cancer patients: the impact of a supervised physical exercise program in women with no exercise experience

Pedro Antunes[a,b], Dulce Esteves[a], Célia Nunes[c], Ana Joaquim[b,d], Francisco Luís Pimentel[b,e,f] and José Fonseca-Moutinho[g]

[a]Research Center in Sport Sciences, Health and Human Development (CIDESD), Department of Sport Sciences, University of Beira Interior, Covilhã, Portugal; [b]Associação de Cuidados de Suporte em Oncologia (AICSO), Santa Maria da Feira, Portugal; [c]Center of Mathematics and Applications, Department of Mathematics, University of Beira Interior, Covilhã, Portugal; [d]Medical Oncology Service, Hospital Center of Vila Nova de Gaia/Espinho, Vila Nova de Gaia, Portugal; [e]Blueclinical Phase I, Porto, Portugal; [f]CEISUC, Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal; [g]Department of Health Sciences, University of Beira Interior, Covilhã, Portugal

ABSTRACT

After breast cancer diagnosis (BCD), localized breast cancer (BC) patients are treated with curative intent by several therapeutic modalities. Despite the benefit of those therapies, the induction of side effects is acommon consequence affecting psychosocial and physiological outcomes. This quasi-experimental study compared physical fitness in recent-term (14–30 months; n= 11) and later-term (74–92 months; n= 8) BCD patients. After inclusion, recent-term BCD patients were engaged in asupervised exercise program and was explored its impact on physical fitness, health-related quality of life (HR-QOL) and fatigue. At baseline (M1) and after 8 (M2) and 16 weeks (M3) of this period, HR-QOL and fatigue were evaluated by the EORTC QLQ-C30 questionnaire and physical fitness through the estimation of maximum oxygen consumption (VO2max,ml.kg.min−1), handgrip force (kg) and sit-stand test. At baseline, women with later-term BCD have revealed better VO2max ($p < 0.05$) than recent-term BCD patients. There was asignificant time*group interaction for physical fitness outcomes and only the patients who have participated in the exercise program reported significant changes between baseline and at 16 weeks. The observed results demonstrated that performing regular exercise is associated with effective psychosocial and physiological recovery after BCD.

ARTICLE HISTORY
Received 2 August 2018
Accepted 12 March 2019

KEYWORDS
Breast cancer; physical fitness; health-related quality of life; supporting therapy; supervised exercise

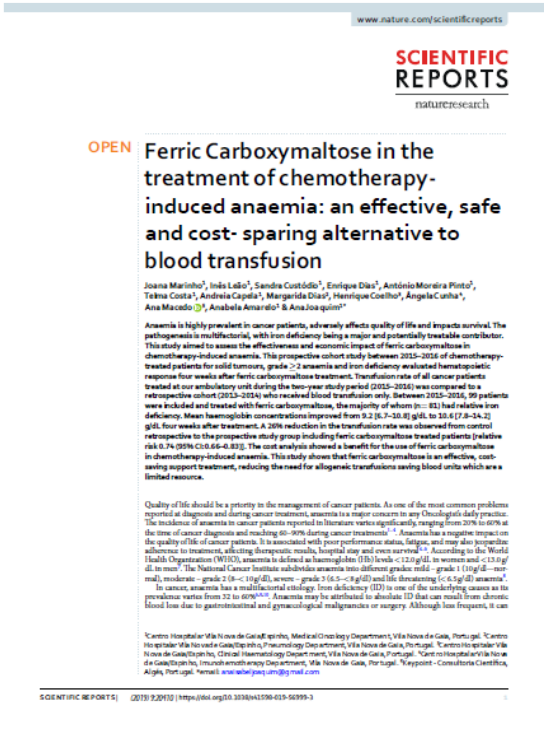
Introduction

With around 1.7 million of new cases each year, breast cancer (BC) is the most diagnosed neoplasm and the leading cause of cancer-related death among females worldwide (Torre, Siegel, Ward, & Jemal, 2016). Between 2009 and 2014, we have seen a significant increase in incidence rate and a significant decrease in mortality rate (Jemal et al., 2017). This tendency largely explained by treatment advances has resulted in a considerable increase of BC

CONTACT Pedro Antunes Pantunes_14@hotmail.com Research Center in Sport Sciences, Health and Human Development (CIDESD), Department of Sport Sciences, University of Beira Interior, Covilhã, Portugal

© 2019 Informa UK Limited, trading as Taylor & Francis Group

Título: Ferric Carboxymaltose in the Treatment of Chemotherapy-Induced Anaemia: An Effective, Safe and Cost-Sparing Alternative to Blood Transfusion


www.nature.com/scientificreports

SCIENTIFIC REPORTS
nature research

OPEN

Ferric Carboxymaltose in the treatment of chemotherapy-induced anaemia: an effective, safe and cost- sparing alternative to blood transfusion

Joana Marinho[1], Inês Leão[1], Sandra Custódio[1], Enrique Dias[1], António Moreira Pinto[2], Telma Costa[3], Andreia Capela[3], Margarida Dias[3], Henrique Coelho[3], Ângela Cunha[4], Ana Macedo[3], Anabela Amarelo[3] & Ana Joaquim[3,4]

Autores: Joana Marinho, Inês Leão, Sandra Custódio, Enrique Dias, António Moreira Pinto, Telma Costa, Andreia Capela, Margarida Dias, Henrique Coelho, Ângela Cunha, Ana Macedo, Anabela Amarelo, Ana Joaquim

Revista: Scientific Reports, volume 9, Article number: 20410, 2019

DOI: https://doi.org/10.1038/s41598-019-56999-3

Data publicação: 31 dezembro 2019

Protocolos de investigação:

Título: Impact of exercise training on cardiotoxicity and cardiac health outcomes in women with breast cancer anthracycline chemotherapy: a study protocol for a randomized controlled trial

Trials

STUDY PROTOCOL Open Access

Impact of exercise training on cardiotoxicity and cardiac health outcomes in women with breast cancer anthracycline chemotherapy: a study protocol for a randomized controlled trial

Pedro Antunes[1*], Dulce Esteves[1], Célia Nunes[2], Francisco Sampaio[3], António Ascensão[4,5], Eduardo Vilela[3], Madalena Teixeira[3], Anabela Leal Amarelo[3,4] and Ana Joaquim[3,4]

Autores: Pedro Antunes, Dulce Esteves, Célia Nunes, Francisco Sampaio, António Ascensão, Eduardo Vilela, Madalena Teixeira, Anabela Leal Amarelo, Ana Joaquim

Revista: Trials, Volume 20, 2019 – issue 433

DOI: https://doi.org/10.1186/s13063-019-3499-9

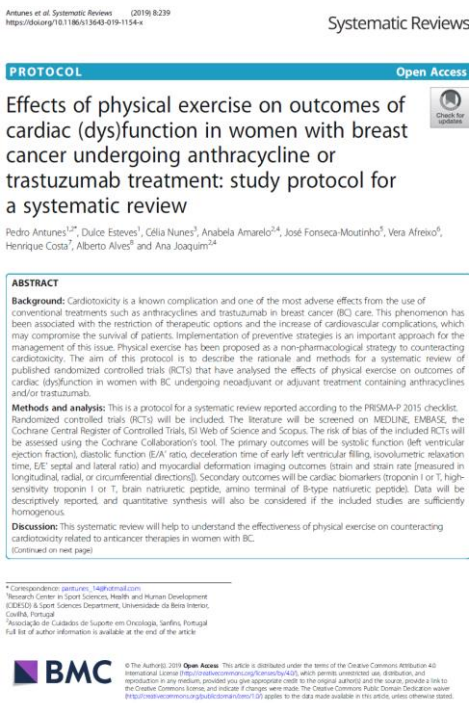
Data publicação: 15 Julho 2019

Citação: Antunes, P., Esteves, D., Nunes, C. et al. Impact of exercise training on cardiotoxicity and cardiac health outcomes in women with breast cancer anthracycline chemotherapy: a study protocol for a randomized controlled trial. Trials 20, 433 (2019)

Projeto de Investigação: Mama_Move_Gaia_On_Treatment

Protocolo de revisão sistemática:

Título: Effects of physical exercise on outcomes of cardiac (dys)function in women with breast cancer undergoing anthracycline or trastuzumab treatment: study protocol for a systematic review


Antunes et al. Systematic Reviews (2019) 8:239
https://doi.org/10.1186/s13643-019-1154-x

Systematic Reviews

PROTOCOL Open Access

Effects of physical exercise on outcomes of cardiac (dys)function in women with breast cancer undergoing anthracycline or trastuzumab treatment: study protocol for a systematic review

Pedro Antunes[1,2*], Dulce Esteves[1], Célia Nunes[3], Anabela Amarelo[2,4], José Fonseca-Moutinho[5], Vera Afreixo[6], Henrique Costa[7], Alberto Alves[8] and Ana Joaquim[2,4]

ABSTRACT

Background: Cardiotoxicity is a known complication and one of the most adverse effects from the use of conventional treatments such as anthracyclines and trastuzumab in breast cancer (BC) care. This phenomenon has been associated with the restriction of therapeutic options and the increase of cardiovascular complications, which may compromise the survival of patients. Implementation of preventive strategies is an important approach for the management of this issue. Physical exercise has been proposed as a non-pharmacological strategy to counteracting cardiotoxicity. The aim of this protocol is to describe the rationale and methods for a systematic review of published randomized controlled trials (RCTs) that have analysed the effects of physical exercise on outcomes of cardiac (dys)function in women with BC undergoing neoadjuvant or adjuvant treatment containing anthracyclines and/or trastuzumab.

Methods and analysis: This is a protocol for a systematic review reported according to the PRISMA-P 2015 checklist. Randomized controlled trials (RCTs) will be included. The literature will be screened on MEDLINE, EMBASE, the Cochrane Central Register of Controlled Trials, ISI Web of Science and Scopus. The risk of bias of the included RCTs will be assessed using the Cochrane Collaboration's tool. The primary outcomes will be systolic function (left ventricular ejection fraction), diastolic function (E/A' ratio, deceleration time of early left ventricular filling, isovolumetric relaxation time, E/E' septal and lateral ratio) and myocardial deformation imaging outcomes (strain and strain rate [measured in longitudinal, radial, or circumferential directions]). Secondary outcomes will be cardiac biomarkers (troponin I or T, high-sensitivity troponin I or T, brain natriuretic peptide, amino terminal of B-type natriuretic peptide). Data will be descriptively reported, and quantitative synthesis will also be considered if the included studies are sufficiently homogenous.

Discussion: This systematic review will help to understand the effectiveness of physical exercise on counteracting cardiotoxicity related to anticancer therapies in women with BC.

(Continued on next page)

* Correspondence: pantunes_14@hotmail.com
[1]Research Center in Sport Sciences, Health and Human Development (CIDESD) & Sport Sciences Department, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal
[2]Associação de Cuidados de Suporte em Oncologia, Sanfins, Portugal
Full list of author information is available at the end of the article

BMC

© The Author(s). 2019 **Open Access** This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons license, and indicate if changes were made. The Creative Commons Public Domain Dedication waiver (http://creativecommons.org/publicdomain/zero/1.0/) applies to the data made available in this article, unless otherwise stated.

Revista: Systematic Reviews, Volume 8, 2019 – issue 239

DOI: https://doi.org/10.1186/s13643-019-1154-x

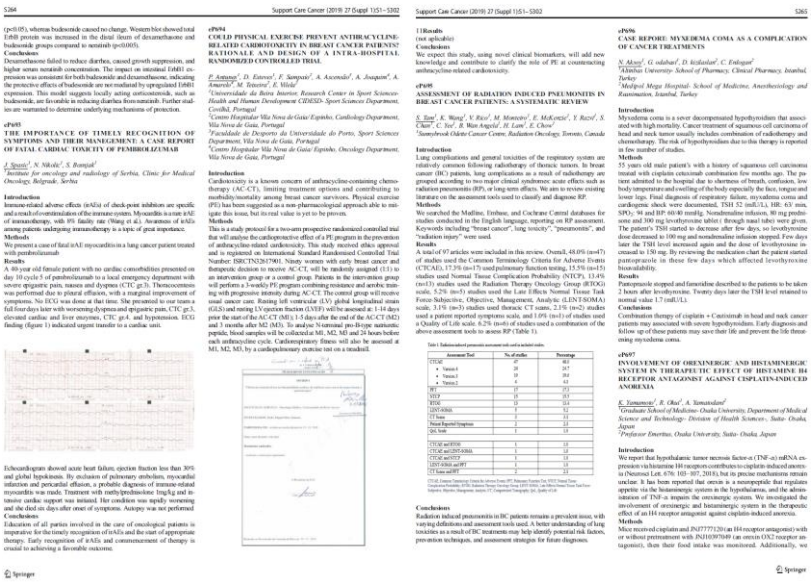
Data publicação: 24 Outubro 2019

Citação: Antunes, P., Esteves, D., Nunes, C. et al. Effects of physical exercise on outcomes of cardiac (dys)function in women with breast cancer undergoing anthracycline or trastuzumab treatment: study protocol for a systematic review. Syst Rev 8, 239 (2019).

