

20 EFEITO DA MASSAGEM TERAPÊUTICA NA SAÚDE MENTAL DAS PESSOAS COM PATOLOGIA ONCOLÓGICA

| Márcia Alves¹; Maria Jardim²; Bárbara Gomes³; Otilia Freitas⁴ |

RESUMO

CONTEXTO: O enfermeiro deve interagir com as pessoas em situação de saúde ou doença, melhorando o seu contexto sociocultural e o seu processo transição. Estas interações são organizadas com um propósito em que o enfermeiro utiliza ações terapêuticas para promover a saúde. A massagem terapêutica consiste em pressionar e esfregar o corpo ou partes deste com fins terapêuticos.

OBJETIVO(S): Avaliar o efeito da intervenção da massagem terapêutica na saúde mental das pessoas com patologia oncológica.

METODOLOGIA: Revisão sistemática da literatura, através dos descritores “pacientes”, “oncologia” e “massagem”, estudos de 2000 a 2012, em bases de dados e motores de busca online.

RESULTADOS: O corpus do estudo foi composto por 15 artigos e demonstra que a massagem terapêutica reduz, quer de imediato, quer a longo prazo, a ansiedade e a depressão. Contudo, há estudos em que não existiram diferenças nestas variáveis. Esta intervenção melhora, de imediato, o relaxamento, o bem-estar emocional e o padrão de sono, a dor, o desconforto físico-emocional e a fadiga. Não houveram diferenças estatísticas significativas que corroborassem a melhoria da qualidade de vida, stress e sofrimento.

CONCLUSÕES: A massagem terapêutica tem efeitos benéficos a curto prazo na saúde mental das pessoas com patologia oncológica. No entanto, relativamente à ansiedade e depressão os resultados analisados são contraditórios, reportando-se para investigações futuras. Sugerimos novas pesquisas para maior consistência empírica sobre os efeitos da intervenção da massagem terapêutica na saúde mental das pessoas com patologia oncológica e assim contribuir para a prática de uma enfermagem de excelência baseada na evidência.

PALAVRAS-CHAVE: Pacientes; Oncologia; Massagem

RESUMEN

“Efecto de la terapia de masaje en la salud mental de las personas con patología del cáncer”

CONTEXTO: Las enfermeras deben interactuar con las personas en el estado de salud o enfermedad, la mejora de su contexto socio-cultural y su transición de proceso. Estas interacciones se organizan con un propósito en el que las enfermeras utilizan acciones terapéuticas para promover la salud. El masaje terapéutico es presionar y frotar el cuerpo o partes del mismo para fines terapéuticos.

OBJETIVO(S): Evaluar el efecto de la intervención de la terapia de masaje en la salud mental de las personas con patología del cáncer.

METODOLOGÍA: Revisión sistemática de la literatura a través de los descriptores “pacientes”, “oncología” y “masaje”, estudios de 2000 a 2012, en las bases de datos y motores de búsqueda en línea.

RESULTADOS: El estudio se compone en 15 artículos y demuestra que la terapia de masaje reduce, ya sea inmediatamente o el largo plazo, la ansiedad y la depresión. Sin embargo, hay estudios que no hubo diferencias en estas variables. Esta intervención mejora, de inmediato, la relajación, bienestar y sueño emocional, el dolor, la incomodidad y la fatiga física y emocional. No hubo diferencias estadísticamente significativas que apoyen una mejor calidad de vida, el estrés y el sufrimiento.

CONCLUSIONES: El masaje terapéutico tiene efectos beneficiosos el corto plazo en la salud mental de las personas con patología del cáncer. Sin embargo, para la ansiedad y la depresión se fueron evaluados resultados contradictorio, la presentación de informes para las investigaciones futuras. Recomendamos más investigación para consistencia más empírica sobre los efectos de la intervención de la terapia de masaje, en la salud mental de las personas con patología del cáncer y contribuir así a la práctica de la excelencia en enfermería basada en la evidencia.

DESCRIPTORES: Pacientes; Oncología; Masaje

ABSTRACT

“Effect of massage therapy in the mental health of people with cancer pathology”

BACKGROUND: Nurses should interact with people in health status or disease, improving their socio-cultural context and its process transition. These interactions are organized with a purpose in which nurses use therapeutic actions to promote health. Therapeutic massage is to press and rub the body or parts thereof for therapeutic purposes.

