

**INSTITUTO FEDERAL DO PARANÁ**

**CHUNG JU YANG**

**EFEITOS DAS PRÁTICAS MASSOTERAPÊUTICAS EM  
PORTADORES DE ESCLEROSE MÚLTIPLA: REVISÃO NARRATIVA**

**CURITIBA  
2021**

**CHUNG JU YANG**

**EFEITOS DAS PRÁTICAS MASSOTERAPÊUTICAS EM  
PORTADORES DE ESCLEROSE MÚLTIPLA: REVISÃO NARRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao  
Curso de Tecnologia em Massoterapia do Instituto  
Federal do Paraná, como requisito parcial de  
avaliação.

Orientador: Prof.<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Livia Pimenta Reno  
Gasparotto

Orientadora metodológica: Prof.<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Elisângela  
Valevein Rodrigues.

**CURITIBA  
2021**

# **FOLHA DE APROVAÇÃO**

**CHUNG JU YANG**

## **EFEITOS DAS PRÁTICAS MASSOTERAPÊUTICAS EM PORTADORES DE ESCLEROSE MÚLTIPLA: REVISÃO NARRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao  
Curso de Tecnologia em Massoterapia do Instituto  
Federal do Paraná, formada pela seguinte banca  
examinadora:

Orientador(a): Prof.<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Livia Pimenta Reno Gasparotto

Professor(a) avaliador(a): Chen Sheng Shiuang

Professor(a) avaliador(a): Célia Regina Alves de Araújo Sandrini

Curitiba, 13 de setembro de 2021



## REVISÃO NARRATIVA SOBRE EFEITOS DA MASSOTERAPIA EM PORTADORES DE ESCLEROSE MÚLTIPLA

YANG, Chung Ju<sup>1</sup>; GASPAROTTO, Livia Pimenta Rennó<sup>2</sup>, Nome da orientadora<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Aluno(a) concluinte do Curso Técnico em Massoterapia do IFPR

<sup>2</sup> Professor(a) do Curso Técnico em Massoterapia, orientador(a)

<sup>3</sup> Professora do Curso Técnico em Massoterapia, orientadora metodológica

**Resumo:** Este trabalho teve como objetivo discutir os efeitos da massoterapia em pacientes com esclerose múltipla, para avaliá-la como possível terapia complementar nestes pacientes. A metodologia utilizada foi uma revisão narrativa, através de buscas na base de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e google acadêmico. Foram encontrados 16 artigos para leitura e análise. Destes, apenas 1 se refere à estudo de revisão, os outros 15 são estudos com intervenção/ aplicação e análise de técnicas ligadas à terapia manual. Vários artigos tiveram resultados positivos quanto ao benefício da massoterapia para pacientes com EM, especialmente para o alívio do estresse, dor e fadiga, mas alguns não tiveram resultados significativos. Concluímos que são necessários mais estudos a respeito, porém é uma abordagem complementar promissora na terapia destes pacientes.

**Palavras-chave:** Massoterapia. Esclerose múltipla. Terapia complementar. Tratamento. Terapia manual.

**Abstract:** This review aimed to discuss about the effects of massage therapy in multiple sclerosis patients, to evaluate it as a possible complementary therapy on those patients. The method used was a narrative review, through searches in the database Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) and scholar google. Sixteen articles were found for reading and analysis. Among them, one was a review study and the others were clinical studies, with intervention/application and analysis of manual therapy techniques. Several works had positive results regarding the massage therapy benefit to patients with MS, specially for stress relief, pain and fatigue, but some of them did not reach significant results. We concluded that more studies are necessary, however it is a promising complementary therapy for those patients.

**Key words:** Massage therapy. Multiple sclerosis. Complementary therapy. Treatment. Manual therapy.

## 1 INTRODUÇÃO

A Esclerose Múltipla (EM), de acordo com a Associação Brasileira de Esclerose Múltipla (2016) é uma doença autoimune inflamatória crônica, onde seu sistema imunológico ataca a bainha de mielina das células nervosas. A bainha de mielina é um envoltório de tecido adiposo que protege os neurônios e potencializa a velocidade de condução dos impulsos nervosos e, portanto, a perda de suas ações pela desmielinização, afeta de maneira muito significativa o sistema nervoso e conseqüentemente o resto do corpo, resultando em seus diferentes sintomas característicos. Os sintomas podem incluir perda da visão dupla, fraqueza muscular, falta de equilíbrio, dormência, dor, problema no controle da bexiga e intestino, fadiga, alterações emocionais e comprometimento intelectual.