Resumos de trabalhos apresentados em congressos:

- Internacional:

Título: Could physical exercise prevent anthracycline related cardiotoxicity in breast cancer patients? Rationale and design of a intra-hospital randomized controlled trial



Autores: P. Antunes, D. Esteves, F. Sampaio, A. Ascensão, A. Joaquim, A. Amarelo, M. Teixeira, E. Vilela

Revista: Supportive Care in Cancer, Volume 27 (Suppl 1):S1–S302, eP694, 2019

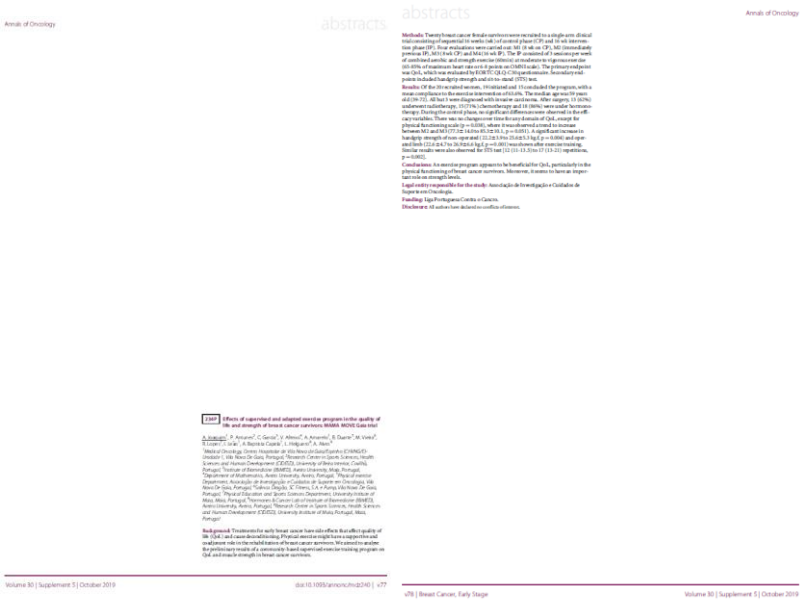
DOI: https://doi.org/10.1007/s00520-019-04813-1

Data publicação: 18 Maio 2019

Congresso: MASCC/ISOO Annual Meeting 2019

Título: Effects of supervised and adapted exercise program in the quality of life and strength of breast cancer survivors: MAMA MOVE Gaia trial

Autores: A. Joaquim, P. Antunes, C. Garcia, V. Afreixo, A. Amarelo, B. Duarte, M. Vieira, R. Lopes, I. Leão, A. Baptista Capela, L. Helguero, A. Alves



Revista: Annals of Oncology, Volume 30 (sup 5): Pages v1-v934, 234P, October 2019

Data publicação: Outubro 2019

Congresso: ESMO Congress 2019

Título: Supervised and adapted physical exercise program effects in health - related quality of life of breast cancer survivors

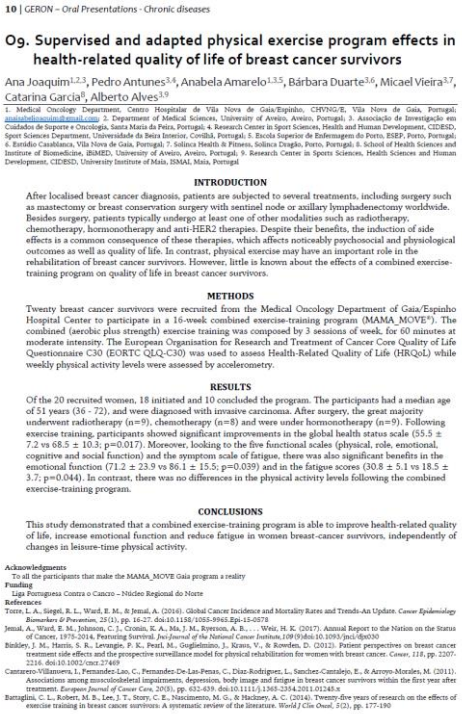
Autores: Ana Joaquim, Pedro Antunes, Anabela Amarelo, Bárbara Duarte, Micael Vieira, Catarina Garcia, Alberto Alves

Revista: Motricidade, Volume 15, Número S1, Sup. 2019, O9

DOI: https://doi.org/10.6063/motricidade.16967

Data publicação: 28 Janeiro 2019

Congresso: International Congress - CIDESD 2019



O9. Supervised and adapted physical exercise program effects in health-related quality of life of breast cancer survivors

Ana Joaquim[1,2,3], Pedro Antunes[3,4], Anabela Amarelo[1,3,5], Bárbara Duarte[3,6], Micael Vieira[3,7], Catarina Garcia[8], Alberto Alves[3,9]

1. Medical Oncology Department, Centro Hospitalar de Vila Nova de Gaia/Espinho, CHVNG/E, Vila Nova de Gaia, Portugal; anaisfelixjoaquim@gmail.com 2. Department of Medical Sciences, University of Aveiro, Aveiro, Portugal; 3. Associação de Investigação em Cuidados de Suporte e Oncologia, Santa Maria da Feira, Portugal; 4. Research Center in Sport Sciences, Health and Human Development, CIDESD, Sport Sciences Department, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal; 5. Escola Superior de Enfermagem do Porto, ESEP, Porto, Portugal; 6. Estádio Casablanca, Vila Nova de Gaia, Portugal; 7. Solinca Health & Fitness, Solinca Dragão, Porto, Portugal; 8. School of Health Sciences and Institute of Biomedicine, iBiMED, University of Aveiro, Aveiro, Portugal; 9. Research Center in Sports Sciences, Health Sciences and Human Development, CIDESD, University Institute of Maia, ISMAI, Maia, Portugal

INTRODUCTION

After localised breast cancer diagnosis, patients are subjected to several treatments, including surgery such as mastectomy or breast conservation surgery with sentinel node or axillary lymphadenectomy worldwide. Besides surgery, patients typically undergo at least one of other modalities such as radiotherapy, chemotherapy, hormonotherapy and anti-HER2 therapies. Despite their benefits, the induction of side effects is a common consequence of these therapies, which affects noticeably psychosocial and physiological outcomes as well as quality of life. In contrast, physical exercise may have an important role in the rehabilitation of breast cancer survivors. However, little is known about the effects of a combined exercise-training program on quality of life in breast cancer survivors.

METHODS

Twenty breast cancer survivors were recruited from the Medical Oncology Department of Gaia/Espinho Hospital Center to participate in a 16-week combined exercise-training program (MAMA_MOVE®). The combined (aerobic plus strength) exercise training was composed by 3 sessions of week, for 60 minutes at moderate intensity. The European Organisation for Research and Treatment of Cancer Core Quality of Life Questionnaire C30 (EORTC QLQ-C30) was used to assess Health-Related Quality of Life (HRQoL) while weekly physical activity levels were assessed by accelerometry.

RESULTS

Of the 20 recruited women, 18 initiated and 10 concluded the program. The participants had a median age of 51 years (36 - 72), and were diagnosed with invasive carcinoma. After surgery, the great majority underwent radiotherapy (n=9), chemotherapy (n=8) and were under hormonotherapy (n=9). Following exercise training, participants showed significant improvements in the global health status scale (55.5 ± 7.2 vs 68.5 ± 10.3; p=0.017). Moreover, looking to the five functional scales (physical, role, emotional, cognitive and social function) and the symptom scale of fatigue, there was also significant benefits in the emotional function (71.2 ± 23.9 vs 86.1 ± 15.5; p=0.039) and in the fatigue scores (30.8 ± 5.1 vs 18.5 ± 3.7; p=0.044). In contrast, there was no differences in the physical activity levels following the combined exercise-training program.

CONCLUSIONS

This study demonstrated that a combined exercise-training program is able to improve health-related quality of life, increase emotional function and reduce fatigue in women breast-cancer survivors, independently of changes in leisure-time physical activity.

Acknowledgments
To all the participants that make the MAMA_MOVE Gaia program a reality
Funding
Liga Portuguesa Contra o Cancro – Núcleo Regional do Norte

References

Torre, L. A., Siegel, R. L., Ward, E. M., & Jemal, A. (2016). Global Cancer Incidence and Mortality Rates and Trends-An Update. *Cancer Epidemiology Biomarkers & Prevention*, *25*(1), pp. 16-27. doi:10.1158/1055-9965.Epi-15-0578
Jemal, A., Ward, E. M., Johnson, C. J., Cronin, K. A., Ma, J. M., Ryerson, A. B., . . . Weir, H. K. (2017). Annual Report to the Nation on the Status of Cancer, 1975-2014, Featuring Survival. *Jnci Journal of the National Cancer Institute*,*109*(9).doi:10.1093/jnci/djx030
Bickley, J. M., Harris, S. R., Levangie, P. K., Pearl, M., Goglielmino, J., Kraus, V., & Rowden, D. (2012). Patient perspectives on breast cancer treatment side effects and the prospective surveillance model for physical rehabilitation for women with breast cancer. *Cancer*, *118*, pp. 2207-2216. doi:10.1002/cncr.27469
Cantarero-Villanueva, I., Fernandez-Lao, C., Fernandez-De-Las-Penas, C., Diaz-Rodriguez, L., Sanchez-Cantalejo, E., & Arroyo-Morales, M. (2011). Associations among musculoskeletal impairments, depression, body image and fatigue in breast cancer survivors within the first year after treatment. *European Journal of Cancer Care*, *20*(5), pp. 632-639. doi:10.1111/j.1365-2354.2011.01248.x
Battaglini, C. L., Robert, M. B., Lee, J. T., Story, C. E., Nascimento, M. G., & Hackney, A. C. (2014). Twenty-five years of research on the effects of exercise training in breast cancer survivors: A systematic review of the literature. *World J Clin Oncol*, *5*(2), pp. 177-190

Apresentação de trabalhos em congressos e simpósios:

Internacionais:

- Posters:

Título: Could PHYSICAL EXERCISE prevent anthracycline-related cardiotoxicity in breast cancer patients? Rationale and design of a intra-hospital randomized controlled trial

Autores: Pedro Antunes, Dulce Esteves, Célia Nunes, Francisco Sampaio, Eduardo Vilela, Madalena Teixeira, António Ascensão, Anabela Amarelo, Ana Joaquim

Congresso: MASCC/ISOO Annual Meeting 2019

Local e Data: San Francisco, USA, 21-23 Junho 2019

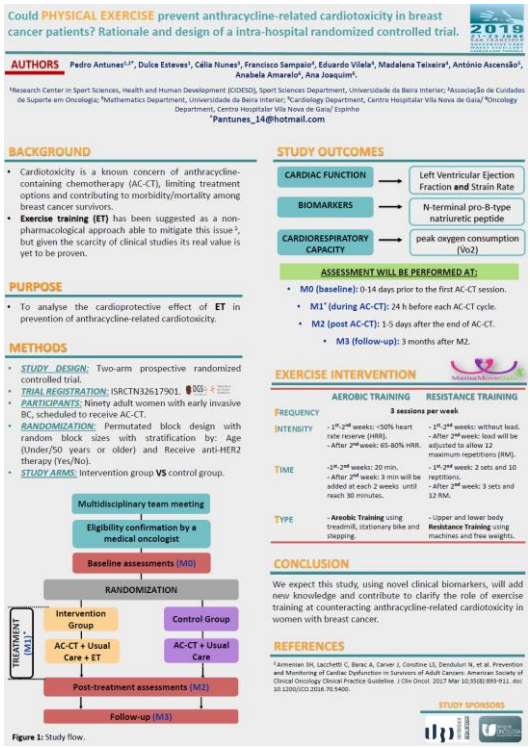
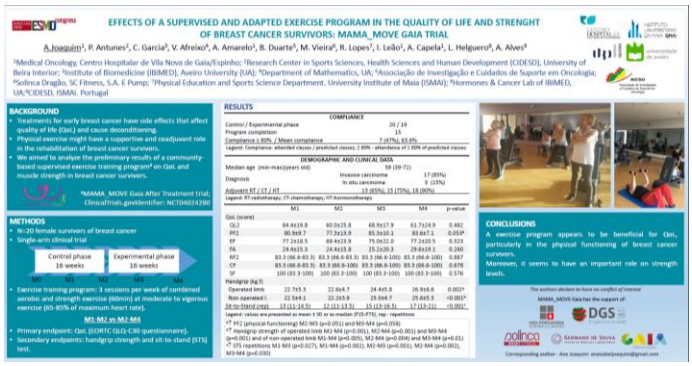


Figure 1: Study flow.

