

EFEITOS DAS DIFERENTES TÉCNICAS DE MASSAGEM NO TRATAMENTO DA DOR FIBROMIÁLGICA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

EFFECTS OF DIFFERENT MASSAGE TECHNIQUES ON FIBROMYALGIC PAIN TREATMENT: AN INTEGRATIVE REVIEW

**Éder Henrique Alves Caurio¹, Jaqueline de Fátima Biazus²,
Mariane Brondani Maciel³ e Lilian Oliveira de Oliveira⁴**

RESUMO

O presente artigo descreve os resultados das distintas técnicas de massagem no tratamento da dor nos pacientes fibromiálgicos. Através de consulta aos descritores Fibromialgia, Dor e Massagem foi realizado as buscas acerca de evidência pela pesquisa de publicações, estas catalogadas nas bases de dados : SCIELO, MEDLINE, PUBMED, PEDro e um buscador acadêmico (Google acadêmico), por meio dos descritores e seus equivalentes, obtidos por meio de consulta ao MeSH (*Medical Subject Headings*) e com os operadores lógicos *AND* e *OR*. Como critérios foram incluídos artigos originais no período equivalente a janeiro de 2006 à dezembro de 2017, disponíveis nos idiomas português e inglês, sendo excluídos os que não utilizaram o método avaliativo através do Questionário de Impacto de Fibromialgia (FIQ) e que tenham sido escritos em outra língua não as citadas anteriormente. Para avaliar a qualidade dos artigos incluídos utilizou-se a Escala de Qualidade de Jadad. Foram encontrados 5167 artigos sobre o tema proposto, no entanto 6 estudos respeitaram os critérios impostos na metodologia. Logo, em consideração a pesquisa efetuada, as diferentes técnicas de massagem são apontadas como contributos acerca do quadro álgico provocada pela fibromialgia. Porém, para suas aplicações exige-se a disponibilidade de mais evidência.

Palavras-chave: Fibromialgia, Dor, Massagem.

ABSTRACT

This paper describes the results of different massage techniques in the treatment of fibromyalgic patients. Through consultation with the descriptors Fibromyalgia, Pain and Massage, it was performed a search in the following databases: SCIELO, MEDLINE, PUBMED, PEDro plus Google academic, through the descriptors and their equivalents. It was also consulted the MeSH (Medical Subject Headings) and the logical operators AND and OR. The criteria included original articles from January 2006 to December 2017 available in Portuguese and English, but it was excluded those that did not use the evaluation method through the Fibromyalgia Impact Questionnaire (FIQ) and that were written in language other than those mentioned above. In order to assess the quality of those articles, we used the Jadad Quality Scale. We found 5167 articles on the proposed theme, however only 6 articles fully attended the criteria. Therefore, considering the research, we consider that the different massage techniques are pointed as contributions to the pain caused by fibromyalgia. However, for their applications more evidence is required

Keywords: *Fibromyalgia, Pain, Massage.*

¹ Mestrando em Ciências da Saúde e da Vida. Universidade Franciscana. E-mail: eder314@live.com

² Colaboradora. Docente do Curso de Fisioterapia da Universidade Franciscana. E-mail: jaquebiazus@hotmail.com

³ Colaboradora. Fisioterapeuta. E-mail: mbrondanimaciel@gmail.com

⁴ Colaboradora. Docente do Curso de Fisioterapia da Universidade Franciscana. E-mail: lilian.oliveira@ufn.edu.br

INTRODUÇÃO

É do cotidiano do fisioterapeuta se deparar com pacientes apresentando dores fibromiálgicas. A fibromialgia (FM) é definida como síndrome dolorosa crônica, de caráter não inflamatório, de etiologia desconhecida, que se manifesta no sistema musculoesquelético, podendo apresentar sintomas em outros aparelhos e sistemas (PROVENZA et al., 2004).

Nesse contexto, a FM acomete pessoas de ambos sexos, porém há evidência associação com o sexo feminino, que corresponde a 90% dos casos em amostras de pesquisas nacionais e internacionais. A média de idade dos pacientes está ao redor da quinta década de vida, porém estudos epidemiológicos de base populacional realizados nos Estados Unidos da América sugerem que sua maior prevalência esteja na sexta e sétima décadas. Condições associadas ao aparecimento da síndrome incluem menor escolaridade e estar divorciado. Os fatores de risco descritos são: depressão (hospitalização, tratamento presente ou atual, história familiar), níveis elevados de somatização e ansiedade, sensação de derrame articular, parestesia, rigidez matinal, alteração do sono, fadiga, cólon irritável, má percepção e satisfação com o estado de saúde (RIBEIRO; PATO, 2004).