A causa da EM é desconhecida, mas a hipótese mais aceita é que seja uma doença autoimune complexa e que pode ser desenvolvida devido a fatores genéticos e ambientais, como o gradiente geográfico, a deficiência de vitamina D, o tabagismo e a obesidade. Os pacientes podem se recuperar clinicamente total ou parcialmente dos ataques individuais de desmielinização (surtos). O tratamento da doença envolve o tratamento medicamentoso que busca reduzir a inflamação e os surtos, diminuindo o acúmulo de incapacidade durante a vida do paciente. Também é importante tratar os sintomas conseqüentes da doença, para melhorar a qualidade de vida do paciente, como as dores musculares e outros, os quais poderiam ser melhorados com a massagem terapêutica, que é a proposta deste estudo. (ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESCLEROSE MÚLTIPLA, 2016)

A EM é considerada um sério problema mundial de saúde pública, e acomete cerca de 2,5 milhões de pessoas no mundo, segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), tendo no Brasil uma prevalência de 18/100 mil pessoas. Daí se dá então a importância de estudos que busquem métodos de tratamento e redução dos sintomas, para que os portadores da doença consigam conviver melhor com ela, especialmente na ausência de uma cura. (BERTOTTI et al, 2011)

A massagem é uma técnica terapêutica milenar, com origens na Índia, China, Japão, Grécia e Roma. Possui diversos benefícios que vêm sendo estudados e datados há muitos anos, como relaxamento, saúde geral, na respiração, funções dos órgãos, articulações, no reumatismo, parto, paralisia, lesões musculares, e outros. Mesmo sendo tão antiga, é uma técnica que continua a evoluir e se expandir conforme

novos aprendizados. A massagem pode colaborar para a melhoria da qualidade de vida do paciente por possivelmente reduzir alguns sintomas da doença, como fraqueza muscular, dores musculares, fadiga, paralisia, falta de coordenação, tremor de intenção, parestesia e arrasto na fala, vertigem e incontinência. É indicada para manter uma boa circulação sistêmica, aliviando as contraturas musculares, reduzindo edemas nos membros superiores e inferiores e aliviar as dores. Como o estresse fica evidente causado pelas doenças autoimunes, a massagem também pode auxiliar a promover uma remissão. (CASSAR, 2001)

Considerando que há poucos estudos tratando dessa relação específica (massoterapia na esclerose múltipla), se faz necessária a realização de mais pesquisas sobre, já que se é uma alternativa promissora para o alívio de sintomas nos portadores da doença. O objetivo deste estudo foi realizar uma revisão narrativa sobre o efeito da massoterapia na qualidade de vida dos pacientes com EM.

## 2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura. A busca pelas referências foi realizada na base de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e google acadêmico. Os descritores utilizados foram “massagem”, “terapia manual” e “esclerose múltipla” (língua portuguesa), e “*massage therapy*”, “*manual therapy*” e “*multiple sclerosis*” (língua inglesa). Foram descartados os artigos que não possuíam no seu título alguma relação com práticas massoterapêuticas. Os artigos que entraram no critério de exclusão abordavam sobre procedimentos cirúrgicos ou práticas invasivas não relacionadas ao profissional massoterapeuta. Para busca conceitual sobre esclerose e massagem também foram consultados livros relacionados a essa abordagem.

## 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A pesquisa encontrou um total de 16 artigos para leitura e análise. Destes artigos, apenas 1 se refere à estudo de revisão, o restante são estudos com intervenção/ aplicação e análise de técnicas ligadas à terapia manual.

A esclerose múltipla é uma doença crônica, como mencionado anteriormente, e não tem cura. O tratamento da doença é voltado, portanto, para tentar retardar o

avanço da doença e para melhorar a qualidade de vida do paciente, ao reduzir seus efeitos, tal quais os surtos e sua gravidade, assim como o grau de incapacidade. (SILVA, 2019)

Qualidade de vida se trata das condições básicas e suplementares do ser humano como o bem-estar físico, mental, psicológico. Envolve aspectos emocionais, os relacionamentos sociais, a saúde, educação e outros parâmetros que afetam a vida humana. Vilhena et al. (2014), verificaram que a qualidade de vida nos pacientes com doenças crônicas é demonstrada por um melhor bem-estar geral, uma melhor saúde mental e um melhor bem-estar subjetivo. O bem-estar desses pacientes depende de fatores como otimismo, nível de atividade física e, também, adesão aos tratamentos ligados à doença crônica.