Título: Effects of a supervised and adapted exercise program in the quality of life and strenght of breast cancer survivors: mama_move gaia trial

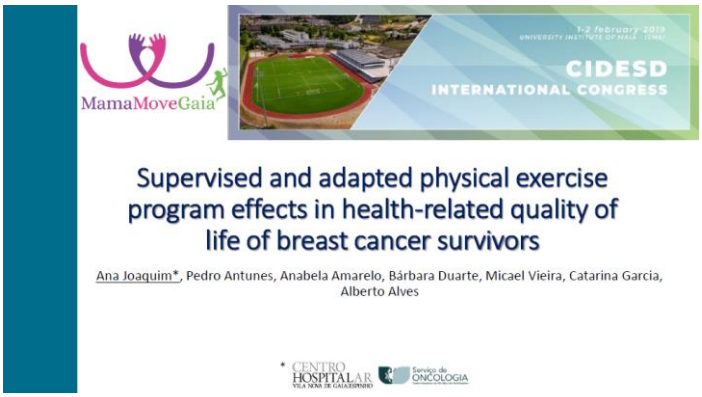


Autores: A.Joaquim, P. Antunes, C. Garcia, V. Afreixo, A. Amarelo, B. Duarte, M. Vieira, R. Lopes, I. Leão, A. Capela, L. Helguero, A. Alves

Congresso: ESMO Congress 2019

Local e Data: Barcelona, Espanha, 27 Setembro – 1 Outubro 2019

Título: Supervised and adapted physical exercise program effects in health-related quality of life of breast cancer survivors



Autores: Ana Joaquim, Pedro Antunes, Anabela Amarelo, Bárbara Duarte, Micael Vieira, Catarina Garcia, Alberto Alves

Congresso: International Congress - CIDESD 2019

Local e Data: Maia, 1-2 Fevereiro 2019

Nacionais:

- Comunicações Orais:

Título: Cancro da mama: quando a atividade física fica aquém das recomendações

Autores: Inês Leão, Catarina Garcia, Pedro Antunes, Joana Marinho, Ema Neto, Bárbara Duarte, Micael Vieira, Ricardo Lopes, Patrícia Mendanha, Maria Inês Martins, Anabela Amarelo, Andreia Capela, Alberto Alves, Ana Joaquim

Congresso: ONCOFIT – Cancer and Exercise Symposium

Local e data: Vila Nova de Gaia, 13 e 14 Setembro 2019

Título: Impacto de um programa de exercício físico supervisionado na qualidade de vida de mulheres sobreviventes de cancro da mama

Autores: Pedro Antunes, Ana Joaquim, Anabela Amarelo, Bárbara Duarte, Micael Vieira, Catarina Garcia, Alberto Alves

Congresso: Encontros da Primavera 2019

Local e Data: Évora, 10-13 Abril 2019

Título: O Futuro no GECCP – FIT for TREATMENT

Autores: Inês Leão, Catarina Garcia

Congresso: 9º Simpósio Cancro da Cabeça e Pescoço

Local e Data: Figueira da Foz, 21 de setembro de 2019

- Posters:

Título: Implementação De Um Programa De Exercício Físico Durante Quimioterapia Neoadjuvante

Autores: Pedro Antunes; Catarina Garcia; Alberto Alves; Andreia Capela; Anabela Amarelo; Cristiana Marques; Inês Leão; Ana Joaquim

Congresso: XVIII Congresso da Sociedade Portuguesa de Senologia, 2019

Local e Data: Algarve, 9-10 outubro 2019

XVIII JORNADAS DE SENOLOGIA

IMPLEMENTAÇÃO DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIO FÍSICO DURANTE QUIMIOTERAPIA NEOADJUVANTE

AUTORES: Pedro Antunes[1,2]; Catarina Garcia[1]; Alberto Alves[1]; Andreia Capela[1]; Arabela Amarvio[1]; Cristiana Marques[1]; Inês Leão[1]; Ana Joaquim[2]
[1]Research Center in Sport Sciences, Health and Human Development (CIDESD), Sport Sciences Department, Universidade da Beira Interior; [2]Serviço de Oncologia Médica, Centro Hospitalar de Vila Nova de Gaia/Espinho E.P.E
*AUTOR CORRESPONDENTE: PANTUNES_14@HOTMAIL.COM

INTRODUÇÃO

- A quimioterapia com antraciclinas (QCA) é uma modalidade terapêutica frequentemente usada no tratamento do cancro da mama (mama). Apesar da eficácia terapêutica, a QCA está também associada a efeitos secundários fisiológicos e psicológicos.
- A integração de abordagens complementares para prevenir alguns desses efeitos é essencial para minimizar o impacto na qualidade de vida desta população de doentes.
- O exercício físico (EF) é atualmente identificado como um meio seguro e eficaz na gestão da fadiga e do descondicionamento físico durante a quimioterapia.
- O ensaio *MAMA_MOVE Gaia under.treatment*[2] está em curso desde novembro de 2018 e tem objetivo analisar os efeitos de um programa de EF implementado em contexto intra-hospitalar em mulheres com cancro da mama a realizar QCA.

OBJECTIVOS

Apresentar resultados preliminares das primeiras 10 participantes incluídas, que realizaram QCA neoadjuvante, de forma a:

i. Investigar a viabilidade da implementação de um programa de EF supervisionado intra-hospitalar durante a QCA em mulheres com CM.
ii. Avaliar o seu impacto na fadiga e capacidade cardiorrespiratória comparativamente a um grupo controlo.

MÉTODOS

- **DESIGN DO ESTUDO:** Ensaio randomizado controlado com 2 braços.
- **BRAÇOS DO ESTUDO:**
  - *Grupo de intervenção (GI):* Cuidados médicos habituais + programa de EF supervisionado durante a respetiva QCA neoadjuvante (8-12 semanas).
  - *Grupo de controlo (GC):* Cuidados médicos habituais .
- **PARTICIPANTES:** Dez mulheres adultas, entre 40 e 60 anos de idade, com CM e decisão terapêutica para iniciar QCA neoadjuvante, foram aleatoriamente randomizadas entre um GI (n= 6) e um GC (n= 4).
- **OUTCOMES AVALIADOS:**
  - *Viabilidade da intervenção:* Taxa de adesão (número de presenças às sessões EF dividido pelo número total de sessões).
  - *FADIGA:* Avaliada através do questionário da EORTC o QLQ-C30.
  - *CAPACIDADE CARDIORESPIRATÓRIA:* avaliada através de um teste cardiorrespiratório em passadeira, com determinação do tempo de prova (minutos); do pico de consumo de oxigénio relativo (Vo2: ml.kg.min-1); e do pico de consumo de oxigénio no limiar anaeróbio (Vo2@LA; ml.kg.min-1).
- **MOMENTOS DE AVALIAÇÃO:**
  - *M0:* antes de iniciar QCA neoadjuvante(1-14 dias).
  - *M1:* após término da QCA neoadjuvante(2-5 dias).

CARACTERÍSTICAS DA INTERVENÇÃO

	TREINO AERÓBIO	TREINO FORÇA RESISTÊNCIA
FREQUÊNCIA	3 SÉRIES SEMANAIS	
INTENSIDADE	1ª-3ª Semana: <50 da FCR Após 3ª Semana: 60-80% da FCR	1ª-3ª Semana: <50 da FCR Após 3ª Semana: 60-80% da FCR
TEMPO/VOLUME	1ª-3ª Semana: 20 minutos Após 3ª Semana: 25>30 minutos	1ª-3ª Semana: 2 séries x 12 repetições Após 3ª Semana: 3 séries x 12 Rep
TIPO	Passadeira Bicicleta estacionária Step/ring	Máquinas de musculação Pesos livres Bandas de resistência

Legenda: FCR: Frequência cardíaca de reserva; RM: Repetições Máximas

RESULTADOS

Tabela 1. Características das participantes

	GRUPO DE INTERVENÇÃO (n= 6)	GRUPO DE CONTROLO (n= 4)
IDADE	51,5 ± 5	53,75 ± 6,07
ESTADIO		
II	5 (83,3%)	3 (75%)
III	1 (17%)	1 (25%)
DOSE CUMULATIVA DE ANTRACICLINAS	443,16 ± 36,10	381,6 ± 39,58

Tabela 2. Alterações na fadiga no grupo de intervenção e grupo de controlo

	GRUPO DE INTERVENÇÃO (n= 6)				GRUPO DE CONTROLO (n= 4)			
	M0	M1	Δ	p-value*	M0	M1	Δ	p-value* p-value†
FADIGA	14,83 ± 11,47	10,51 ± 11,47	-3,7	0,170	9,33 ± 6,41	30,00 ± 11,11	20,33	0,066 0,003

Os dados estão apresentados em média e desvio padrão.
Δ diferença entre os momentos de avaliação.
*p-value para comparar a avaliação do M0 vs M1 com teste t de amostras emparelhadas.
†p-value para comparar a variável diferença (Δ) com através do teste t de amostras independentes.

Tabela 3. Alterações na capacidade cardiorrespiratória no grupo de intervenção e grupo de controlo

	GRUPO DE INTERVENÇÃO (n= 6)				GRUPO DE CONTROLO (n= 4)			
	M0	M1	Δ	p-value*	M0	M1	Δ	p-value* p-value†
TEMPO	9,56 ± 1,66	10,62 ± 1,55	0,46	0,750	9,00 ± 2,16	9 ± 2,16	1,50	0,813 0,032
V_{O_2}	22,16 ± 3,59	20,63 ± 2,75	2,93	0,059	22,77 ± 0,76	19,02 ± 3,73	2,75	0,113 0,069
V_{O_2}@LA	16,82 ± 4,62	19,56 ± 4,35	3,11	0,056	16,90 ± 0,36	17,33 ± 4,16	0,33	0,850 0,167

Os dados estão apresentados em média e desvio padrão.
Δ diferença entre os momentos de avaliação.
*p-value para comparar a avaliação do M0 vs M1 com teste t de amostras emparelhadas.
†p-value para comparar a variável diferença (Δ) com através do teste t de amostras independentes.

Tabela 4. Taxa de adesão à intervenção proposta pelo grupo de intervenção.

TAXA DE ADESÃO À INTERVENÇÃO	71% (mínimo: 58.3%; máximo: 88.8%)

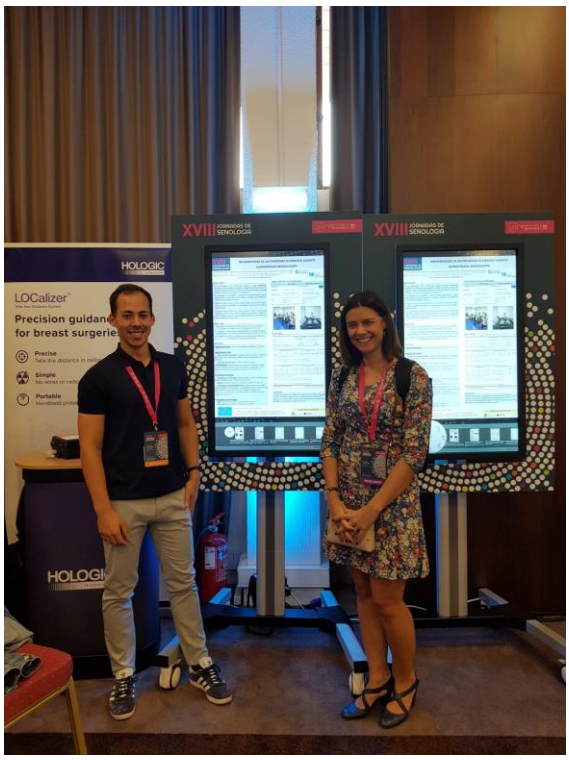
DISCUSSÃO

A implementação de um programa EF supervisionado aliado aos usuais cuidados de médicos durante a QCA neoadjuvante em mulheres CM, parece ser uma abordagem viável e com impacto positivo na perceção da fadiga e na resistência cardiorrespiratória.

MAMA_MOVE Gaia under.treatment[2]

ISRCTN32617901. Effects of physical exercise on cardiac health in women with breast cancer. https://doi.org/10.1186/ISRCTN32617901.

MAMA_MOVE apoiado por:



Congressos e Simpósios

Em 2019 a equipa da AICSO esteve presente em vários eventos, partilhando o seu conhecimento e experiência com outros profissionais através de palestras.

Título da Palestra: Papel do Exercício Físico na Prevenção da Obesidade no Cancro

Preletor: Alerto Alves

Evento: Encontros da Primavera 2019

Local e Data: Évora, 10-13 abril 2019

Título da Palestra: Exercício Físico: mais do que um medicamento para toxicidades

Preletor: Alberto Alves

Evento: 16º Congresso Nacional de Oncologia, SPO

Local e Data: Estoril, 28 – 30 Novembro 2019

Título da Palestra: Exercise and Cancer: more than an evidence, an urgency

Preletor: Alberto Alves

Evento: ONCOFIT – Exercise and Cancer Symposium

Local e Data: Vila Nova de Gaia, 13 e 14 Setembro 2019

Título da Palestra: OncoMove

Preletor: Ana Joaquim, Alberto Alves, Sofia Viamonte

Evento: Fórum PADIS – Inovar a Norte

Local e Data: Porto, 26 novembro 2019

Título da Palestra: Efeitos Laterais dos Tratamentos Oncológicos Sistémicos

Preletor: Andreia Capela

Evento: II Congresso Nacional Transdisciplinar de Oncologia

Data: Braga, 28 setembro 2019

Título da Palestra: Luto Profissional

Preletor: Andreia Capela

Evento: II Congresso De Cuidados Continuados e Paliativos, Instituto São João de Deus

Data: Lisboa, 22 outubro 2019

Título da Palestra: A importância da reabilitação no percurso da doença oncológica

Preletor: Ana Joaquim

Evento: Curso de Cuidados de Suporte e Paliativos

Data: Coimbra, 17-18 outubro 2019

Título da Palestra: Brain Tumors in Portugal

Preletor: Andreia Capela

Evento: Fourth Biennial World Summit of Brain Tumour Patient Advocates

Data: Washington, USA, 9-12 outubro 2019

Atividades de Formação

Em 2019 a equipa do OncoMove® deu formação através de um congresso e recebeu um donativo para receber formação em exercício e cancro.

Ações Formativas para o exterior:

O ONCOFIT – Exercise and Cancer Symposium trata-se de um simpósio científico multidisciplinar centrado nos benefícios e segurança da prática de exercício físico no doente com cancro. Trata-se de evento organizado pela equipa do OncoMove, com o Serviço de Oncologia do Centro Hospitalar Vila Nova de Gaia / Espinho, o CIDESD e o ISMAI e com a parceria do Centro de Reabilitação do Norte, Câmara Municipal de Gaia e do Solinca. Teve como presidentes Ana Joaquim e Alberto Alves.

Foram abordados temas práticos como a avaliação, aconselhamento e prescrição de exercício físico e alcançou-se o objetivo de partilha das melhores práticas clínicas e investigação nacional e internacional.

