



UNILEÃO – CENTRO UNIVERSITÁRIO DR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE FISIOTERAPIA

JONATAS ANDRÉ DE SÁ SANTOS

MASSOTERAPIA NO TRATAMENTO DE PORTADORES DA SÍNDROME DA
FIBROMIALGIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

JUAZEIRO DO NORTE
2021

JONATAS ANDRÉ DE SÁ SANTOS

**MASSOTERAPIA NO TRATAMENTO DE PORTADORES DA SÍNDROME DA
FIBROMIALGIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Dr.
Leão Sampaio (Campus Lagoa Seca), como requisito
para obtenção do Grau de Bacharelado.

Orientador: Prof. Ana Georgia Amaro Alencar
Bezerra Matos

JUAZEIRO DO NORTE
2021

JONATAS ANDRÉ DE SÁ SANTOS

**MASSOTERAPIA NO TRATAMENTO DE PORTADORES DA SÍNDROME DA
FIBROMIALGIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

DATA DA APROVAÇÃO: 08 /07 / 2021

BANCA EXAMINADORA:

Prof. Ana Georgia Amaro Alencar Bezerra Matos
Orientador

Prof. Mestre. Aurelio Dias Santos
Examinador 1

Prof. Tatianny Alves de França
Examinador 2

ARTIGO ORIGINAL DE REVISÃO

MASSOTERAPIA NO TRATAMENTO DE PORTADORES DA SÍNDROME DA FIBROMIALGIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Autores: Jonatas André De Sá Santos 1 e Ana Georgia Amaro Alencar Bezerra Matos 2

1-Acadêmico do curso de Fisioterapia do Centro universitário Doutor Leão Sampaio.

2- Fisioterapeuta. Mestrado em Educação pela UPE. Especialista em Gerontologia pela UFPB. Docente do Centro universitário Doutor Leão Sampaio.

Correspondência: jonatas.andre@outlook.com

Palavras-chave: Massoterapia; fibromialgia; tratamento.

.

RESUMO

Introdução: Compreende-se que a fibromialgia é definida como uma dor profunda cuja fisiopatologia é categorizada como Síndrome da fibromialgia Primária ou Secundária. É caracterizada pelos especialistas como alterações psicológicas, no sistema nervoso central e endócrino, ou por traumas físicos. **Objetivo:** o objetivo desse estudo é analisar os efeitos da massoterapia no tratamento de pessoas com fibromialgia através de uma revisão da literatura. **Método:** Trata-se de um estudo de revisão integrativa de caráter descritivo realizado por meio de levantamento bibliográfico, com coleta de dados feita a partir de fontes secundárias. Foram feitas pesquisas de artigos científicos publicados em periódicos entre os anos de 2014 a 2020. Esses estudos são ensaios clínicos, observacionais e estudos de caso, nos idiomas português e inglês. **Resultados:** Diante das pesquisas, o estudo mostrou que a massoterapia tem efeitos positivos e se apresenta como uma forma efetiva de tratamento para portadores de fibromialgia, por gerar efeitos que melhoram a dor e a qualidade de vida desses indivíduos. **Conclusão:** Percebeu-se nesse estudo uma melhora na dor e qualidade de vida através dos métodos utilizando a massagem terapêutica, trazendo resultados positivos, além da redução dos níveis de estresse e ansiedade, melhora na qualidade do sono, diminuição do cansaço e disposição nas tarefas do dia a dia. Entretanto, nota-se uma dificuldade em encontrar artigos científicos com o foco voltado para a proposta desse estudo.

Palavras-chave: Massoterapia; fibromialgia; tratamento.