No Brasil é considerada a segunda doença reumatológica mais prevalente, abrangendo 2,5% da população, sendo sua maioria do sexo feminino com idade média de 35 a 44 anos (HEYMANN; PAIVA; JUNIOR, 2010).

A massagem é um dos métodos mais antigos de tratamento utilizado pelo fisioterapeuta. Ela interrompe o ciclo de dor, melhora a circulação, tem efeito sobre as substâncias neuroendócrinas e ainda tem efeitos reflexos (que estimulam o sistema nervoso) e efeitos mecânicos (MENEGUZZI et al., 2011).

Partindo do pressuposto de que a massoterapia é uma das terapias utilizadas pela fisioterapia para o tratamento das dores fibromiálgicas, a proposta da presente pesquisa visa esclarecer através da literatura encontrada, as evidências práticas do tratamento massoterapêutico para alívio das dores fibromiálgicas através de avaliação do mesmo, por meio da FIQ (Questionário de Impacto de Fibromialgia).

METODOLOGIA

Este artigo embasou-se em uma metodologia de revisão integrativa da literatura, permitindo a busca, a reflexão crítica e a síntese das evidências disponíveis sobre o tema. Para a referida pesquisa, seguiu-se os seguintes passos de acordo com a revisão integrativa: seleção da pergunta de investigação; estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão; identificação dos estudos pré-selecionados e selecionados; categorização dos estudos selecionados; análise e interpretação dos resultados; apresentação da revisão/síntese do conhecimento (MENDES, SILVEIRA , GALVÃO, 2008).

Assim, considera-se a seguinte questão que serviu de ponto inicial à construção da revisão integrativa da literatura: *Quais os efeitos das diferentes técnicas de massagem utilizadas no tratamento da dor fibromiálgica?*

Através de consulta aos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) definiu-se os mesmos: Fibromialgia, Dor e Massagem. O acesso à evidência foi possibilitado pela pesquisa de publicações em português e inglês, estas catalogadas nas bases de dados : SCIELO, MEDLINE, PUBMED, PEDro e um buscador acadêmico (Google acadêmico), por meio dos descritores e seus equivalentes, obtidos por meio de consulta ao MeSH (*Medical Subject Headings*) e com os operadores lógicos *AND* e *OR*.

Como critérios de inclusão, foram incluídos artigos originais no período equivalente a janeiro de 2006 à dezembro de 2017, disponíveis nos idiomas português e inglês.

Como critério de exclusão, os artigos que tinham sua publicação prévia a janeiro de 2006, que não abordaram as diferentes técnicas de massagem como forma de tratamento da dor fibromiálgica, não utilizaram o método avaliativo através do Questionário de Impacto de Fibromialgia (FIQ) e que tenham sido escritos em outra língua não as citadas anteriormente.

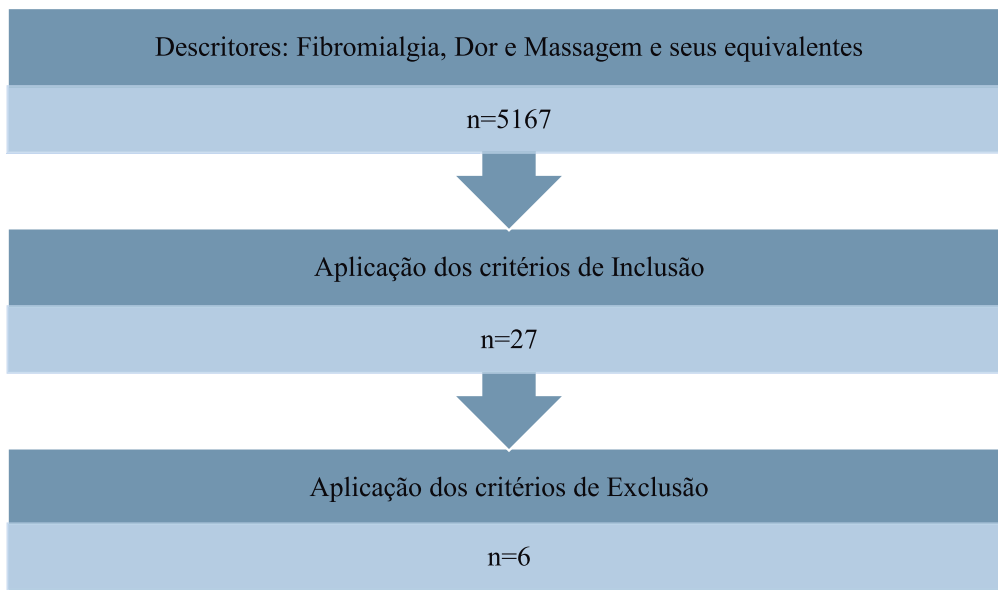
Para a análise e interpretação dos resultados obtidos considerou-se o título, os objetivos de cada, o autor, o método, o nível de evidência, o ano e país, visando integrar o objeto de estudo.