Visando integrar o exercício físico na abordagem terapêutica em Oncologia, contou com 30 preletores, e 300 inscritos das mais diversas áreas profissionais com interesse no cuidado ao doente oncológico, entre os quais médicos, enfermeiros, nutricionistas, psicólogos, fisioterapeutas, fisiologistas do exercício, investigadores e empresários da área do fitness. Foram submetidos 31 trabalhos, dos quais 6 foram selecionados para comunicação oral. Foram atribuídos 2 prémios, para melhor poster e melhor comunicação oral. Os resumos foram publicados na revista Motricidade, revista indexada.

Avenida João Paulo II, nº 911, loja 9, 4410-406 Arcozelo • Vila Nova de Gaia
geral@AICSO.pt • aicso.pt • NIPC 504841840

O Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P. certificou o OncoFit – Exercise and Cancer Symposium como ação de formação contínua geral, para técnicos de exercício físico e diretores, com 2.3 unidades de crédito.

O OncoFit – Exercise and Cancer Symposium recebeu o patrocínio científico de associações e organizações nacionais e internacionais: Associação de Enfermagem Oncológica Portuguesa, Associação Portuguesa dos Enfermeiros de Reabilitação, Associação Portuguesa dos Fisiologistas do Exercício, Associação Portuguesa de Fisioterapeutas, Associação Portuguesa dos Técnicos de Exercício Físico, Liga Portuguesa contra o Cancro, Multinational Association of Supportive Care in Cancer, Ordem dos Médicos, Sociedade Portuguesa de Medicina Física e de Reabilitação, Sociedade Portuguesa de Oncologia.

Contou ainda com patrocínios e apoios empresariais.

O simpósio irá decorrer com uma frequência bianual e pretende destacar-se a nível nacional como uma referência científica e espaço de partilha e discussão para todos os profissionais ligados a reabilitação do doente oncológico ao longo de toda a sua trajetória.

Avenida João Paulo II, nº 911, loja 9, 4410-406 Arcozelo • Vila Nova de Gaia
geral@AICSO.pt • aicso.pt • NIPC 504841840

AICSO Associação de Investigação e Cuidados de Suporte em Oncologia

Afiliada Portuguesa

MASCC Multinational Association of Supportive Care in Cancer WWW.MASCC.ORG

Avenida João Paulo II, nº 911, loja 9, 4410-406 Arcozelo • Vila Nova de Gaia
geral@AICSO.pt • aicso.pt • NIPC 504841840

Formação Pré e Pós-Graduada

Docência

Ana Joaquim é docente convidada do Mestrado de Fisiologia do Desporto da Universidade Europeia desde o ano 2019/2020, onde leciona as aulas de exercício físico e oncologia.

Estágios Curriculares

Durante o ano 2019, 5 alunos do Mestrado de Desporto e Saúde do ISMAI realizaram estágios curriculares nos programas de investigação da AICSO. Três alunos estiveram envolvidos no projeto Mama_Move_Gaia, um aluno no projeto Prostata_Move e uma aluno esteve envolvido em ambos os projetos.

Projetos de Doutoramento

Atualmente a AICSO alberga dois projetos de doutoramento, ambos em cancro da mama. Ana Joaquim desenvolve o seu projeto de doutoramento com um projeto de exercício físico para doentes com cancro da mama após completarem os tratamentos primários pretendendo avaliar os efeitos na qualidade de vida destas doentes e na sua aptidão física. Pedro Antunes desenvolve o seu projeto de doutoramento com um programa de exercício físico para doentes com cancro da mama durante tratamento com quimioterapia cardiotóxica pretendendo avaliar o efeito do exercício físico na prevenção da cardiotoxicidade das antraciclinas. Este projeto foi alvo de uma bolsa de doutoramento da FCT. O projeto de doutoramento da Catarina Garcia foi também alvo de atribuição de bolsa da FCT para um programa de exercício físico em doentes com cancro da cabeça e pescoço pretendendo avaliar o efeito do exercício físico na prevenção das alterações endoteliais desencadeadas pela RT e cisplatina.

Ações Formativas da Equipa:

CanRehab – Formação em Exercício e Cancro

Reconhecendo a necessidade de a equipa ligada à reabilitação física aumentar a sua certificação em exercício físico em doentes oncológicos, a AICSO recebeu um donativo da SC Fitness para que os profissionais dos projetos da AICSO recebessem formação CANREHAB, uma certificação britânica de nível 4 em exercício e cancro. Assim de 15 a 18 de Abril, no Porto Palácio Hotel & SPA, 10 profissionais ligados ao desporto e reabilitação, 6 dos quais profissionais dos projetos da AICSO (uma enfermeira de reabilitação e de oncologia, 5 profissionais da área de desporto e saúde) e os restantes 4 profissionais do Solinca destinados a integrar as equipas avançadas de fisiologistas que na empresa se dedicarão mais à fisiologia do exercício no doente oncológico.

CanRehab é um programa criado no Reino Unido que disponibiliza trabalho de consultadoria na implementação e funcionamento de programas de exercício físico para doentes oncológicos e ministra cursos de especialização para profissionais de desporto e profissionais de saúde em exercício e cancro. Os cursos de especialização do CanRehab fornecem formação baseada em evidência científica que levem a implementação de guidelines atuais em exercício e cancro: triagem de exercícios, aconselhamento sobre mudanças de comportamento, prescrição de exercícios para doentes oncológicos e estratificação de riscos, a fim de garantir programas seguros e eficazes de exercício / atividade física. A avaliação consiste em 3 módulos: avaliação prática,

preparação de caso de estudo e exame com perguntas de escolha múltipla e perguntas de resposta curta. Os cursos conferem certificação de nível 4 em exercício e cancro para profissionais do fitness.

Os cursos são ministrados pela professora Anna Campbell. A Professora Anna Campbell é Professora de na Edinburgh Napier University em Ciência do Exercício Clínico. Dedica-se a investigação na área do exercício e cancro e colabora e partilha trabalhos científicos com vários profissionais da área a nível mundial. É consultora da Macmillan Cancer Care, participando na implementação e avaliação do programa MoveMore de exercício físico para doentes oncológicos em contexto comunitário. Realiza workshops para profissionais de saúde do NHS no sentido de aumentar a confiança dos mesmos no procedimento de triagem e intervenção na mudança de comportamento e aumentar as referências a programas comunitários.

Formação Semanal da Equipa

Semanalmente a equipa de profissionais do OncoMove reúne-se presencialmente no Serviço de Oncologia do Centro Hospitalar Vila Nova de Gaia / Espinho para discussão de temas científicos e organização de projetos futuros, avaliação de programas em curso e discussão de casos clínicos. Esta organização teve início em julho de 2019 e as formações tiveram os seguintes temas e preletores:

REUNIÕES CIENTÍFICAS DO ONCOMOVE
2019

DATA		APRESENTAÇÃO	RESPONSÁVEL
JUNHO	28.06.2019	Linfedema	Anabela + Alberto
AGOSTO	01.08.2019	Cardiotoxicidade em Oncologia	Ana J, Telma C, Pedro T (Cardio)
OUTUBRO	03.10.2019	Conceitos básicos em cancro da próstata – parte 1 Efeitos laterais da hormonoterapia em cancro da próstata	Sandra C., Andreia C. Raquel Rodrigues (Urologia)
	17.10.2019	Lombalgia	Ana João Costa (CRN)
	24.10.2019	Caso clínico MAMA_MOVE	Ana J.
	31.10.2019	Caso clínico PROSTATA_MOVE	Andreia C.
NOVEMBRO	07.11.2019	Experiência em Navarra Organização das próximas avaliações MAMA_MOVE e PROSTATA_MOVE	Lia Bahut Ana J. + Andreia + Alberto
	14.11.2019	Revisão das guidelines ACSM	Pedro Antunes
	21.11.2018	Efeitos secundários - CTCAE	Andreia Capela
DEZEMBRO	05.12.2019	Neuropatia periférica induzida pela QT e o papel da reabilitação / exercício físico	Anabela Amarelo
	12.12.2019	Fasceite plantar	Ismael Carneiro (CRN)
	19.12.2019	Experiência na Escócia com o Move More	Anabela + Alberto + Ana J.

Ações na Comunidade

As ações na comunidade são um dos pilares de ação da AICSO, visando agregar a comunidade em geral e os doentes oncológicos em particular para os temas da promoção da saúde e consciencialização de temas ligados a oncologia.

MoveForLife

É um evento comunitário dedicado a promover e consciencializar para a saúde da mulher a viver com e para além do cancro. Através de uma aula de zumba pretende-se promover estilos de vida saudáveis e ativos. A primeira vez que se realizou foi em 2019 e prevê-se a sua realização anual no mês de março. Em 23 de Março de 2019 cerca de 300 pessoas inscreveram-se no evento e participaram numa aula de zumba. A inscrição tinha um custo de 3 euros e dava direito a t-shirt do evento, pequeno snack com água, barra de cereais e peça de fruta e seguro de acidentes pessoais. A aula de zumba foi conduzida por profissionais do Solinca e decorreu no Pavilhão Municipal das Pedras – Nelson Cardoso, em Vila Nova de Gaia. Esta ação teve o apoio da Câmara Municipal de Gaia, EventSport e Solinca.

Mega Aula de Zumba

A 26 de outubro, integrado no programa Porto a Treinar, promovido pela Câmara Municipal do Porto, realizou-se uma Mega Aula de Zumba no Parque Oriental. O evento reuniu 300 participantes, e associou-se a celebração da mulher sobrevivente de cancro da mama. A inscrição era gratuita, mas com possibilidade de pagamento de 3 euros para direito a kit de participação com oferta de t-shirt. O valor reverteu para a Associação.

Caminhada Cancro da Próstata

A Caminhada Cancro da Próstata iniciou-se em 2018 como um evento destinado a consciencializar para o tema do cancro da próstata e a promoção de hábitos de vida saudáveis e ativos. A ação decorreu no mês de alerta para esta doença, Novembro. Em 2019 o evento realizou-se a 17 de novembro na Marina da Afurada contando com cerca de 200 participantes. Trata-se de um evento de realização anual de inscrição gratuita, mas obrigatória com direito a t-shirt do evento, snack e

água e seguro de acidentes pessoais. Contou com apoio à sua realização da Câmara Municipal de Gaia, Associação Portuguesa de Urologia, Grupo Português Genito-Urinário, Associação Portuguesa de Doentes da Próstata, Sanofi, Astellas, Symington, MediSousa.

Semana Europeia do Desporto

No seguimento de um convite feito pela Liga Portuguesa Contra o Cancro (LPCC), a AICSO esteve presente numa iniciativa da Escola Secundária Almeida Garrett (Vila Nova de Gaia) por ocasião da "Semana do Desporto" em sessões educacionais dirigidas a alunos do 12.º ano. O tema que a AICSO abordou foi "Exercício e Cancro". As sessões foram dinamizadas por Anabela Amarelo, Joana Silva, Pedro Antunes e Catarina Garcia e consistiram numa apresentação power-point procurando-se promover também a interação com a audiência. O objetivo da apresentação era demonstrar a importância do exercício físico nos indivíduos que vivem com e para além de um diagnóstico de cancro. Estiveram presentes cerca de 150 alunos com os quais também se trabalharam os temas de prevenção para a saúde nomeadamente com a identificação de fatores de risco oncológico modificáveis. Esta ação destinou-se a uma população específica com um caráter educativo elevado.

Ações de networking e grupos de trabalho

As ações realizadas no âmbito de grupos de trabalho e grupos de consenso em temas do âmbito da Associação são momentos em que a AICSO pode dar o seu contributo e partilhar a sua visão com profissionais, entidades, comunidade em geral e doentes oncológicos.

Grupo de Trabalho da SPO

Dois elementos da Direção da AICSO, Ana Joaquim e Andreia Capela, integram o Grupo de Trabalho de Cuidados de Suporte e Paliativos da Sociedade Portuguesa de Oncologia. Neste grupo de trabalho discutem-se e programam-se ações no âmbito dos cuidados de suporte e cuidados paliativos em Oncologia. A integração e estabelecimento de trabalho entre as duas Associações científicas far-se-á através deste grupo de trabalho, uma vez que os seus objetivos e missões encontram aqui muitos pontos comuns. Em representação da SPO, Andreia Capela, esteve presente na cerimónia de lançamento da Plataforma de Impacto Social (SIP Portugal) que decorreu no auditório 3 da Fundação Calouste Gulbenkian no dia 18 de Outubro de 2019.

Apresentação na Assembleia da República

No dia 26 de junho de 2019 A AGAP | Portugal Activo, com o apoio da Assembleia da República, organizou, no Auditório António de Almeida Santos, uma Conferência subordinada ao tema "O Valor do Exercício Físico na Saúde." Ana Joaquim participou como oradora na conferência com o tema O EXERCÍCIO COMO COADJUVANTE NA TERAPÊUTICA DE DOENÇAS.

Ação no Serviço de Urologia do Centro Hospitalar Universitário de Lisboa Central

A 13 de dezembro de 2019 Ana Joaquim e Andreia Capela apresentaram o programa OncoMove e a AICSO e o projeto Prostata_Move. Esta ação foi facilitada pela interação com a farmacêutica Astellas. Resultou num momento de partilha de trabalho, perspetivas de colaboração e eventuais possibilidade de replicar algumas atividades e interações científicas em fóruns e seminários.

Apresentação em Sessão no Ginásio Clube Português

Em Março de 2019 Pedro Antunes fez uma apresentação numa sessão do Ginásio Clube Português, visando também o programa Mama_Move_Gaia e os seus intervenientes.