ABSTRACT

Introduction: It is understood that fibromyalgia is defined as a profound pain whose pathophysiology is categorized as Primary or Secondary Fibromyalgia Syndrome. It is characterized by specialists as psychological changes, in the central nervous and endocrine system, or by physical traumas. **Objective:** The aim of this study is to analyze the effects of massage therapy in the treatment of people with fibromyalgia through a literature review. **Method:** This is a descriptive integrative review study carried out through a bibliographic survey, with data collection made from secondary sources. Researches were carried out on scientific articles published in journals between 2014 and 2020. These studies are clinical trials, observational and case studies, in Portuguese and English. **Results:** In view of the researches, the study showed that massage therapy has positive effects and presents itself as an effective form of treatment for patients with fibromyalgia, as it generates effects that improve pain and the quality of life of these individuals. **Conclusion:** This study showed an improvement in pain and quality of life through methods using therapeutic massage, bringing positive results, in addition to reducing levels of stress and anxiety, improvement in sleep quality, reduced fatigue and willingness to perform the day's tasks. to day. However, there is a difficulty in finding scientific articles focused on the purpose of this study.

Keywords: Massage therapy; fibromyalgia; treatment.

1. INTRODUÇÃO

A fibromialgia (FM) é uma síndrome dolorosa crônica de etiopatogenia complexa, multifatorial e ainda não completamente esclarecida. A característica mais marcante da FM é a dor musculoesquelética generalizada, associada a distúrbios do sono, fadiga, alterações cognitivas, (OLIVEIRA, 2017).

A palavra fibromialgia, é derivada do latim *fibro* que significa tecido fibroso, ligamentos, tendões, fâscias, do grego *odemio* tem significado de tecido muscular, ou seja, condições de dor que atinge músculos, ligamentos e tendões. Os tratamentos da fibromialgia são diversos podendo ser farmacológicos e não farmacológico. (COSTA, 2017).

Compreende-se que a fibromialgia é definida como uma dor profunda cuja fisiopatologia é categorizada como Síndrome da fibromialgia Primária ou Secundária. É caracterizada pelos especialistas como alterações psicológicas, no sistema nervoso central e endócrino, ou por traumas físicos. As suas manifestações clínicas são, geralmente, confusas, pois estas são resultantes de distúrbios emocionais como o elemento estresse, e as dores comumente aparecem, mais frequentemente, em épocas frias (GONDIM, 2018).

A utilização da massoterapia no tratamento de enfermidades vem sendo cada vez mais reconhecida. Podendo ser evidenciada em diversos estudos sobre patologias distintas. Tais estudos mostram que as técnicas utilizadas indicam potencial significativo em seus respectivos tratamentos. A fibromialgia está entre as patologias beneficiadas com a massoterapia. Por ser uma síndrome caracterizada pela dor difusa como queixa principal, esta requer uma atenção especial para alcançar o alívio desse sintoma. O que faz da massagem terapêutica uma alternativa conveniente pelos seus resultados na diminuição do quadro algico.

Portanto, a escolha das terapias complementares no tratamento da fibromialgia vem sendo cada vez mais abordado, dado que, suas técnicas manuais oferecem propriedades que de modo geral atuam nos sintomas mais presentes dessa patologia.

A importância desse estudo se dá devido aos relatos de pacientes com a Síndrome da Fibromialgia que referiram dificuldades para desempenhar suas atividades cotidianas, relações social, familiar e profissional, devido as dores proeminentes. Segundo pesquisas foi alegado que essa enfermidade não indicava nenhuma alteração nas análises laboratoriais, em vista disso alguns acreditam que as dores não sejam reais e sim um aspecto de origem psicológica, causando sensibilidade extrema, alterações do humor e podendo acarretar um quadro depressivo.

Esses pacientes fazem com que todos os profissionais tenham uma responsabilidade mais criteriosa acerca do tratamento dos portadores da síndrome, estimulando-os a procurarem e aprofundar mais o conhecimento desta anomalia, já que se trata de uma patologia pobremente discutida. O que pode dificultar tanto o diagnóstico quanto o tratamento, bem como a utilização de terapias complementares, pois muitas pessoas incluindo fibromiálgicos ainda desconhecem ou ignoram o uso de tais recursos pela falta de informação.