AIM: Evaluate the effect of massage therapy intervention in the mental health of people with cancer pathology.

METHODS: Systematic literature review through the descriptors “patients”, “oncology” and “massage”, from 2000 to 2012 studies, in databases and online search engines.

RESULTS: The study was composed of 15 items and shows that massage therapy reduces, either immediately or the long term, anxiety and depression. However, there are studies in which there were no differences in these variables. This intervention improves, immediately, relaxation, emotional well-being and sleep patterns, pain, physical and emotional discomfort and fatigue. There were no statistically significant differences which would support improved quality of life, stress and suffering.

CONCLUSIONS: Therapeutic massage has beneficial effects in the short term in the mental health of people with cancer pathology. However, with regard to anxiety and depression the results analyzed are contradictory, reporting for future investigations. We suggest further research to most empirical consistency on the effect of massage therapy intervention, mental health of people with cancer pathology and thus contribute to the practice of nursing excellence based on evidence.

KEYWORDS: Patients; Oncology; Massage

Submetido em 30-09-2014

Aceite em 19-01-2015

1 Doutoranda em Ciências de Enfermagem na Universidade do Porto, ICBAS; Enfermeira no Hospital Dr. Nélcio Mendonça, Funchal, Portugal, marcialves96@hotmail.com

2 Doutora em Ciências de Enfermagem e Desenvolvimento e Intervenção Psicológica; Professora Coordenadora na Universidade da Madeira, Funchal, hjardim@uma.pt

3 Doutora em Ciências de Enfermagem; Professora Coordenadora na Escola Superior de Enfermagem do Porto, 4200-072 Porto, Portugal, bgomes@esenf.pt

4 Doutora em Ciências de Enfermagem; Professora Coordenadora e Presidente na Universidade da Madeira, Funchal, Portugal, omsfreitas@uma.pt

Citação: Alves, M., Jardim, M., Gomes, B., e Freitas, O. (2015). Efeito da massagem terapêutica na saúde mental das pessoas com patologia oncológica. Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental (Ed. Esp. 2), 119-122.

INTRODUÇÃO

A massagem terapêutica baseia-se na aplicação de pressão no corpo com múltiplos objetivos nomeadamente: ajudar o relaxamento, a sensação de prazer, a ultrapassar problemas físicos, a libertar bloqueios emocionais, amenização da dor, entre outros.

A massagem pode ser aplicada com fins terapêuticos, servindo para ajudar no restabelecimento do equilíbrio das diversas estruturas humanas. A sua aplicação desencadeia efeitos mecânicos, analgésicos, psicológicos, térmicos e estruturais.

Segundo Meleis (2012), o papel do enfermeiro é interagir com as pessoas, melhorar o seu contexto sociocultural e algum tipo de transição. Estas interações são organizadas em torno de um propósito e o enfermeiro utiliza algumas ações terapêuticas para melhorar, trazer ou facilitar a saúde.

Os enfermeiros, como elementos de uma equipa multidisciplinar, intervêm ativamente no controlo e alívio da dor total através de intervenções não farmacológicas, em complementaridade com a terapêutica farmacológica, conhecendo as suas indicações, as contraindicações e os efeitos colaterais (Ordem dos Enfermeiros [OE], 2008; Direção Geral de Saúde [DGS], 2001).

A massagem pode ser preventiva, curativa, de reabilitação e alívio da tensão muscular local e em geral. Os doentes que beneficiam desta intervenção apresentam níveis mais baixos de ansiedade e de dor, tendo mais controle sobre as decisões de tratamento (Almeida e Duarte, 2000).

Com base no pressuposto de que a massagem tem efeitos na condição de saúde do doente, surge esta revisão de literatura baseada na questão “Qual o efeito da massagem terapêutica na saúde mental das pessoas com patologia oncológica?”, com o objetivo de analisar os estudos realizados neste âmbito, para melhor conhecer os efeitos desta intervenção de enfermagem, massagem terapêutica, no doente oncológico.