Um dos pontos importantes no que se refere à qualidade de vida em pacientes com EM é a instabilidade emocional decorrente das dificuldades impostas pela doença somadas ao fato de, por ser crônica, necessita readaptação de rotina. Quadros como depressão, estresse e ansiedade são comuns. E é continuamente evidenciado o papel do estresse psicológico na saúde humana, sendo a causa de diversos efeitos negativos e auxiliando também no agravamento de doenças já presentes. O estresse psicológico relaciona-se com a exacerbação dos efeitos das doenças de causa neurológica, seja por fatores inflamatórios ou por mecanismos implicados nos distúrbios de somatização. (MOHR et al., 2012)

Por estarem mais vulneráveis aos efeitos negativos desses fatores, é importante haver uma estratégia de enfrentamento da doença, de forma que amenize estresses agudos e crônicos. As terapias cognitivo-comportamentais de gerenciamento de estresse, as quais ensinam estratégias de enfrentamento que auxiliam o paciente a evitar a ocorrência de eventos estressantes e a lidar com eles tiveram seus efeitos positivos sobre a EM demonstrados em diferentes estudos, como um estudo desenvolvido em diferentes centros nos EUA, por Mohr et al.(2012), onde os pesquisadores avaliaram o efeito da gestão do estresse em comparação com grupo controle e observaram uma redução significativa do número de novas lesões vistas à ressonância magnética, além do aumento do percentual de indivíduos que estavam livres de novas lesões.

No que diz respeito às práticas manuais pesquisadas no tratamento da esclerose múltipla vale a reflexão sobre a relação entre estresse e atividade inflamatória na EM. A partir desta premissa entende-se que a massagem pode



também ser uma intervenção terapêutica benéfica para os pacientes, considerando que ela oferece tanto o relaxamento e apoio emocional como outros benefícios devido à sua ação sobre diversos processos do organismo. A massagem gera efeitos mecânicos, neurais, químicos e fisiológicos que resultam na sensação de bem-estar auxiliando na melhora de quadros emocionais. (YATES, 1989)

De acordo com Cassar (2001), alguns mecanismos que demonstram o benefício da massagem são a redução da atividade simpática e a vasodilatação; a melhora da circulação local e sistêmica, redução temporária do espasmo muscular, melhora a capacidade de extensão do tecido conjuntivo. O autor chama atenção para a importância de pesquisas que possam mensurar o efeito da massagem sobre as diversas condições de saúde, ainda que as mesmas sejam amplamente relatadas como favoráveis à melhora do estado geral ao final de cada atendimento. É válido, segundo ele, considerar também a influência de fatores como, por exemplo, a empatia entre terapeuta e paciente, a possibilidade de o indivíduo atingir grau satisfatório de conexão entre corpo e mente, controle do stress nas atividades de rotina, objetivos também relacionados à massagem.

Manobras clássicas usadas amplamente nas diversas técnicas da massagem como, por exemplo, o deslizamento (técnica de Effleurage), proporciona efeitos como aumento do fluxo sanguíneo, facilita o peristaltismo e funcionamento do sistema digestório, reduz a sensibilidade à dor por meio dos efeitos mecânicos e reflexos do toque que dificultam a estimulação de nociceptores (receptores sensoriais da dor), assim como também a dor referida, facilita o direcionamento do fluxo linfático e consequente remoção de edemas, além de estimular a liberação de endorfina. (CASSAR, 2001)

Segue abaixo a relação de artigos encontrados na literatura cujo objeto de estudo foi técnicas de massagem/ terapia manual em portadores de EM.