Por fim, para avaliar a qualidade dos artigos incluídos na pesquisa, foi utilizada a Escala de Qualidade de Jadad. Essa escala consiste na discriminação de artigos em relação a sua qualidade metodológica sendo ruim ou bom. A mesma é composta por cinco critérios com pontuação total de zero a cinco pontos. Pesquisas com pontuações inferiores a três pontos são consideradas de baixa qualidade metodológica e com poucas possibilidades de extrapolação dos resultados para a prática clínica (JADAD, 1996).

RESULTADOS

Após a busca nas bases de dados estipuladas, foram encontrados 5167 artigos sobre o tema. A base de dados com maior número de publicações foi o google acadêmico, onde encontrou-se 5167 artigos, seguido diretamente pelo PEDro, onde foram encontrados 18 artigos e PUBMED encontrou-se 9 artigos. As base de dados SCIELO e MEDLINE não apresentaram nenhum artigo referente ao tema (Figura 1).

Figura 1 - Seleção dos artigos do estudo.



Dentre os artigos encontrados, somente 6 estudos respeitaram os critérios impostos na metodologia, visto que 5161 artigos não possuíam em sua estrutura, a FIQ como parâmetro avaliativo. Deste total de trabalhos selecionados, 4 foram devidamente publicados na língua inglesa e 2 na portuguesa. (Tabela 1)

Tabela 1 - Escala de Jadad aplicada aos artigos estudados.

	Yuan <i>et al.</i> ⁷	Liptan <i>et al.</i> ⁸	Gordon <i>et al.</i> ⁹	Eki ci <i>et al.</i> ¹⁰	Ki mura <i>et al.</i> ¹¹	Meneguzzi <i>et al.</i> ⁴
1. O estudo foi descrito como randomizado?	0	0	0	1	0	0
2. A randomização foi descrita e é adequada?	0	0	0	1	0	0
3. Houve comparações e resultados?	1	1	1	1	1	1
4. As comparações e resultados foram descritos e são adequadas?	1	1	1	1	1	1
5. Foram descritas as perdas e exclusões?	1	0	0	1	1	1
Pontuação Total	3	2	2	5	3	3

Fonte: Organizado pelos autores.

DISCUSSÃO

De uma maneira geral, os estudos abordam em seu corpo textual diferentes modalidades de técnicas de tratamento para a FM. Visualizando o científico e/ou holístico. No estudo piloto de Yuan; Berssaneti; Marques (2013), os autores buscaram avaliar os efeitos potenciais da massagem Shiatsu em pacientes com fibromialgia primária. Os 34 pacientes, com idades entre 33 e 62 anos foram divididos em dois grupos; um deles receberia massagem shiatsu de corpo inteiro duas vezes por semana durante 8 semanas enquanto o outro grupo foi considerado controle. Para quantificar a eficácia do tratamento foram utilizadas inúmeras escalas, dentre elas a FIQ (Questionário de Impacto da Fibromialgia). Ao final

do protocolo, a massagem shiatsu mostrou-se eficaz no tratamento da dor provocada pela fibromialgia, tal qual outros sintomas provenientes da síndrome.