Visita à Escócia

De 17 a 21 de novembro os elementos Ana Joaquim, Anabela Amarelo e Alberto Alves realizaram uma visita de trabalho à Escócia. Esta consistiu uma atividade de interação com Anna Campbell no sentido de conhecer programas de exercício físico, quer

investigacionais quer de oferta na comunidade. Os elementos da AICSO tiveram oportunidade de visitar unidades hospitalares e conhecer os profissionais debatendo as questões de instalação de projetos de investigação bem como a referenciação para programas de cariz comunitário. Puderam ainda conhecer projetos comunitários do programa MoveMore da Macmillan Cancer Support, percebendo a sua conceção, instalação e acompanhamento. Estabeleceram contatos no sentido de eventuais parcerias da AICSO com o CanRehab e também com o programa MoveMore.

Avenida João Paulo II, nº 911, loja 9, 4410-406 Arcozelo • Vila Nova de Gaia
geral@AICSO.pt • aicso.pt • NIPC 504841840

Prémios

Prémio de Investigação da SPO

O projeto FIT4TREAT, submetido por Inês Leão, recebeu o segundo prémio do Curso de Investigação do NIJE no valor de 2500 euros.

Prémio de Comunicação Oral Encontros da Primavera

A comunicação oral "Impacto de um programa de exercício físico supervisionado na qualidade de vida de mulheres sobreviventes de cancro da mama", apresentada por Pedro Antunes recebeu o segundo prémio de comunicação oral nos Encontros da Primavera 2019, no valor de 750 euros.

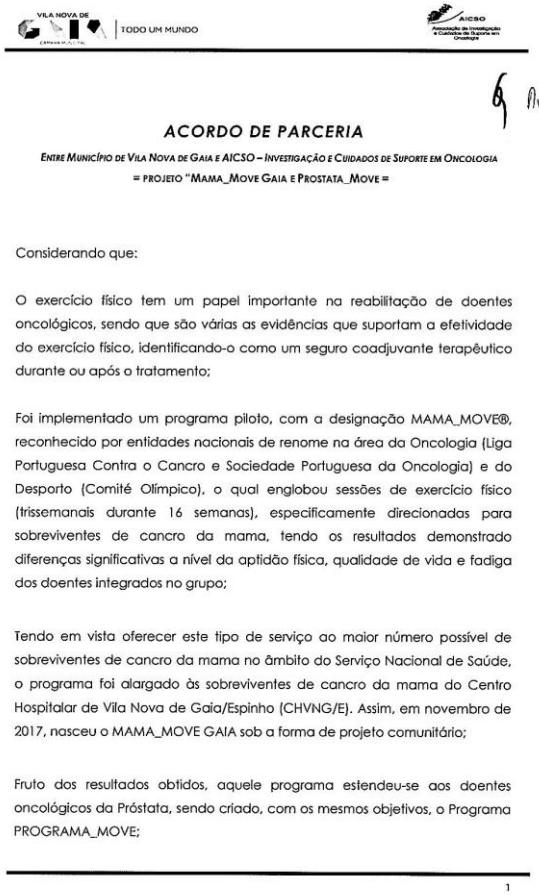
Prémio Comunicação Oral no ONCOFIT

O trabalho Cancro da mama: quando a atividade física fica aquém das recomendações, apresentado por Inês Leão sob a forma de Comunicação Oral no ONCOFIT recebeu o prémio de melhor Comunicação neste simpósio.

Protocolos Interinstitucionais

Câmara Municipal de Gaia

Em abril de 2019 foi assinado o protocolo de colaboração entre a AICSO e a Câmara Municipal de Gaia onde se acordou a disponibilização gratuita de pavilhão municipal para os treinos do Prostata_Move e a disponibilização de 7500 euros para apoio aos custos com transportes e aquisição de material. O protocolo estará em vigor até 31 de julho de 2020 e em 2020 serão tomadas as ações necessárias para dar continuidade a protocolos de colaboração entre as duas instituições.



VILA NOVA DE GAIA | TODO UM MUNDO

AICSO Associação de Investigação e Cuidados de Suporte em Oncologia

ACORDO DE PARCERIA

ENTRE MUNICÍPIO DE VILA NOVA DE GAIA E AICSO – INVESTIGAÇÃO E CUIDADOS DE SUPORTE EM ONCOLOGIA
= PROJETO "MAMA_MOVE GAIA E PROSTATA_MOVE =

Considerando que:

O exercício físico tem um papel importante na reabilitação de doentes oncológicos, sendo que são várias as evidências que suportam a efetividade do exercício físico, identificando-o como um seguro coadjuvante terapêutico durante ou após o tratamento;

Foi implementado um programa piloto, com a designação MAMA_MOVE®, reconhecido por entidades nacionais de renome na área da Oncologia (Liga Portuguesa Contra o Cancro e Sociedade Portuguesa da Oncologia) e do Desporto (Comité Olímpico), o qual englobou sessões de exercício físico (trissemanais durante 16 semanas), especificamente direcionadas para sobreviventes de cancro da mama, tendo os resultados demonstrado diferenças significativas a nível da aptidão física, qualidade de vida e fadiga dos doentes integrados no grupo;

Tendo em vista oferecer este tipo de serviço ao maior número possível de sobreviventes de cancro da mama no âmbito do Serviço Nacional de Saúde, o programa foi alargado às sobreviventes de cancro da mama do Centro Hospitalar de Vila Nova de Gaia/Espinho (CHVNG/E). Assim, em novembro de 2017, nasceu o MAMA_MOVE GAIA sob a forma de projeto comunitário;

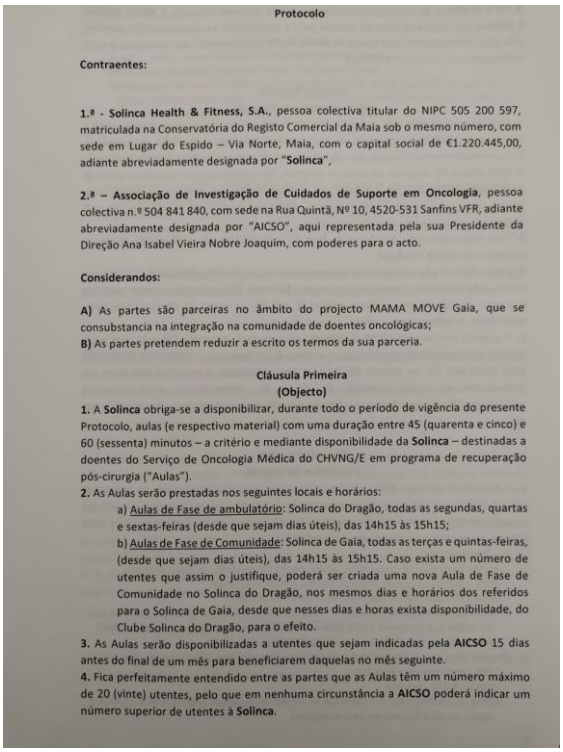
Fruto dos resultados obtidos, aquele programa estendeu-se aos doentes oncológicos da Próstata, sendo criado, com os mesmos objetivos, o Programa PROGRAMA_MOVE;

1

Solinca

Desde 2017 que a AICSO tem em curso um programa comunitário de exercício físico para doentes com cancro da mama não metastizado após tratamento primário. Em 2019 o protocolo de cooperação com o Solinca foi revisto com clarificação das obrigações de cada parte e com a hipótese de as doentes sinalizadas pela AICSO usufruírem de condições especiais e acesso a duas aulas semanais especificamente desenhadas para esta população. A parceria com o Solinca foi também reforçada com a disponibilização de espaço e profissionais para as aulas do projeto de investigação Mama_Move_Gaia_After_Treatment. Esta parceria tem crescido também com uma

disponibilidade e contributo de conhecimentos de vários profissionais do Solinca, que têm feito formação na área de exercício e cancro e participado ativamente nos projetos do OncoMove®.



Protocolo

Contraentes:

1.ª - Solinca Health & Fitness, S.A., pessoa colectiva titular do NIPC 505 200 597, matriculada na Conservatória do Registo Comercial da Maia sob o mesmo número, com sede em Lugar do Espido – Via Norte, Maia, com o capital social de €1.220.445,00, adiante abreviadamente designada por "**Solinca**",

2.ª – Associação de Investigação de Cuidados de Suporte em Oncologia, pessoa colectiva n.º 504 841 840, com sede na Rua Quintã, Nº 10, 4520-531 Sanfins VFR, adiante abreviadamente designada por "AICSO", aqui representada pela sua Presidente da Direção Ana Isabel Vieira Nobre Joaquim, com poderes para o acto.

Considerandos:

A) As partes são parceiras no âmbito do projecto MAMA MOVE Gaia, que se consubstancia na integração na comunidade de doentes oncológicas;
B) As partes pretendem reduzir a escrito os termos da sua parceria.

Cláusula Primeira
(Objecto)

1. A **Solinca** obriga-se a disponibilizar, durante todo o período de vigência do presente Protocolo, aulas (e respectivo material) com uma duração entre 45 (quarenta e cinco) e 60 (sessenta) minutos – a critério e mediante disponibilidade da **Solinca** – destinadas a doentes do Serviço de Oncologia Médica do CHVNG/E em programa de recuperação pós-cirurgia ("Aulas").
2. As Aulas serão prestadas nos seguintes locais e horários:
a) Aulas de Fase de ambulatório: Solinca do Dragão, todas as segundas, quartas e sextas-feiras (desde que sejam dias úteis), das 14h15 às 15h15;
b) Aulas de Fase de Comunidade: Solinca de Gaia, todas as terças e quintas-feiras, (desde que sejam dias úteis), das 14h15 às 15h15. Caso exista um número de utentes que assim o justifique, poderá ser criada uma nova Aula de Fase de Comunidade no Solinca do Dragão, nos mesmos dias e horários dos referidos para o Solinca de Gaia, desde que nesses dias e horas exista disponibilidade, do Clube Solinca do Dragão, para o efeito.
3. As Aulas serão disponibilizadas a utentes que sejam indicadas pela **AICSO** 15 dias antes do final de um mês para beneficiarem daquelas no mês seguinte.
4. Fica perfeitamente entendido entre as partes que as Aulas têm um número máximo de 20 (vinte) utentes, pelo que em nenhuma circunstância a **AICSO** poderá indicar um número superior de utentes à **Solinca**.

O protocolo de colaboração com a Sociedade Portuguesa de Oncologia foi aprovado pela mesma, estando prevista a assinatura do mesmo no início de 2020.

Apoios e Parcerias

Liga Portuguesa Contra o Cancro – Núcleo Regional Norte

A Liga Portuguesa Contra o Cancro – Núcleo Regional Norte concedeu apoio financeiro ao projeto Mama_Move_Gaia para aquisição de material. Estes fundos foram canalizados essencialmente para aquisição de mangas elásticas para as doentes com cancro da mama e com necessidade da sua utilização de acordo com prescrição de Fisiatria. Também no ano de 2019 foi iniciada a planificação de uma pós-graduação em exercício e cancro a incluir nas formações da LPCC-NRN e a desenvolver no ano de 2020.

Instituto Superior da Maia – ISMAI

Através de Alberto Alves a parceria com o ISMAI tem sido alimentada e enriquecida ao longo do tempo. Esta parceria tem permitido o empréstimo de material para as avaliações e os programas de investigação da AICSO. Tem também possibilitado que alunos do ISMAI realizem estágios curriculares nos programas de investigação em exercício e cancro e participem nos trabalhos científicos e nas reuniões de formação da equipa.

Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano – CIDESD

Profissionais do CIDESD têm estado envolvidos nas atividades da AICSO, contribuindo com o seu conhecimento científico e técnico.

Solinca

A SCFitness na sua colaboração com a AICSO ao longo de todo o ano 2019 esteve presente em muitas ações, nomeadamente financiando os instrutores do projeto Mama_Move_Gaia_After_Treatment e cedendo os instrutores para a aula de Zumba do MoveForLife e o animador para a Caminhada Cancro da Próstata.

O seu donativo financeiro foi também fundamental para permitir a formação CanRehab dos profissionais da AICSO.

Foi também concedida uma sala no Solinca Gaia que permite ter um espaço de reunião das equipas da Associação e tem um armário fechado que permite guardar algum material e documentos com dados confidenciais.

Federação Portuguesa de Futebol

Para o desenvolvimento do projeto Prostata_Move o envolvimento da FPF foi fundamental. Intervenção crítica e científica dos seus fisiologistas, co-investigadores do projeto, mas também a contração de treinador e fisiologista para as sessões. A FPF contribuiu igualmente com a aquisição do seguro de investigação para o projeto e dispensa de material para os treinos. Do ponto de vista motivacional cedeu equipamentos aos participantes do projeto e ofereceu bilhetes para alguns eventos desportivos. Também pela FPF os resultados do trabalho Prostata_Move irão ser apresentados no congresso Football is Medicine 2020, indo ser apoiada a participação da investigadora principal Andreia Capela.

Instituto Português do Desporto e Juventude – IPDJ

Os projetos Mama_Move_Gaia_On_Treatment, Mama_Move_Gaia_After_Treatment e Prostata_Move submeteram candidaturas a apoio financeiros do IPDJ no ano 2019. O projeto Mama_Move_Gaia_After_Treatment recebeu a aprovação de financiamento de um total de 5.000 EUROS (ao abrigo do Programa Nacional de Desporto para todos), euros a ser transferido em duas fases, mediante apresentação de relatório do projeto justificativo dos gastos.