METODOLOGIA

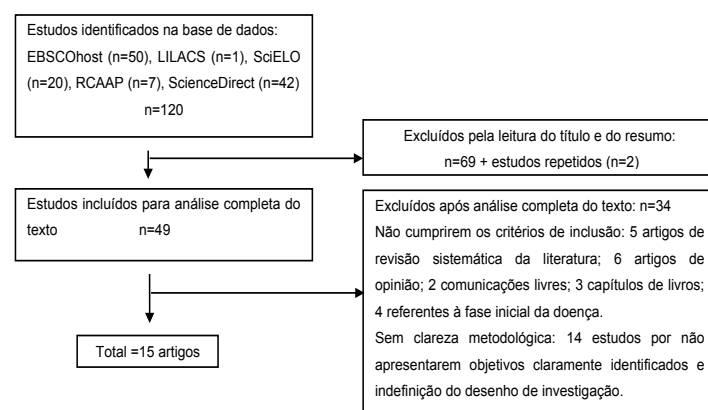
Esta pesquisa alicerçou-se numa revisão sistemática da literatura. Foi realizada, exclusivamente em bases de dados e motores de busca online, nomeadamente EBSCOhost (Medline, Cochrane Central Register of Controlled Trials, Cochrane Database of Systematic Reviews, Psychology and Behavioral Sciences Collection, EJS E-Journals, British Nursing Index), à LILACS, à SciELO, ao RCAAP (Repositório Científico de Acesso Aberto de Portugal) e à ScienceDirect.

Como critérios de inclusão considerámos os artigos reportados ao período entre 2000 e 2012, estudos primários completos que avaliassem o efeito da massagem terapêutica nos doentes com idade superior ou igual a 18 anos e com diagnóstico médico de cancro. Foram excluídos os artigos que não relatavam a investigação em torno da temática em estudo e que não apresentassem os critérios de inclusão pré-definidos.

Os descritores de pesquisa utilizados foram oncology, cancer e massage therapy, e foram combinados entre si através dos operadores booleanos “AND” e “OR”.

Da pesquisa resultaram 120 artigos, sendo 50 na EBSCOhost, 20 na SciELO, 1 na LILACS, 7 na RCAAP e 42 na ScienceDirect. No processo de seleção dos estudos científicos foram considerados os critérios de inclusão e de exclusão estabelecidos (Figura 1). Após leitura integral dos mesmos, foram selecionados 15 estudos para a revisão sistemática.

Figura 1 - Processo de seleção do corpus documental



RESULTADOS

Tendo por base os artigos selecionados, procedemos à (re)leitura dos mesmos de forma a analisar e sintetizar a evidência empírica, categorizando-os segundo os efeitos da intervenção massagem terapêutica, e de acordo com as variáveis identificadas nos estudos (Quadro 1).

Quadro 1 - Resumo dos resultados dos artigos selecionados

Efeitos a curto prazo	Efeitos a longo prazo
Alterações significativas na melhoria: <ul style="list-style-type: none">- Bem-estar emocional;- Desconforto físico e emocional;- Humor deprimido;- Padrão de sono;- Relaxamento;- Stress.	Não houve alterações significativas na melhoria: <ul style="list-style-type: none">- Qualidade da saúde;- Sofrimento;- Stress.

Quanto às variáveis ansiedade e depressão constatou-se que, após a massagem terapêutica, estas melhoravam significativamente a curto prazo (Post-White, Kinney, Savik, Gau, Wilcox & Lerner, 2003; Hernandez-Reif, Ironson, Field, Hurley, Katz & Diego, 2004; Cassileth & Vickers, 2004; Deng, Barrie & Cassileth, 2005; Downey et al., 2009; Jane, Wilkie, Gallucci, Beaton & Huang, 2009; Sui-Whi, Wilkie, Gallucci, Beaton & Huang, 2011). Existem estudos que relatam a eficácia da massagem terapêutica na depressão, a longo prazo (Downey et al., 2009; Jane et al., 2009; Sui-Whi et al., 2011).