O trabalho de Liptan et al.,(2013), comparou terapia por liberação miofascial com massagem sueca no tratamento de pacientes fibromiálgicos. Os autores realizaram avaliações pré-intervenção e duas semanas pós-tratamento. O protocolo consistia em 90 minutos de massagem de corpo inteiro (uma vez por semana durante 4 semanas) realizados por três terapeutas com certificação das técnicas designadas. Os autores utilizaram de várias escalas para mensurar a qualidade, eficácia e funcionalidade das técnicas empregadas no estudo, dentre essas escalas estava novamente a FIQ. Finalizando o estudo, não houve diferença significativa entre grupos na eficiência da técnica para redução da dor e qualidade de vida, ainda que a pontuação total da escala FIQ mostrou-se mais positiva na liberação miofascial do que na massagem sueca.

Gordon; Emiliozzi; Zartarian (2006), realizaram um estudo inovador utilizando um aparelho mecânico de massagem na tentativa de diminuir a sintomatologia proveniente da fibromialgia. A amostra se teve por 10 mulheres já previamente diagnosticada com fibromialgia (baseada na configuração diagnóstica do colégio americano de reumatologia). O protocolo procedeu-se em três avaliações, pré-intervenção, 7 semanas pós-intervenção e 15 semanas pósintervenção. Foram realizadas 15 sessões uma vez por semana, totalizando 15 semanas de tratamento. Como critério de avaliação de eficácia, o questionário FIQ, próprio para fibromialgia, foi utilizado como parâmetro. No final do processo de tratamento a grande maioria dos parâmetros avaliados, dentre eles o padrão de dor, diminuiu consideravelmente comparando a primeira sessão com a 15ª sessão.

O estudo de Ekici et al., (2008), propôs analisar qual método possuía melhor efeito na diminuição da sintomatologia em pacientes com fibromialgia, drenagem linfática manual ou massagem de tecido conectivo. 50 mulheres previamente diagnosticadas com fibromialgia primária foram randomizadas em dois grupos de 25 pessoas, cada grupo recebeu uma das modalidades de massagem utilizadas no programa de tratamento. O protocolo desenvolveu-se em 5 sessões semanais durante 3 semanas. Ao final do estudo, os autores encontraram resultados satisfatórios principalmente na intensidade da dor que as pacientes relatavam anteriormente. A significância entre técnicas para o fator dor não foi de grande diferença, ainda que a massagem de tecido conectivo tenha tido melhor resultado estatístico no item “dor” do questionário FIQ que a drenagem linfática manual, enquanto outros itens foram melhores na drenagem que na massagem de tecido conectivo. Os autores sugerem estudos mais aprofundados nas práticas de massagem também em homens e em diferentes modalidades de técnicas, para existirem maiores coerências de aplicabilidade quando do paciente fibromiálgico.

Kimura; Facci; Garcez (2012), descreveu os efeitos da terapia Shiatsu em pacientes com FM, sendo que a pesquisa foi realizada com vinte pacientes, submetidos à avaliação, quantificação da dor e estado geral de qualidade de vida. Foi utilizada para quantificação da dor a Escala Analógica Visual de Dor (EVA), o questionário sobre impacto da fibromialgia na qualidade de vida (FIQ) juntamente

com o mapeamento de pontos dolorosos realizadas em 3 avaliações. O tratamento incluiu 10 sessões, duas vezes na semana, usando a terapia manual Shiatsu. Verificou-se redução da intensidade da dor após as sessões e ao fim de todo o tratamento. Os aspectos físicos e psicológicos por meio da FIQ, mostrou melhora significativa em itens relacionados a afazeres diários, sono, nível de ansiedade e depressão. A terapia manual shiatsu reduziu a dor dos pacientes e melhorou a qualidade de vida do portador de fibromialgia em vários aspectos da FIQ.

Meneguzzi et al., (2011), avaliaram a eficácia da massagem Ayurvédica Abhyanga sobre a qualidade de vida dos pacientes fibromiálgicos. Foi aplicado o questionário de avaliação Ayurvédica em 25 fibromiálgicos para detectar o biotipo energético, exame do diagnóstico do pulso, o questionário FIQ para avaliação da qualidade de vida e questionário de depressão de Beck. Em 13 voluntários do grupo intervenção foi realizada, isto é, a massagem Abhyanga e os outros 12 voluntários do grupo controle continuaram apenas com a terapia medicamentosa. Após 6 atendimentos da massagem, os testes foram aplicados novamente e seus resultados comparados. Resultados: Com relação à dor, a média do grupo controle inicialmente foi de 8,67 pontos aumentando para 9,17 ao final. O grupo intervenção inicialmente apresentou uma média de 9,46 pontos e ao final diminuiu para 4,15 ($p < 0,001$). Conclusões: Os sintomas apresentados pelos voluntários atendidos neste estudo estão associados ao agravamento do desequilíbrio energético do biotipo (dosha) Vata. Mostrando que muito do artigo foi realizado em cima da filosofia Ayurvédica. Porém cientificamente houve melhora da sintomatologia relacionada à fibromialgia.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Assim, em resposta à questão inicial, a massagem shiatsu mostrou-se eficaz no tratamento da dor provocada pela fibromialgia, tal qual outros sintomas provenientes da síndrome. Outra pesquisa que também aplicou a terapia manual shiatsu, os autores observaram redução na dor dos pacientes e também, melhoraram a qualidade de vida do portador de fibromialgia em vários aspectos da FIQ.