INSTITUTO PORTUGUÊS DO DESPORTO E JUVENTUDE, I.P.

Novartis

A Novartis concedeu um apoio de 18000 euros para o desenvolvimento do plano de comunicação do OncoMove® para o ano 2020. A este valor acresce a disponibilidade de 3000 euros para formação dos profissionais na Europa.

Astellas

A Astellas tem sido um parceiro da Associação tendo disponibilizado no seu stand no OncoFit uma bicicleta estática como incentivo a todos os participantes. No seu stand do congresso da Sociedade Portuguesa de Oncologia teve a presença contínua de um fisiologista e de uma nutricionista colaboradores do OncoMove®, disponibilizando informação a todos os participantes. No mesmo stand, esteve disponível uma bicicleta estática com contagem de moves com objetivos diários, que foram sempre atingidos. Esses objetivos foram então convertidos num donativo a Associação de 1500 euros.

Avenida João Paulo II, nº 911, loja 9, 4410-406 Arcozelo • Vila Nova de Gaia
geral@AICSO.pt • aicso.pt • NIPC 504841840

Junta de Freguesia de Arcozelo

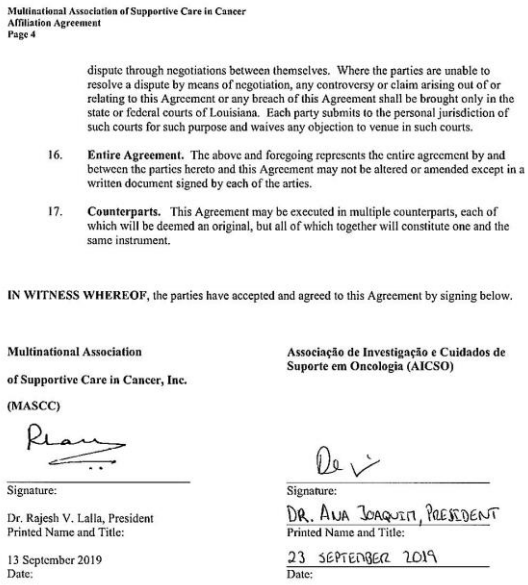
Ao longo dos últimos 2 anos a Junta de Freguesia de Arcozelo tem demonstrado disponibilidade para com a AICSO e os seus profissionais. Concedeu espaço para alocar a nova sede da Associação e cede regularmente o seu Salão Nobre para a realização das Assembleias Gerais da AICSO.

Cabeleireiro Cristina Oliveira

O Cabeleireiro Cristina Oliveira fez uma angariação de fundos que reverteu no donativo de 250 euros para a associação.

Afiliação Internacional

Por altura do congresso anual da Multinational Association of Supportive Care in Cancer (MASCC), em junho de 2019, iniciaram-se as conversações com vista a tornar a AICSO a afiliada portuguesa da Multinacional. Durante o congresso que decorreu em São Francisco, Andreia Capela reuniu



Multinational Association of Supportive Care in Cancer
Affiliation Agreement
Page 4

dispute through negotiations between themselves. Where the parties are unable to resolve a dispute by means of negotiation, any controversy or claim arising out of or relating to this Agreement or any breach of this Agreement shall be brought only in the state or federal courts of Louisiana. Each party submits to the personal jurisdiction of such courts for such purpose and waives any objection to venue in such courts.

16. **Entire Agreement.** The above and foregoing represents the entire agreement by and between the parties hereto and this Agreement may not be altered or amended except in a written document signed by each of the arties.

17. **Counterparts.** This Agreement may be executed in multiple counterparts, each of which will be deemed an original, but all of which together will constitute one and the same instrument.

IN WITNESS WHEREOF, the parties have accepted and agreed to this Agreement by signing below.

Multinational Association of Supportive Care in Cancer, Inc. (MASCC)	**Associação de Investigação e Cuidados de Suporte em Oncologia (AICSO)**
Signature:	Signature:
Dr. Rajesh V. Lalla, President Printed Name and Title:	DR. ANA JOAQUIM, PRESIDENT Printed Name and Title:
13 September 2019 Date:	23 SEPTEMBER 2019 Date:

MASCC's Newest Affiliate: Associação de Investigação e Cuidados de Suporte em Oncologia

As Dr. Lalla indicated in his President's Message, MASCC has just signed an affiliate agreement with the Associação de Investigação e Cuidados de Suporte em Oncologia (AICSO), the Oncology Supportive Care Research Association in Portugal. AICSO Board member Dr. Andreia Capela has been instrumental in bringing about this partnership, which will increase the memberships of both organizations, support collaboration, and help to promote the goals of supportive care in cancer. AICSO, founded in 2001, is a nonprofit, public interest institution. Its aim is the integration of supportive care resources for cancer patients all along the cancer continuum. In recent years, the organization has been active in promoting an active lifestyle for all patients living with and beyond cancer. To meet its goals, AICSO promotes research programs and professional development in supportive cancer care, as well as helping to educate the public about the importance of supportive care for all cancer patients and survivors. AICSO is led by President Dr. Ana Joaquim and Vice-President Dr. Sandra Custódio who, as well as Dr. Capela, are medical oncologists. Find out more at http://www.aicso.pt.

AICSO
Associação de Investigação e Cuidados de Suporte em Oncologia

Ana Joaquim, MD
AICSO President

Sandra Custódio, MD
AICSO Vice-President

Andreia Capela, MD
AICSO Board Member

com o Presidente da MASCC, à data, Rajesh Lalla, e a diretora executiva, Melissa Chin, averiguando as condições e exigências para a afiliação. A proposta de afiliação foi posteriormente discutida e aprovada em Assembleia Geral. Em 23 de Setembro o acordo foi assinado e o anúncio da filiação surgiu nas e-news da Mascc de outubro 2019. O acordo estabelece que os sócios da AICSO terão de se inscrever com a MASCC, com todos os benefícios dessa afiliação, e que parte do valor da quota paga à MASCC é anualmente transferida para a AICSO. Atendendo a que a AICSO comporta mais do que apenas profissionais de saúde, salvaguardou-se essa pluralidade, exigindo que apenas os profissionais de saúde façam a sua inscrição com a MASCC e que todos os outros (efetivos não profissionais de saúde, beneficiários e honorários) façam a sua inscrição diretamente com a AICSO e regularização de quotas com a AICSO. No próximo congresso da MASCC a AICSO irá ter um espaço para comunicação oral do seu projeto, conjuntamente com as outras afiliadas.

AICSO nas notícias

Formato: Imprensa televisiva

Canal: Porto Canal

Programa: Consultório

Data: 30 outubro 2019

Tema: Dia Nacional de Luta Contra o Cancro da Mama

Interveniente: Ana Joaquim

Link: http://portocanal.sapo.pt/um_video/CZ4Y3AIZ02N1DzKJ3nn2?fbclid=IwAR3g19KpqIdSBMLzOqTq810hQHR3UjXBplJ5YtLwgjOkpRUTE5w_Q1_OSdY

Ana Joaquim foi entrevistada a propósito do assinalar do mês de outubro como o mês em que se assinala a "luta" contra o cancro da mama. Abordou a importância do rastreio e precocidade do diagnóstico. Alertou para a importância de a mulher conhecer o seu próprio corpo e de sinalizar alterações encontradas. Foi abordada a integração do exercício físico no projeto terapêutico do cancro da mama, já abordada cientificamente e recomendada por várias sociedades e orientações clínicas. Neste seguimento, foi também apresentada a limitação clínica de fazer recomendações concretas e adequadas a cada doente e daí justificada a necessidade de profissionais competentes na prescrição de exercício físico nas equipas multidisciplinares tal como temos profissionais a abordar outros temas nesta população de doentes. Foi apresentado o projeto Mama_Move_Gaia nas suas várias vertentes (comunidade, after treatment e on treatment), com características das populações a que se dirigem, modelo de implementação e os objetivos e resultados expetáveis de cada uma das vertentes. A conversa terminou com o esclarecimento e desmistificação da entidade cancro da mama metastizado, seus tratamentos e seu prognóstico.

Formato: Imprensa televisiva

Programa: Amor à Camisola

Canal: Canal 11

Data: 22 outubro 2020

Tema: Projeto de Investigação Prostata_Move

Intervenientes: Alberto Alves e Andreia Capela

Alberto Alves e Andreia Capela apresentaram o projeto Prostata_Move, abordando o desenho do projeto, a sua implementação e os seus objetivos. Durante o programa foram ainda exibidas imagens dos treinos, captadas pelos investigadores.

Formato: Imprensa escrita digital

Canal: Newsfarma – My Oncologia

Data: 10 setembro 2019

Tema: OncoMove: melhorar a qualidade de vida do doente oncológico

Interveniente: Ana Joaquim e Alberto Alves

Link: https://myoncologia.pt/entrevistas/1345-oncomove-melhorar-a-qualidade-de-vida-do-doente-oncol%C3%B3gico.html

Ana Joaquim e Alberto Alves apresentaram o programa OncoMove®. Na sua génese uma lacuna no panorama nacional de oferta em Saúde a nível de programas estruturados e universais que integrem as diferentes dimensões de reabilitação da pessoa que vive com e para além do cancro e a integração das várias vertentes da reabilitação nos cuidados de suporte do doente e sobrevivente de cancro. A missão do programa é a de fomentar a introdução da reabilitação física, psicológica, social e cognitiva no manancial de cuidados de suporte da pessoa que vive com e para além do diagnóstico de cancro, na formação e educação dos profissionais de saúde, na investigação científica e nas campanhas de sensibilização da comunidade civil. Na prática, o programa ambiciona desenhar, testar e implementar projetos inovadores de reabilitação que beneficiem o maior número de doentes oncológicos, não apenas durante a fase de tratamento, mas também durante a fase do survivorship. No contexto da reabilitação, "o exercício físico desempenha um papel central e pode ser implementado de forma segura durante o tratamento oncológico, sendo capaz de minimizar as alterações na aptidão física e na composição corporal que ocorrem durante o tratamento, aumentar a eficácia e reduzir a toxicidade do tratamento, recuperar mais rapidamente e melhorar significativamente a qualidade de vida. apesar de os benefícios e a segurança do exercício físico adaptado serem suportados por uma ampla e consistente evidência científica, o número de doentes que beneficia deste tipo de programas ainda é bastante reduzido. Por outro lado, a evidência ainda é relativamente limitada em determinados tipos de cancro, como por exemplo o da cabeça e pescoço." Por este motivo, é necessário desenvolver um programa de reabilitação que tenha por base a combinação entre a prática clínica e a investigação científica na área do exercício físico. "Para além disso, sabemos que para beneficiarem destes cuidados, é fundamental que as pessoas que vivem com e para além do cancro, os profissionais de saúde, os familiares, amigos e a comunidade, estejam conscientes da sua importância. Logo, um dos pilares deste programa é a formação e educação contínua de todos os agentes envolvidos no processo. Foram também abordados os três eixos de atuação do OncoMove®: Desenvolvimento, implementação e monitorização de projetos de investigação e comunitários na área do exercício e cancro; Educação na Comunidade; Formação da Comunidade Científica.

Formato: Imprensa escrita digital

Canal: Newsfarma – My Oncologia

Data: 28 outubro 2019

Tema: Benefício do exercício adaptado na qualidade de vida de sobreviventes de cancro da mama

Interveniente: Ana Joaquim

Link: https://www.myoncologia.pt/entrevistas/1398-benef%C3%ADcio-do-exerc%C3%ADcio-adaptado-na-qualidade-de-vida-de-sobreviventes-de-cancro-da-mama.html

No ESMO Congress 2019 foram apresentados os primeiros resultados do ensaio clínico MAMA_MOVE Gaia, um projeto piloto que se propõe a estudar o impacto do exercício físico na mulher sobrevivente de cancro da mama. O ensaio clínico MAMA_MOVE Gaia resulta de um trabalho multidisciplinar que está a ser feito entre o Hospital de Gaia, a Associação de Investigação e Cuidados de Suporte em Oncologia e o Instituto Universitário da Maia, entre outras instituições.

No ensaio, pretende-se incluir 80 mulheres com cancro da mama que "fizeram tratamento curativo – cirurgia, quimioterapia, radioterapia – e que poderão estar em hormonoterapia ou em vigilância. O ensaio inclui duas fases de estudo: uma fase de 16 semanas, correspondente ao período de controlo, e uma fase de 16 semanas com um programa de exercício físico supervisionado e adaptado dado por professores que fazem parte da equipa de investigação. "O objetivo principal do estudo é avaliar a qualidade de vida pelo questionário EORTC QLQ-C30 e também outros outcomes, como a força dos membros superiores e dos inferiores. Os resultados apresentados no poster são relativos à análise das primeiras 20 doentes do ensaio, que já cumpriram as duas fases do estudo. "O que nós conseguimos averiguar foi que durante a fase de controlo não houve diferenças na qualidade de vida, nem na força", mas durante a fase do exercício houve uma "melhoria significativa da força dos membros superiores

e inferiores", explicou a especialista, referindo que se deve aguardar pelos resultados finais daqui a um a dois anos.

Formato: Imprensa escrita e Redes Sociais (Facebook)

Canal: Portugal Activo

Data: Publicação na rede social: 26 junho 2019; publicação escrita: edição setembro a dezembro 2019

Tema: O Exercício Físico como coadjuvante na Terapêutica de Doenças

Interveniente: Ana Joaquim

Link: https://www.facebook.com/174382242643694/videos/2081337188836708

https://issuu.com/addmore10/docs/01web_portugalactivo_n03?fr=sOTYzODI2Njk2MQ

No dia 26 de junho de 2019 A AGAP | Portugal Activo, com o apoio da Assembleia da República, organizou, no Auditório António de Almeida Santos, uma Conferência subordinada ao tema "O Valor do Exercício Físico na Saúde." Ana Joaquim participou como oradora na conferência com o tema O EXERCÍCIO COMO COADJUVANTE NA TERAPÊUTICA DE DOENÇAS.