Parte da população acredita que o tratamento para os sintomas da fibromialgia se restringe apenas para o uso de medicamentos por ser o método mais utilizado para melhorar os sintomas dessa população, outros acreditam que o tratamento pela massagem terapêutica manual atende somente as necessidades de indivíduos considerados de classes médias e altas.

Diante disso, este estudo tem como objetivo analisar os efeitos da massoterapia no tratamento de pessoas com fibromialgia através de uma revisão da literatura.

2. MÉTODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão integrativa de caráter descritivo, que tem como alicerce para a obtenção dos dados, o método de pesquisa bibliográfica. através do uso de literaturas, e produções científicas, esta ferramenta comporta a pesquisadora, a aquisição dos conteúdos em revisão integrativa. É um recurso que possibilita a síntese de conhecimento e a integração da aplicabilidade de resultados significativos dos estudos na prática, (SOUZA, SILVA, CARVALHO, 2010).

As pesquisas foram realizadas nas plataformas digitais nas bases de dados *Scientific Electronic Online* (Scielo), *Physiotherapy Evidence Database* (PEDro) e nas bibliotecas virtuais, sendo elas, *National Library of Medicine* (PubMed) e Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), a partir do cruzamento dos Descritores de Ciência da Saúde (DeCS), Massoterapia e fibromialgia, Tratamento e fibromialgia, nos períodos de agosto de 2020 a março de 2021.

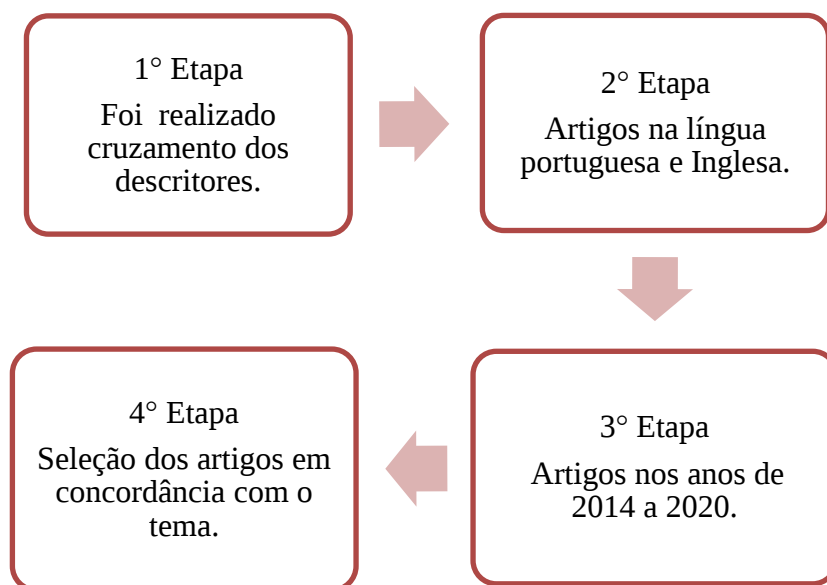
No presente estudo, foram feitas pesquisas de artigos científicos que utilizaram como amostra pessoas com fibromialgia, publicados em periódicos entre os anos de 2014 a 2020. Esses estudos são ensaios clínicos, observacionais e estudos de caso, nos idiomas português e inglês.

Critérios de inclusão e exclusão:

Foram incluídos artigos nos idiomas português e inglês, nos quais a população de estudo apresente diagnóstico clínico da síndrome de fibromialgia, tanto do sexo feminino quanto do sexo masculino, que trazem resultados consistentes para análise e com data de publicação dos últimos 6 anos. Foram excluídos teses, comentários, estudos de revisão, estudos duplicados e aqueles que trazem indivíduos que não apresentam a persistência da dor por 3 meses ou mais e que não apontam os 11 dos 18 pontos dolorosos.

Procedimentos de coleta de dados:

Os artigos foram coletados, nas plataformas científicas, dividida em cinco etapas, na etapa um, foi realizado cruzamento dos descritores escolhidos, na segunda etapa foi feita uma busca de artigos na língua portuguesa, inglesa, a terceira etapa foi concentrada nos artigos nos anos de 2014 a 2020 e na quarta etapa, foram escolhidos artigos que tem concordância com o tema em questão.