Em relação ao trabalho que comparou terapia por liberação miofascial com massagem sueca no tratamento de pacientes fibromiálgicos, acerca dos dados da FIQ, a liberação miofascial foi mais eficaz. Acerca da utilização de um aparelho mecânico de massagem na tentativa de diminuir a sintomatologia proveniente da fibromialgia, o padrão de dor, diminuiu consideravelmente.

Relacionando drenagem linfática manual ou massagem de tecido conectivo, a significância entre técnicas para o fator dor não foi de grande diferença, ainda que a massagem de tecido conectivo tenha tido melhor resultado estatístico. Em relação à eficácia da massagem Ayurvédica Abhyanga, houve melhora da sintomatologia relacionada à fibromialgia.

Logo, em consideração a pesquisa efetuada, consideramos que as diferentes técnicas de massagem são apontadas como contributos acerca do quadro álgico provocada pela fibromialgia. Porém, para suas aplicações exige-se a disponibilidade de mais evidência.

Para futuros estudos, a fim de aprofundar o conhecimento referente as diferentes técnicas de massagem, seria de grande valor metodológico a comparação das técnicas a longo prazo com um número maior de participantes.

REFERÊNCIAS

EKICI, G. et al. Comparison of manual lymph drainage therapy and connective tissue massage in women with fibromyalgia: a randomized controlled trial. **Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics**. v. 2, n. 32, p. 127-133. 2008.

GORDON, C.; EMILIOZZI, C.; ZARTARIAN, M. Use of a mechanical massage technique in the treatment of fibromyalgia: a preliminary study. **Arch. Phys. Med. Rehabil.** v.1, n.87, p. 145-147. 2006

HEYMANN, R.E.; PAIVA, E.S.; JUNIOR, M.H. Consenso brasileiro do tratamento da fibromialgia. **Rev Bras de Reumatol.** v. 1, n. 50, p. 56-66. 2010

JADAD; et al. **Control Clin Trials**. v. 1, n. 17, p. 1-12. 1996.

KIMURA, A.; FACCI, L.M.; GARCEZ, V.F. Efeitos da terapia manual shiatsu na fibromialgia: estudos de casos. **VI Mostra Interna de Trabalhos de Iniciação Científica**. 23 a 26 de outubro de 2012.

LIPTAN, G.; MIST, S.; WRIGHT, C.; ARZT, A.; JONES, K.D. A pilot study of myofascial release therapy compared to Swedish massage in Fibromyalgia. **Journal of Bodywork & Movement Therapies**. n. 17, p. 365-370. 2013;

MENEGUZZI, P.; et al. Massagem Ayurvédica Abhyanga na Melhora da Qualidade de Vida, Dor e Depressão em Portadores de Fibromialgia. **Rev. Bras. Terap. e Saúde**. v. 1, n. 2, p. 65-74. 2011

MENDES, K.; SILVEIRA, R.; GALVÃO, C. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto Contexto Enferm**. v. 4, n. 17, p. 758-764. 2008;

PROVENZA, J.R.; et al. Fibromialgia. **Projeto Diretrizes, Sociedade Brasileira de Reumatologia**, Mar. 2004.

RIBERTO, M.; PATO, THAIS R. Fisiopatologia da fibromialgia. **Acta Fisiátrica**. v. 2, n. 11, p. 78-81. 2004.

YUAN, S.L.K.; BERSSANETI, A.A.; MARQUES, A.P. Effects of shiatsu in the management of fibromyalgia symptoms: a controlled pilot study. **Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics**. v. 7, n. 736, p. 436-44. 2013.