Nas doenças oncológicas, o exercício físico tem um papel comprovadamente importante ao longo de todo o curso da doença. A nível da prevenção, está demonstrado, com elevado nível de evidência, que diminui o risco em 10 a 20% de cancros tão prevalentes como o da mama, do cólon, do estômago e da bexiga. Quando aplicado na fase que antecede a cirurgia, verifica-se que, para além do claro benefício na aptidão cardiopulmonar, também diminui o tempo de internamento e o número

de complicações pós-operatórias, com impacto positivo nos doentes e nos cuidados de saúde. Após a cirurgia, contribui para a recuperação efetiva, com melhoria da aptidão física e cardiopulmonar, melhoria da composição corporal, redução de sintomas como a fadiga, alterações do sono e humor deprimido e, globalmente, melhoria da qualidade de vida. Para além destes benefícios, a evidência mostra também que existe associação entre a prática de exercício físico e a redução do risco de mortalidade em 30 a 40% para o cancro da mama, do cólon e da próstata.

O EXERCÍCIO COMO COADJUVANTE NA TERAPÊUTICA DE DOENÇAS

Dra. Ana Joaquim
Médica oncologista do Centro Hospitalar de Vila Nova de Gaia/Espinho, Membro da Direção da Sociedade Portuguesa de Oncologia, Co-responsável pelo programa MAMA_MOVE Gaia

Já há muito é reconhecido pela OMS que a atividade física é um fator coadjuvante na prevenção e tratamento de doenças não transmissíveis como enfarte agudo do miocárdio, acidente vascular cerebral, diabetes e cancro. É também um fator preventivo de hipertensão, excesso de peso e obesidade e, por outro lado, melhora a saúde mental, qualidade de vida e o bem-estar.

Sob o mote **More Active People For a Healthier World**, o plano de ação global relativo à atividade física 2018-2030 da OMS defende que a promoção do acesso e adesão a desportos e atividades recreativas ativas, independentemente da idade e nos vários contextos de doença, é um fator importante para o aumento dos níveis de atividade física da população.

> "Nas doenças oncológicas, o exercício físico tem um papel comprovadamente importante ao longo de todo o curso da doença."

Nas doenças oncológicas, o exercício físico tem um papel comprovadamente importante ao longo de todo o curso da doença. A nível da prevenção, está demonstrado, com elevado nível de evidência, que diminui o risco em 10 a 20% de cancros tão prevalentes como o da mama, do cólon, do estômago e da bexiga. Quando aplicado na fase que antecede a cirurgia, verifica-se que, para além do claro benefício na aptidão cardiopulmonar, também diminui o tempo de internamento e o número de complicações pós-operatórias, com impacto positivo nos doentes e nos cuidados de saúde.

Dra. Ana Joaquim

Após a cirurgia, contribui para a recuperação efetiva, com melhoria da aptidão física e cardiopulmonar, melhoria da composição corporal, redução de sintomas como a fadiga, alterações do sono e humor deprimido e, globalmente, melhoria da qualidade de vida. Para além destes benefícios, a evidência mostra também que existe associação entre a prática de exercício físico e a redução do risco de mortalidade em 30 a 40% para o cancro da mama, do cólon e da próstata.

No entanto, as especificidades de doenças crónicas e seus tratamentos tornam o desenho de programas de exercício nestas populações um desafio à comunidade. A OMS, no seu relatório do comité científico relativo às recomendações de Atividade Física de 2018, aconselha a prática de exercício supervisionado e adaptado nas populações especiais, como é o caso da oncológica.

Neste âmbito, é fundamental o desenho e aplicação de programas de exercício físico por equipas multidisciplinares de saúde, que incluam a equipa médica, de enfermagem e profissionais aliados, entre os quais deve figurar o fisiologista de exercício, a par do nutricionista, assistente social, psicólogo e fisioterapeuta.

O programa **MAMA_MOVE Gaia**, que integra os projetos pilotos de promoção da atividade física da Direção Geral de Saúde, é um exemplo prático desta multidisciplinariedade que visa incluir o exercício físico no programa terapêutico de doenças crónicas. No entanto, para que esta estratégia seja custo-efetiva, é necessária uma adequada alocação de recursos e a criação de condições para a sua implementação generalizada.

No entanto, as especificidades de doenças crónicas e seus tratamentos tornam o desenho de programas de exercício nestas populações um desafio à comunidade. A OMS, no seu relatório do comité científico relativo às recomendações de Atividade Física de 2018, aconselha a prática de exercício supervisionado e adaptado nas populações especiais, como é o caso da oncológica.

Neste âmbito, é fundamental o desenho e aplicação de programas de exercício físico por equipas multidisciplinares de saúde, que incluam a equipa médica, de enfermagem e profissionais aliados, entre os quais deve figurar o fisiologista de exercício, a par do nutricionista, assistente social, psicólogo e fisioterapeuta.

O programa MAMA_MOVE Gaia, que integra os projetos pilotos de promoção da atividade física da Direção Geral de Saúde, é um exemplo prático desta multidisciplinariedade que visa incluir o exercício físico no programa terapêutico de doenças crónicas.

No entanto, para que esta estratégia seja custo-efetiva, é necessária uma adequada alocação de recursos e a criação de condições para a sua implementação generalizada.

Formato: Imprensa escrita

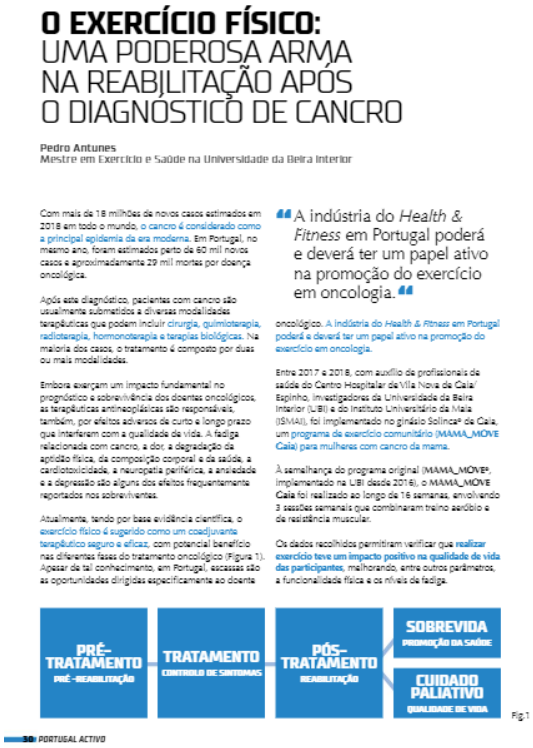
Canal: Portugal Activo

Data: edição 2, maio 2019

Tema: O Exercício Físico: Uma poderosa arma na reabilitação após o diagnóstico de cancro

Interveniente: Pedro Antunes

Link:



O EXERCÍCIO FÍSICO:
UMA PODEROSA ARMA NA REABILITAÇÃO APÓS O DIAGNÓSTICO DE CANCRO

Pedro Antunes
Mestre em Exercício e Saúde na Universidade da Beira Interior

Com mais de 18 milhões de novos casos estimados em 2018 em todo o mundo, o cancro é considerado como a principal epidemia da era moderna. Em Portugal, no mesmo ano, foram estimados perto de 60 mil novos casos e aproximadamente 29 mil mortes por doença oncológica.

Após este diagnóstico, pacientes com cancro são usualmente submetidos a diversas modalidades terapêuticas que podem incluir cirurgia, quimioterapia, radioterapia, hormonoterapia e terapias biológicas. Na maioria dos casos, o tratamento é composto por duas ou mais modalidades.

Embora exerçam um impacto fundamental no prognóstico e sobrevivência dos doentes oncológicos, as terapêuticas antineoplásicas são responsáveis, também, por efeitos adversos de curto e longo prazo que interferem com a qualidade de vida. A fadiga relacionada com cancro, a dor, a degradação da aptidão física, da composição corporal e da saúde, a cardiotoxicidade, a neuropatia periférica, a ansiedade e a depressão são alguns dos efeitos frequentemente reportados nos sobreviventes.

Atualmente, tendo por base evidência científica, o exercício físico é sugerido como um coadjuvante terapêutico seguro e eficaz, com potencial benefício nas diferentes fases do tratamento oncológico (Figura 1). Apesar de tal conhecimento, em Portugal, escassas são as oportunidades dirigidas especificamente ao doente oncológico. A indústria do *Health & Fitness* em Portugal poderá e deverá ter um papel ativo na promoção do exercício em oncologia.

> "A indústria do *Health & Fitness* em Portugal poderá e deverá ter um papel ativo na promoção do exercício em oncologia."

Entre 2017 e 2018, com auxílio de profissionais de saúde do Centro Hospitalar de Vila Nova de Gaia/Espinho, investigadores da Universidade da Beira Interior (UBI) e do Instituto Universitário da Maia (ISMAI), foi implementado no ginásio Solinca® de Gaia, um programa de exercício comunitário (MAMA_MOVE Gaia) para mulheres com cancro da mama.

À semelhança do programa original (MAMA_MOVE®, implementado na UBI desde 2016), o MAMA_MOVE Gaia foi realizado ao longo de 16 semanas, envolvendo 3 sessões semanais que combinaram treino aeróbio e de resistência muscular.

Os dados recolhidos permitiram verificar que realizar exercício teve um impacto positivo na qualidade de vida das participantes, melhorando, entre outros parâmetros, a funcionalidade física e os níveis de fadiga.

PRÉ-TRATAMENTO — PRÉ-REABILITAÇÃO
TRATAMENTO — CONTROLO DE SINTOMAS
PÓS-TRATAMENTO — REABILITAÇÃO
SOBREVIDA — PROMOÇÃO DA SAÚDE
CUIDADO PALIATIVO — QUALIDADE DE VIDA

Fig.1

PORTUGAL ACTIVO

https://issuu.com/addmore10/docs/portugal_activo_n2/1?ff

O autor abordou o potencial benefício do exercício físico como coadjuvante terapêutico nas diversas fases da doença oncológica, defendendo que o sector do fitness poderá ter um papel ativo na promoção desta introdução. Fez ainda alusão à implementação do programa Mama_Move_Gaia comunidade e a melhoria da fadiga destas participantes.

Formato: Imprensa escrita digital

Canal: Newsfarma – My Oncologia

Data: 28 novembro 2019

Tema: Pedalar pela melhoria da qualidade de vida do doente oncológico

Interveniente: Pedro Antunes e Carla Sá

Link: https://www.myoncologia.pt/entrevistas/1436-pedalar-pela-melhoria-da-qualidade-de-vida-do-doente-oncol%C3%B3gico.html

No âmbito do 16.º Congresso Nacional de Oncologia, a Astellas organizou um conjunto de iniciativas que pretendiam abordar temas relativos à nutrição, reabilitação e exercício físico no doente com cancro. Nesse contexto foi pedido à AICSO que elaborasse um conjunto de questões para cada um dos grandes temas a serem questionadas diariamente aos visitantes do site. Igualmente, através da AICSO estiveram presentes permanentemente no stand das Astellas no congresso, Pedro Antunes, fisiologista do exercício, e Carla Correia de Sá, nutricionista no ISMAI, que prestaram informações aos visitantes para além de alertarem para a importância destas duas vertentes nos cuidados de suporte ao doente oncológico. No stand esteve presente uma bicicleta estática com contagem de "moves" havendo objetivos diários. Os visitantes eram convidados a pedalar e contribuir com o seu exercício para somar "moves". Os objetivos foram diariamente alcançados e assim foi doado à AICSO o valor de 1500 euros.

Formato: Imprensa escrita

Canal: Revista Visão

Data: 15 maio 2019

Tema: Mexer-se para fintar o cancro

Interveniente: Ana Joaquim

Num artigo da autoria da jornalista Clara Soares, Ana Joaquim expôs os benefícios do exercício físico para doentes oncológicos e abordou a implementação do Mama_Move_Gaia, o primeiros projeto de fase comunitária e também os dois projetos de investigação atualmente em curso, abordando os seus objetivos.

M

Mantee o corpo ativo de forma regular tem tantos ou mais benefícios para a saúde como "deitar cedo e cedo erguer". Embora a eficácia da atividade física na prevenção e no tratamento de doenças seja um dado adquirido e demonstrado por diversas pesquisas internacionais, só recentemente se começou a perceber quais os mecanismos fisiológicos e químicos envolvidos nesse processo.

Entre os estudos que confirmam o impacto benéfico do exercício físico na saúde e na redução do risco de desenvolver certos tipos de cancro, destaca-se o da Universidade de Queensland, em Brisbane, Austrália, publicado há dois meses no *American Journal of Physiology*. Na experiência, dois grupos de dez sobreviventes de cancro colorretal eram submetidos a um mês de treino físico intensivo numa elíptica e um deles repetia a sequência. Fizeram análises de sangue antes do treino, a seguir ao treino e duas horas depois. Os resultados foram intrigantes: as amostras feitas após o treino simples, quando misturadas com células tumorais em laboratório, revelaram-se aquelas em que as células do cancro se desenvolviam menos, a par do aumento dos marcadores inflamatórios.