**Análise dos dados:**

A comparação dos dados e construção dos resultados foi realizada através do software Microsoft Excel 2012, com tabela e gráficos.

Aspectos Éticos:

Este estudo não oferece implicações éticas, por ser de modo bibliográfico, assim o próprio não foi conduzido ao comitê de ética e pesquisa.

3. RESULTADOS

As informações abaixo foram obtidas através de coleta de dados e convertidas de forma quantitativa e demonstradas em gráficos para melhor compreensão.

Foram avaliados artigos científicos publicados nas bases de dados: SciELO, 183 artigos, PUBMED, 51 artigos, BVS 709 artigos, entre os anos de 2014 a 2020 através de uma revisão integrativa: Massoterapia no tratamento de portadores da síndrome da fibromialgia, nos idiomas português e inglês. A busca inicial dos resultados foi obtida por meio de um cruzamento dos descritores em todas as bases de dados: Massoterapia e fibromialgia, Tratamento e fibromialgia, seguidamente ocorreu a soma dos cruzamentos dos descritores em todas as bases de dados no idioma português e inglês com o total de 324 artigos. Posteriormente a soma dos artigos nos anos de 2014 a 2020, totalizando 942 artigos. Após essa busca, foram escolhidos artigos que apresentasse semelhança com o tema, por meio de leituras minuciosas em temas e resumos, nisso foram reunidos 50 artigos. Para finalizar foram descartados estudos de revisão e selecionados 4 artigos para obter a revisão integrativa.

Tabela 1 – Quantitativos por bases de dados e por ano de publicação

Base de dados	Nº de artigos
BVS	04
SCIELO	00
PUBMED	00
Ano de publicação	Nº de artigos
2019	01
2017	01
2016	01
2014	01

Dados da pesquisa 2021

Tabela 2. Caracterização dos estudos

Autor/Ano	Título	População	Objetivo	Resultados
IHA, 2019.	Efeitos da massagem Tuinã na dor e qualidade de vida em pacientes com fibromialgia.	Participaram do estudo, quatro mulheres com FM, idade de 54,5±10,5.	Analisar o efeito desta massagem, na dor e qualidade de vida em pacientes com FM.	De modo geral, todas as pacientes, com exceção da paciente 3, conseguiram um melhor controle da doença e aumentaram sua capacidade funcional.
Seyda Toprak Celenay, 2017	Uma comparação dos efeitos dos exercícios mais massagem do tecido conjuntivo com exercícios isolados em mulheres com síndrome de fibromialgia: um ensaio clínico randomizado.	Indivíduos portadoras da Síndrome de Fibromialgia.	Comparar a eficácia de um programa de exercícios combinados de 6 semanas com e sem massagem do tecido conjuntivo (CTM) na dor, fadiga, problemas de sono, estado de saúde e qualidade de vida em pacientes com síndrome de fibromialgia (SFM).	O estudo sugeriu que exercícios com e sem CTM podem ser eficazes para diminuir a dor, fadiga e problemas de sono, enquanto aumentam o estado de saúde e a qualidade de vida em pacientes com SFM. No entanto, os exercícios com CTM podem ser superiores na melhora da dor, fadiga, problemas de sono e limitações de funções devido à saúde física em comparação com o exercício sozinho.
Felipe Rodrigues de Oliveira, 2016	Massagem terapêutica em ritmo circadiano de cortisol, intensidade da dor, índice de estresse percebido e qualidade de vida de pacientes com síndrome de fibromialgia.	Voluntários portadores da Síndrome de Fibromialgia, (n = 24, com idades entre 26-55 anos).	investigar os efeitos de um programa de massagem terapêutica (MTP) na concentração de cortisol (CC), intensidade da dor, qualidade de vida e índice de estresse percebido em pacientes com fibromialgia.	Este piloto sugere que este tratamento melhorou a qualidade de vida, reduziu o índice de estresse percebido e dor nesses voluntários.
Iolanda M. 2014.	Os efeitos da massoterapia na qualidade de vida e na dor de mulheres com fibromialgia.	20 voluntários portadores de FM do gênero feminino com média de idade 52,7.	Analisar os efeitos da massoterapia na qualidade de vida de mulheres com fibromialgia.	Os resultados referentes à dor nos Tender Points, revelaram que houve melhora da sintomatologia dolorosa ao final do tratamento. A aplicação de 10 sessões do protocolo de massoterapia contribuiu para melhorar a dor e qualidade de vida de mulheres com fibromialgia