AUTOR & ANO	TIPO DE TRABALHO	OBJETIVOS	TÉCNICA ABORDADA	RESULTADOS & CONCLUSÕES	PONTOS RELEVANTES PARA ESTE TRABALHO
<b>Ostapyak, Z. M. et al. (2020)</b>	Ensaio clínico.	Fazer uma análise comparativa dos parâmetros eletroneuromiográficos em pacientes com síndrome da dor miofascial com EM, usando terapia física.	Reflexologia.	A reflexologia junto do alongamento reduziram a espasticidade e dor muscular.	Possibilidade de uso da reflexologia em aliviar a dor e espasticidade muscular.
<b>Amatya, B.; Young, J.; Khan, F. (2018)</b>	Revisão sistemática.	Investigar a efetividade e segurança de terapias não-farmacológicas para o controle da dor crônica na esclerose múltipla.	Reflexologia.	Evidências de baixo nível para o uso dessas terapias; houveram melhoras, mas limitadas pelo viés metodológico dos estudos.	Reflexologia pode ajudar na dor e outros sintomas em pacientes com EM.
<b>Nazari, F. et al. (2016)</b>	Ensaio clínico randomizado simples-cego.	Comparar os efeitos da reflexologia e do relaxamento na dor em mulheres com EM.	Reflexologia podal.	As duas intervenções foram efetivas no alívio da dor, mas a reflexologia parece ter melhor eficácia.	Demonstrou a eficácia da reflexologia em aliviar as dores.
<b>Ozdelikara, A.; Alkan, S. A. (2018)</b>	Pré-pós teste quase-experimental.	Determinar os efeitos da reflexologia na fadiga e na ansiedade em pacientes com EM.	Reflexologia.	Resultados positivos, demonstrando efetividade da reflexologia nesses sintomas.	Reflexologia como opção para melhorar a fadiga e acrescentando também benefício na ansiedade dos pacientes com EM.
<b>Sajadi, M. et al. (2020)</b>	Ensaio clínico randomizado.	Investigar o efeito da reflexologia na constipação e qualidade de vida em pacientes com EM.	Reflexologia podal.	O nível de constipação diminuiu significativamente após intervenção com reflexologia. A qualidade de vida melhorou, mas não foi significativo.	Mostrou a reflexologia como útil e segura para redução da constipação nos pacientes com EM.

Trabalho de Conclusão de Curso  
Curso Tecnologia em Massoterapia  
Campus Curitiba

<b>Frost-Hunt, A. (2020)</b>	Relato de caso.	Avaliar os efeitos da MT na mobilidade, fadiga e edema em pacientes com EM.	Massagem terapêutica.	Melhorou a fadiga e edema, mas pouca diferença na mobilidade.	Sugeriu que a MT é efetiva para reduzir a fadiga e edema em pacientes com EM.
<b>Backus, D. et al. (2016)</b>	Estudo piloto não randomizado, pré-pós.	Avaliar os efeitos da MT na fadiga, dor, espasticidade, percepção de saúde e qualidade de vida nos pacientes com EM.	Massagem terapêutica.	Teve melhora significativa nos fatores, indicando a MT como intervenção segura e benéfica.	MT pode melhorar sintomas de dor, espasticidade, fadiga e a qualidade de vida de pacientes com EM.
<b>Schroeder, B.; Doig, J.; Premkumar, K. (2014)</b>	Ensaio clínico.	Avaliar se a massagem terapêutica pode melhorar a função da perna e a qualidade de vida em pacientes com EM.	Massagem terapêutica.	Não teve melhora significativa na função da perna, mas os pacientes relataram melhora geral na qualidade de vida.	Mostrou a massagem terapêutica como opção segura e não-invasiva de tratamento para controlar os sintomas.
<b>McClurg, D. et al. (2018)</b>	Ensaio clínico randomizado.	Comparar efetividade clínica e custo-benefício da massagem abdominal + conselho com apenas conselho, nos sintomas intestinais de pacientes com EM.	Massagem abdominal.	Não obtiveram resultados satisfatórios, mas não descartaram a possibilidade, sendo necessário mais estudos.	Automassagem pode não ser uma boa opção, mas a aplicação profissional pode ajudar distúrbios intestinais dos pacientes.
<b>Cooke, M. et al. (2016)</b>	Estudo piloto.	Avaliar efeito da MT na qualidade de vida de adultos com necessidades especiais.	Massagem terapêutica.	Melhorou o humor dos pacientes, mas só até 3 dias após sessão. Não melhorou dor, sono, depressão ou estresse. Mas teve alguma melhora na qualidade de vida.	Precisa de mais estudos para avaliar os efeitos e a quantidade de sessões necessárias, mas ainda tem indicativos de seu benefício.
<b>Kim, S. et al. (2018)</b>	Estudo prospectivo.	Investigar os fatores associados ao uso de Terapias Alternativas e Complementares por pacientes com EM.	Massagem terapêutica.	O uso das terapias foi maior após diagnóstico, onde buscaram mais para alívio de sintomas, problemas de coluna e dor.	A massagem foi mostrada como uma das três terapias mais utilizadas pelos pacientes após o diagnóstico, para os objetivos mencionados.