No entanto, noutros estudos não se verificaram diferenças significativas na melhoria da ansiedade e da depressão a curto (Billhut, Bergbom & Stenes-Victorin, 2007) e a longo prazo (Ahles et al., 1999; Soden, Vincent & Craske, 2004; Wilkinson et al., 2007). Wilkinson et al., (2007) acrescentam que apesar de terem obtido os mesmos resultados estatísticos, o autorrelato da ansiedade, através de entrevistas estruturadas, melhorou para os doentes que receberam massagem terapêutica e que esta relação não se comprovou para o autorrelato da depressão. Em contrapartida, segundo Adams, White e Beckett (2010) a ansiedade aumentou de 3,83 para 4,75 a curto prazo. No que concerne a outras variáveis estudadas, a massagem tem efeitos benéficos e imediatos no relaxamento (Grealish, Lomasney & Whiteman, 2000; Adams et al., 2010), humor deprimido, raiva (Hernandez-Reif, Ironson, Field, Hurley, Katz & Diego, 2004), stress (Cassileth & Vickers, 2004), desconforto físico e emocional, bem-estar emocional e no padrão de sono (Soden et al., 2004; Adams et al., 2010). Relativamente à qualidade de vida, esta melhorou significativamente, a curto prazo, apenas no estudo de Ferreira e Lauretti (2007); mas a longo prazo, não existem estudos que corroborem a melhoria da qualidade de vida, do stress e do sofrimento (Soden et al., 2004; Kutner, et al., 2008).

DISCUSSÃO

Os resultados enfatizam a necessidade de aumentar as evidências empíricas, bem como dar a conhecer os benefícios associados à massagem terapêutica, incidindo particularmente a nível dos doentes com patologia oncológica. No entanto, a maioria dos estudos desta revisão sistemática, realçam o efeito da massagem terapêutica na melhoria de algumas variáveis que geram desconforto, nomeadamente o humor deprimido, raiva, desconforto físico e emocional, bem-estar emocional e no padrão de sono. Assim, os enfermeiros devem proporcionar o relaxamento, prazer, contornar problemas físicos e libertar bloqueios emocionais através da massagem terapêutica.

Obtivemos resultados contraditórios a nível do efeito da intervenção na ansiedade e na depressão, pois apesar de uns estudos terem revelado efeitos positivos a curto (Post-white et al., 2003; Hernandez-Reif et al., 2004; Cassileth & Vickers, 2004; Deng et al., 2005; Downey et al., 2009; Jane et al., 2009; Sui-Whi et al., 2011) e a longo prazo (Jane et al., 2009; Downey et al., 2009; Sui-Whi et al., 2011), todavia outros estudos não revelaram quaisquer efeitos (Ahles et al., 1999; Soden et al., 2004; Billhut et al., 2007; Wilkinson et al., 2007).

Constatou-se que esta intervenção obteve resultados positivos associados à diminuição dos sinais vitais devido ao relaxamento promovido (Grealish et al., 2000; Adams et al., 2010), no humor deprimido e raiva (Hernandez-Reif et al., 2004), na fadiga muscular (Deng et al., 2005), no stress (Cassileth & Vickers, 2004) e a nível do bem-estar emocional e no padrão de sono (Soden et al., 2004; Adams et al., 2010). Não existiram diferenças estatísticas que corroborem a melhoria na qualidade de vida, do stress e do sofrimento (Soden et al., 2004; Kutner et al., 2008).

CONCLUSÃO

Mediante a análise dos resultados, embora as variáveis ansiedade e depressão apresentassem efeitos contraditórios, permitiu-nos inferir que a massagem terapêutica tem efeitos benéficos a curto prazo a nível do bem-estar emocional, desconforto físico e emocional, humor deprimido, padrão de sono, relaxamento e stress. No que respeita à qualidade de vida e sofrimento não existem estudos que confirmem os efeitos da intervenção. O presente estudo carece de trabalhos de investigação relacionados com a temática explorada, pelo que acreditamos que esta consiste numa das limitações desta revisão sistemática da literatura.

A necessidade de novas investigações sobre os efeitos da massagem terapêutica, na área de intervenção de enfermagem, torna-se pertinente para maior consistência empírica sobre os seus efeitos na saúde mental das pessoas com patologia oncológica e assim contribuir para a prática de excelência baseada na evidência.

IMPLICAÇÕES PARA A PRÁTICA CLÍNICA

Os enfermeiros são os profissionais que recorrem cada vez mais à utilização da massagem terapêutica como intervenção para a promoção da saúde. Consideramos necessário incrementar no corpo de saberes da enfermagem a produção de conhecimentos sobre o tema, de forma a subsidiar as discussões, orientações e treino da equipa, propondo diretrizes atualizadas e protocolos inovadores.