Dados da pesquisa 2021

FM: fibromialgia; CTM: massagem no tecido conjuntivo; SFM: síndrome da fibromialgia; MTP: massagem terapêutica; CC: cortisol.

4. DISCUSSÃO

IHA (2019), demonstrou no seu estudo que o protocolo elaborado com 10 sessões de massagem Tuiná uma vez na semana, teve uma contribuição e resultados expressivos. Sendo possível, através da escala visual analógica (EVA), perceber uma melhora na dor aguda das pacientes, assim como foi notável a evolução no bem estar, no relaxamento e leveza das mesmas. O autor ressalta a importância e como a técnica apresentada no seu estudo proporcionou um melhor controle da doença e capacidade funcional.

Seyda Toprak (2017), trouxe um estudo onde a massagem no tecido conjuntivo (CTM), se mostrou eficaz na melhora da dor e qualidade de vida das pessoas, onde juntamente com um programa de exercícios esses efeitos foram potencializados, Isso mostra que não só a massagem terapêutica isoladamente pode ajudar no tratamento de indivíduos com FM, como também pode ser associada a programas paralelos, buscando uma resposta mais rápida e eficiente na melhora dos sintomas, incluindo redução dos problemas no sono, da fadiga, da dor corporal, melhora da vitalidade e recuperação das funções prejudicadas devido a problemas na saúde física e mental, causadas pela patologia.

Felipe Rodrigues (2016), investigou os efeitos da Massagem Terapêutica (MT) na concentração de cortisol (CC), índice de estresse percebido, qualidade de vida e intensidade da dor em pacientes fibromiálgicos utilizando o Questionário de Estresse Percebido (PSQ), Questionário de Impacto da Fibromialgia (FIQ) e um Questionário de Dor McGill (MPQ-Br) além da coleta de saliva para avaliar o CC.

O estudo mostrou que houve melhoras significativas na redução da dor e do estresse percebido e aumento da qualidade de vida desses pacientes, sugerindo que a MT tem eficácia na diminuição dos sintomas causados pela SFM. (OLIVEIRA 2016).

Iolanda M. (2014), mostrou através de sua pesquisa os resultados da utilização da Massoterapia em mulheres com Síndrome de Fibromialgia, durante 4 meses e utilizando a Escala Visual Analógica (EVA), como meio de avaliação da dor, e o FIQ para verificar o impacto que a FM tinha na vida das pacientes.

Após 10 sessões de Massoterapia as participantes apresentaram uma melhora significativa da dor. As estatísticas juntamente com a análise do teste de t-Student, deram aos resultados do estudo um nível de confiança de praticamente 100% e mostrou que a massoterapia contribuiu para a melhora da dor e qualidade de vida de mulheres com fibromialgia. (PAZIN, MORRETI, 2014).

Portanto, após a análise desses estudos foi possível identificar a relevância da utilização da massagem terapêutica nas abordagens de tratamento das pessoas com a síndrome da fibromialgia, tanto de maneira isolada quanto conjunta à outras terapias. A massoterapia se mostrou eficaz em diversas situações sintomatológicas, desde a dor difusa, que é a principal característica dessa doença, até alterações psicossociais.

Segundo Seyda Toprak (2017), os benefícios observados após um programa terapêutico de exercícios associado com a CTM, comprovaram a importância dessa terapia além de mostrar que existe uma melhora visível na funcionalidade e vitalidade desses indivíduos.