A gastrenterologista Marília Cravo, do Hospital Beatriz Ângelo, em Loures, e do Hospital da Luz, em Lisboa, esclarece o enigma: "Após o exercício, são libertados para a circulação sanguínea produtos que têm um efeito inibitório sobre o crescimento de células tumorais *in vitro*." Tal deve-se à presença de substâncias libertadas no músculo esquelético após o exercício físico e com potencial ação anticancerígena, designadas por miocinas. A equipa de Marília Cravo está a estudá-las *in vivo*, ou seja, em humanos, "por terem a mesma estrutura que as citocinas, produzidas no fígado após uma infeção para eliminar o agente causador". Na prática, "as miocinas libertadas logo após o exercício vigoroso podem ter uma ação supressora sobre o tumor", ainda que se "desconheça o tipo, a duração e a intensidade de exercício ideais para obter esse efeito".

A equipa coordenada pela professora da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa está a seguir dois grupos de pacientes, 20 no total, com cancro colorretal. Durante os quatro meses de quimioterapia, um desses grupos conta com uma dieta proteica e um programa de exercício: "No próximo ano e meio, com a medicina física e de reabilitação e a colaboração do Instituto de Patologia e Imunologia Molecular da Universidade do Porto, vamos apurar se o efeito das miocinas aumenta a resposta imunológica face ao tumor."

Que implicações têm estudos como este na nossa vida diária, tendo em conta que se estimam em 14% as mortes anuais associadas à inatividade física (mais 4% do que a média mundial)? Isto, tendo ainda em linha de conta que, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), metade da população portuguesa é "insuficientemente ativa"?

VENCER E RECUPERAR O PÓLEGO

"O sedentarismo é um fator de risco para um estado de inflamação crónica, a qual promove os processos cancerígenos." A afirmação é de Ana Joaquim, oncologista no Centro Hospitalar de Vila Nova de Gaia/Espinho. A obesidade e a escassa atividade física são autênticos rastilhos para o cancro, doenças cardiovasculares e diabetes, por favorecerem a "produção de mediadores pró-inflamatórios, como algumas interleucinas e outras citocinas".

Um estudo publicado em 2016 no

O EXERCÍCIO CONTRIBUI PARA REDUZIR OS NÍVEIS HORMONAIS DE INSULINA E DE ESTROGÉNIOS, REDUZIR ESTADOS INFLAMATÓRIOS E MELHORAR A FUNÇÃO IMUNITÁRIA

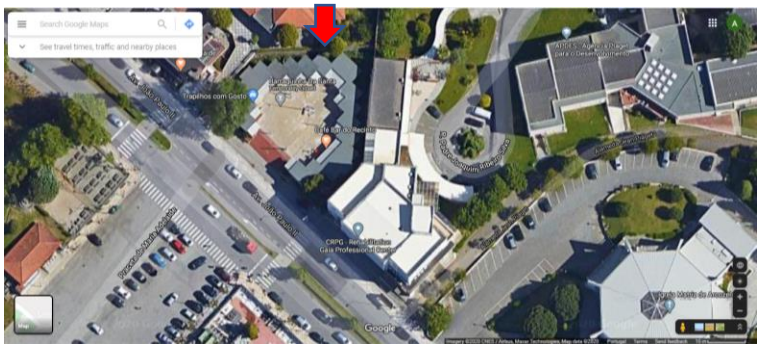
64 VISÃO 2 MAIO 2019

Uma nova sede

Em 2019 a Junta de Freguesia de Arcozelo, concedeu um espaço para ser usado pela AICSO como sede. Trata-se de uma loja localizada em Arcozelo com cerca de 20 m^2. Este espaço permitiu que a morada da AICSO passasse para um espaço público e garantiu uma área que possibilita guardar alguns materiais e documentos e espaço para reunião. Este espaço foi concedido por tempo indeterminado e sem custos de utilização de espaço, cabendo a AICSO a sua manutenção. Em 2020 prevê-se a sua reformulação com aquisição de material de arrumação e aquisição de uma porta que permita aumentar a segurança do espaço.

Passamos assim a ter a morada:

Avenida João Paulo II, nº 911, loja 9, 4410-406 Arcozelo, Vila Nova de Gaia.



Novos Estatutos e Regulamento Interno

Os estatutos da associação e o regulamento interno não sofriam alterações desde a sua fundação. Atendendo a evolução da AICSO, da sua missão e da alteração de morada, em 2019 a revisão dos estatutos e do RI tornou-se mandatória. Para procedermos a esta atualização a AICSO teve o apoio benemérito da notária Marta Caiado. As principais alterações prenderam-se com a criação do estatuto de sócio beneficiário e alteração de morada postal e fiscal. O reconhecimento pelo seu trabalho e ajuda neste processo foi agraciado com o estatuto de sócia honorária. A sua ajuda com pareceres foi também importante na definição da política de proteção de dados.

Os estatutos da associação e o regulamento interno não sofriam alterações desde a sua fundação. Atendendo à evolução da AICSO, da sua missão e da alteração de morada, em 2019, a revisão dos estatutos e do regulamento tornou-se mandatória. Para procedermos a esta atualização a AICSO teve o apoio benemérito da notária Marta Caiado. O reconhecimento pelo seu trabalho e ajuda neste processo foi agraciado com o estatuto de sócia honorária. A sua ajuda com pareceres foi também importante na definição da política de proteção de dados.

As principais alterações aos estatutos prenderam-se com a criação do estatuto de sócio beneficiário e a alteração de morada postal e fiscal. Também foram revistas as regras de exclusão de associados, nomeadamente no que respeita ao não pagamento das quotizações devidas, após notificação.

Quanto ao regulamento interno, as principais alterações realizadas foram as relacionadas com o pagamento das quotas, comunicação com os associados e todo o ato eleitoral foi revisto, por forma a permitir formas de voto mais atuais e abrangentes de todo o território nacional.

Avenida João Paulo II, nº 911, loja 9, 4410-406 Arcozelo • Vila Nova de Gaia
geral@AICSO.pt • aicso.pt • NIPC 504841840

Confraternizações

Como o caminho também se faz de partilha para além do trabalho e das ações desenvolvidas, e como é também visão desta equipa a confraternização, aproximação e socialização entre todos, houve ao longo do ano incentivo e promoção de momentos de confraternização entre os participantes dos projetos e os profissionais da AICSO. A organização destes momentos foi organizada quer pelos participantes quer pelos profissionais.

Aula no Pavilhão da Lavandeira

Em 9 de agosto as participantes dos projetos Mama_Move_Gaia reuniram-se numa aula de confraternização no recinto do Taekwondo do Pavilhão Municipal de Gaia – Lavandeira. O encontro consistiu numa aula de grupo conduzida por Barbara Duarte, Micael Vieira, Pedro Antunes e Lia Bahut. Compareceram 27 utentes dos projectos Mama_Move_Gaia Comunidade, Mama_Move_Gaia_On_Tratment e Mama_Move_Gaia_After_Treatment. O encontro resultou em momentos de convívio, descontração e felicidade.

Avenida João Paulo II, nº 911, loja 9, 4410-406 Arcozelo • Vila Nova de Gaia
geral@AICSO.pt • aicso.pt • NIPC 504841840

Magusto

Para assinalar o Magusto e também como forma de evento motivacional por contacto social a equipa da AICSO organizou a celebração do Magusto em 15 de novembro de 2019 numa sala do centro de Formação do Centro Hospitalar Vila Nova de Gaia/Espinho. Ao convívio compareceram os treinadores e os participantes dos projetos. Cada pessoa presente contribuiu com um género alimentar para a festa. Proporcionaram-se agradáveis momentos de convívio e partilha entre a equipa e os participantes dos projetos.

Jantar de Natal do Mama_Move_Gaia

No dia 6 de dezembro de 2019 as participantes do Mama_Move_Gaia organizaram um jantar convívio entre participantes e profissionais para celebrar o Natal e coincidente com o aniversário de Pedro Antunes. No evento estiveram presentes 70 pessoas entre profissionais e participantes dos projetos.

Outras Atividades

Presença no stand da Astellas

No 16º Congresso da Sociedade Portuguesa de Oncologia, o membro da Direção Pedro Antunes, e a nutricionista Carla Sá, do ISMAI e colaboradora do OncoMove estiveram presentes em permanência no stand da Astellas promovendo hábitos de vida ativos e com alimentação saudável. A ação consistiu na disponibilização de uma bicicleta estática com contagem de Moves com objetivos diários. Se os objetivos fossem alcançados, e foram sempre cumpridos, a Astellas converteria esse esforço físico num donativo à AICSO. Para além desta ação, os profissionais do OncoMove® construíram 3 bancos de perguntas relativos a: a) Exercício físico no doente oncológico; b) Nutrição no doente oncológico; c) Reabilitação no doente oncológico. Diariamente cada tema esteve disponível sob a forma de quiz para os participantes do congresso em interação com o stand. Os profissionais Pedro e Carla estiveram sempre disponíveis para responder a questões.

Apoio a Semana de Alerta dos Tumores Cerebrais

O Centro Hospitalar Vila Nova de Gaia/Espinho assinala a Semana de Alerta dos Tumores Cerebrais desde 2018. Em 2019 uma das ações da semana consistiu numa aula de S-Mind que decorreu no Solinca Gaia com a direção do membro do OncoMove® Micael Vieira.

Pós-ONCOFIT

A pedido do parceiro Solinca, Anna Campbell fez uma sessão de esclarecimentos relativa à importância do exercício físico em doentes oncológicos para os profissionais do Solinca. A ação contou com a presença de 10 profissionais de ciências do desporto do Solinca que tiveram assim acesso a uma introdução ao tema. Decorreu num estúdio do Solinca Gaia em 14 de setembro de 2019, após o final das sessões do ONCOFIT.

Preparar o futuro, entrar em 2020

O novo ano revestir-se-á de desafios. Será ano de eleições, havendo uma intenção expressa da atual direção de constituir uma lista de continuidade.

A Associação vai continuar a afirmar o seu compromisso com os Cuidados de Suporte tanto a nível nacional como internacional. Vai assentar a sua intervenção em vários eixos de ação proporcionando condições para que se desenvolvam projetos de investigação dos seus membros ou colaborando com agentes externos como consultora, parceira ou apoio institucional; desempenhar um papel na formação incentivando a formação dos seus membros e dando formação externa através do manancial de expertise que detém entre os associados ou procurando parcerias e acordos com especialistas nacionais e internacionais; informando e trazendo consciência a doentes, cuidadores e população em geral sobre a necessidade de cuidados de suporte e a sua implementação; procurando fazer-se representar em plataformas, workshops e reuniões de trabalho e de consenso sobre temas do âmbito dos cuidados de suporte.

Para prosseguir com os seus objetivos a Associação levará a efetivação do protocolo interinstitucional já acordado e aprovado internamente com a SPO, bem como crescer no número de protocolos a celebrar com diferentes associações e sociedades científicas que atuam na área da Oncologia a nível nacional.

É também uma ambição a criação de protocolos diretos com diferentes unidades clínicas, quer do sistema nacional de saúde, quer do sistema privado.

As parcerias e protocolos de colaboração com instituições municipais como a atualmente vigente com a Câmara Municipal de Gaia serão revistas e renovadas em novos acordos. Poderão ser renegociadas novas parcerias e acordos com instituições municipais e / ou autárquicas que sejam benéficas à persecução dos objetivos estratégicos da Associação.

A proximidade e cordialidade de relações com a Junta de Freguesia de Arcozelo pretende manter-se, dando corpo ao acordo de disponibilidade de espaço físico para a sede da Associação bem como a cedência de espaço para as Assembleias Gerais.

Avenida João Paulo II, nº 911, loja 9, 4410-406 Arcozelo • Vila Nova de Gaia
geral@AICSO.pt • aicso.pt • NIPC 504841840

Parcerias com as Instituições de ensino, nomeadamente de ensino Académico estão em curso com 4 instituições e procurar-se-á estender a outras unidades que partilhem do interesse da Associação.

Os acordos e parcerias com instituições da comunidade civil como o atualmente em curso com a SC FITNESS serão revistos, renegociados e restabelecidos os objetivos do próximo ano.

Serão ainda promovidos acordos e parcerias com todas as instituições da comunidade civil que de alguma forma contribuam para a continuação da concretização dos objetivos da Associação.

Tendo em consideração a projeção e nível de desenvolvimento do programa OncoMove este receberá também uma atenção prioritária da Associação, quer ao seu suporte quer também usando-o como estratégia motivadora para que outros projetos de outras áreas dos cuidados de suporte possam reunir especialistas e desenvolverem-se como programas independentes.

Em 2020 pretende-se que os projetos de investigação Mama_Move_Gaia e Prostata_Move que concluirão a sua fase de investigação passem a projetos comunitários.

O corpo associado pretende-se que seja reforçado com mais sócios efetivos profissionais de saúde, mas também dos não profissionais de saúde e o surgimento de sócios beneficiários que possam integrar os serviços oferecidos pela AICSO.

O concurso a bolsas e prémios de investigação ou de implementação de projetos será também incentivado, procurando-se que cada projeto alcance o máximo financiamento possível. Procurar-se-á inclusivamente desenvolver orçamentos específicos por cada ação que se tentarão independentes.

Incentivam-se igualmente os membros da direção a declararem a sua afiliação com a Associação sempre que presentes em apresentações públicas que sejam motivo de orgulho e prestígio para a Associação.

Avenida João Paulo II, nº 911, loja 9, 4410-406 Arcozelo • Vila Nova de Gaia
geral@AICSO.pt • aicso.pt • NIPC 504841840