Este estudo comprova cientificamente os efeitos a curto prazo da massagem terapêutica, relativamente a algumas variáveis. Assim, os enfermeiros podem aplicá-la na prestação de cuidados diários ao doente e com mais complementaridade às terapêuticas farmacológicas vigentes no sistema de saúde.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adams, R., White, B., & Beckett, C. (2010). The effects of massage therapy on pain management in the acute care setting. *International Journal of Therapeutic Massage & Bodywork*, 3(1), 4-11.
- Ahles, T., Tope, D., Pinkson, B., Walch, S., Hann, D., Whedon, M., Dain, B., Weiss, J., Mills, L., & Silberfarb, P. (1999). Massage therapy for patients undergoing autologous bone marrow transplantation. *Journal of Pain and Symptom Management*, 18(3), 157-163.
- Almeida, M., e Duarte, S. (2000). Massagem dorsal de bem-estar e de conforto. *Referência*, 5(1), 75-78.
- Billhut, A., Bergbom, I., & Stenes-Victorin, E. (2007). Massage relieves nausea in women with breast cancer who are undergoing chemotherapy. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 13(1), 53-57.
- Cassileth, B., & Vickers, A. (2004). Massage therapy for symptom control: Outcome study at a major cancer center. *Journal of Pain and Symptom Management*, 28(3), 244-249.
- Deng, G., Barrie R., & Cassileth, B. (2005). Integrative oncology: Complementary therapies for pain, anxiety, and mood disturbance. *Cancer Journal for Clinicians*, 55(2), 109-116.
- Direção Geral de Saúde (2001). Plano nacional de luta contra a dor. Portugal.
- Downey, L., Diehr, P., Standish, L., Patrick, D., Kozak, L., Fisher, D., Congdon, S., & Lafferty W. (2009). Might massage or guided meditation provide “means to a better end”? Primary outcomes from an efficacy trial with patients at the end of life. *Journal of Palliative Care*, 25(2), 100-108.
- Ferreira, A., e Lauretti, G. (2007). Estudo dos efeitos da massoterapia no alívio da dor e na melhoria da qualidade de vida em pacientes oncológicos sob cuidados paliativos. *Revista Dor*, 8(2), 983-993.
- Grealish, L., Lomasney, A., & Whiteman, B. (2000). Foot massage: A nursing intervention to modify the distressing symptoms of pain and nausea in patients hospitalized with cancer. *Cancer Nursing*, 23(3), 237-243.
- Hernandez-Reif, M., Ironson, G., Field, T., Hurley, J., Katz, G., & Diego, M. (2004). Breast cancer functions following massage therapy. *Journal of Psychosomatic Research*, 57(1), 45-52.
- Jane, S., Wilkie, D., Gallucci, B., Beaton, R., & Huang, H. (2009). Effects of a full-body massage on pain intensity, anxiety, and physiological relaxation in Taiwanese patients with metastatic bone pain: A pilot study. *Journal of Pain and Symptom Management*, 37(4), 754-763.
- Kutner, S., Smith, M., Corbin, L., Kemphill, I., Benton, K., & Mellis, K. (2008). Massage therapy versus simple touch to improve pain and mood in patients with advanced cancer: A randomized trial. *Annals of Internal Medicine*, 149(6), 369-379.
- Meleis, Afaf (2012). *Theoretical nursing: Development & progress* (5th ed.). Philadelphia: Wolters Kluwer.
- Ordem dos Enfermeiros (2008). *Dor guia de boas práticas*. Portugal: Ordem dos Enfermeiros.
- Post-White, J., Kinney, M., Savik, K., Gau, J., Wilcox, C., & Lerner, I. (2003). Therapeutic massage and healing touch improve symptoms in cancer. *Integrative Cancer Therapies*, 2(4), 332-344.
- Soden, K., Vincent, K., & Craske, S. (2004). A randomized controlled trial of aromatherapy massage in a hospice setting. *Palliative Medicine*, 18(2), 87-92.
- Sui-Whi, J., Wilkie, D., Gallucci, B., Beaton, R., & Huang, H. (2011). Effects of massage on pain, mood status, relaxation, and sleep in Taiwanese patients with metastatic bone pain. A randomized clinical trial. *Pain*, 152(10), 2432-2442.
- Wilkinson, S., Love, S., Westcombe, A., Gambles, M., Burgess, C., Cargill, A., Young, T., Maher, E., & Ramirez, A. (2007). Effectiveness of aromatherapy massage in the management of anxiety and depression in patients with cancer. A multicenter randomized controlled trial. *Journal of Clinical Oncology*, 25(5), 532-538.