5. CONCLUSÃO

A partir dos questionamentos citados acima, percebeu-se a diminuição na dor e a melhora na qualidade de vida através dos métodos da massagem terapêutica, trazendo resultados positivos, além da redução dos níveis de estresse e ansiedade, proporcionando uma melhor qualidade do sono, diminuição do cansaço e disposição nas tarefas do dia a dia, ressaltando os benefícios percebidos nos aspectos físicos e mentais. Entretanto, a partir das pesquisas, nota-se uma dificuldade em encontrar artigos científicos com o foco voltado para a proposta desse estudo. Sendo assim podemos perceber a necessidade de mais pesquisas e estudos relacionados a prática da utilização da MT para o tratamento de enfermidades como a FM. É necessário enfatizar a importância de estudos com maior destaque a ensaios clínicos, acerca do tema proposto. Essa dificuldade também aparece na hora de encontrar um tratamento específico para a fibromialgia, por ser uma patologia de etiopatogenia ainda desconhecida, e que provoca sintomatologia característica em vários aspectos. Nota-se também que há uma predisposição maior para o sexo feminino em comparação com o sexo masculino, de desenvolver a SFM.

REFERÊNCIAS

- Antunes, Benhamou, Schiffer; Severiano, Rodrigues. **Análise da aplicação da técnica de massoterapia Yoga Thai na melhora da dor em mulheres com fibromialgia**, 2017.
- Fernanda Ritieli Bonifacio da Costa, Luís Carlos de Souza; **Efeitos da hidroterapia associado a massoterapia em pacientes**, Visão Universitária (2017) v. (2):01-16.
- Franceli de Fátima Rodrigues Iuga Cardoso; Natália Cristina Polezel; Evandro Luís Padilha; **O shiatsu como alternativa terapêutica no tratamento da fibromialgia**; Revista Científica da Fho|Uniararas v. 2, n. 2/2014.
- Gabriely Felix Poddis; Liliane Pereira. **Massagem relaxante no tratamento da síndrome de fibromialgia**. Revista Saúde em Foco – Edição nº 11 – Ano: 2019.
- Iha. et. al; **Efeitos da massagem tuinã na dor e qualidade de vida em pacientes com fibromialgia**, 2019.
- Iolanda Maria Batista Pazin, Luana Morreti; **Os efeitos da massoterapia na qualidade de vida e na dor de mulheres com fibromialgia**, 2014.
- Luciana Akemi Matsutani; **Eficácia de um programa de tratamento fisioterapêutico sobre a qualidade de vida de pacientes com fibromialgia**; SÃO PAULO 2003.
- Oliveira. et. al; **Massage therapy in cortisol circadian rhythm, pain intensity, perceived stress index and quality of life of fibromyalgia syndrome patients**. Complement ther clin pract, 2016.
- Oliveira Júnior, José Oswaldo de; Ramos, Júlia Villegas Campos. **Adesão ao tratamento da fibromialgia: desafios e impactos na qualidade de vida**. BrJP, v. 2, n. 1, p. 81-87, 2019.
- Ribeiro, Filipa Neves. **Fibromialgia: o corpo, a mente e o estigma**. 2016.
- Sarah Santos Gondim, Maria Antonieta Pereira Tigre; **Os efeitos da massagem terapêutica manual em pacientes com a Síndrome da Fibromialgia**, Revista Multidisciplinar de Psicologia. 2017
- Souza, Tavares, Silva, Dias, Carvalho. Revisão integrativa: **o que é e como fazer**. Einstein (São Paulo), v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010.
- Susan Lee King Yuan, Luciana Akemi Matsuuani, Ana Assumpção, Amelia Pasqual Marques. **Efeitos da Massoterapia nos sintomas e qualidade de vida de Fibromiálgicos: Relato de Caso**, 2010.
- Toprak Celenay S. et. al; **Comparison of the effects of exercises plus connective tissue massage to exercises alone in women with fibromyalgia syndrome: a Randomized Controlled trial**. Rheumatol Int, 2017.