Trabalho de Conclusão de Curso  
Curso Tecnologia em Massoterapia  
Campus Curitiba

<p><b>Santos, I. et al. (2015)</b></p>	<p>Ensaio clínico.</p>	<p>Checar a eficiência da massagem clássica na redução dos sintomas e a influência nas performances diárias.</p>	<p>Massagem clássica.</p>	<p>Tiveram resultados positivos, mas variando em quantos e por quantos meses. Mas mostrou que a massagem clássica pode ajudar em sintomas específicos, contribuindo para o bem-estar e funcionalidades dos pacientes.</p>	<p>Mostrou que a massagem clássica pode melhorar o bem-estar e funcionalidade dos pacientes com EM, ajudando em diferentes sintomas.</p>
--	------------------------	--	---------------------------	---	--

A técnica da Reflexologia foi amplamente encontrada na literatura acadêmica como alternativa de prática manual para condição patológica da esclerose múltipla.

O estudo de Ostapyak *et al.* (2020) concluiu que o uso de reflexologia em combinação com alongamento tem um efeito altamente eficaz sobre o número de resultados positivos em redução da espasticidade muscular (47,0% do total de pacientes), na redução da intensidade da dor (64,5% dos pacientes) e reduzindo o grau de exposição à dor crônica ao nível de desadaptação social (em 60,3% dos pacientes com Síndrome Miofascial em Esclerose Múltipla).

Numa revisão realizada por Amatya *et al.* (2018), foram reunidos dados da literatura que demonstraram a efetividade da reflexologia em reduzir a intensidade da dor, incapacidade dos pacientes, fadiga e até mesmo na depressão, nos pacientes com EM. Porém, os autores também concluíram que necessita de mais evidências, devido ao tipo de estudo e imprecisão dos resultados.

Nazari *et al.* (2016) fizeram um estudo comparativo dos efeitos da intervenção com reflexologia e com relaxamento nos sintomas psicológicos, onde a técnica foi aplicada em sessões de 40 minutos, duas vezes na semana, por 4 semanas. No estudo, devido aos resultados positivos e que estavam de acordo com outras pesquisas, concluíram que a reflexologia pode ser recomendada como uma terapia complementar útil e econômica para as mulheres com EM, por aliviar sintomas de ansiedade, estresse e depressão. Outros dois estudos foram realizados pelos autores, utilizando o mesmo método, porém nestes procuraram efeitos na fadiga e na dor dos pacientes, e alcançaram resultados positivos nestes dois sintomas também.

O artigo de Ozdelikara e Alkan (2018) também identificou que a técnica pode ajudar a reduzir a gravidade da fadiga e a ansiedade nos pacientes com EM, corroborando com os achados dos artigos acima.

A pesquisa de Sajadi *et al.* (2019) encontrou efeitos favoráveis da reflexologia na constipação, por meio de um ensaio clínico randomizado com 63 pacientes com EM, no qual a técnica foi aplicada ao longo de 6 semanas com sessões de 30-40min. Uma vez que constipação interfere na qualidade de vida do paciente, logo é razoável considerar a relação estreita entre reflexologia e qualidade de vida.

A técnica da massagem terapêutica é outra técnica abordada em diferentes trabalhos científicos, citada como complemento no tratamento convencional dos pacientes.

Em um estudo de caso realizado por Frost-Hunt (2020), a massagem terapêutica resultou na percepção de maior energia ao paciente. A massagem foi aplicada em 5 sessões de uma hora, sendo 50 minutos de massagem e 10 minutos de avaliação, em uma paciente de 58 anos que apresentava mobilidade reduzida, fadiga e edema no tornozelo esquerdo. A terapia também reduziu o edema no tornozelo esquerdo. Embora os autores não tenham obtido resultados positivos sobre a mobilidade da paciente, eles mencionam que há estudos relatando a melhora da mobilidade com a massagem e, portanto, são necessárias mais pesquisas nesse aspecto.

O artigo de Backus et al. (2016) obteve resultados satisfatórios de redução da fadiga e dor em pacientes com EM, após uma rotina de massagem terapêutica padronizada, o que contribuiu conseqüentemente para a melhoria da qualidade de vida dos pacientes. O artigo ainda menciona que não é uma surpresa o achado, considerando que a massagem terapêutica se demonstrou capaz de reduzir a fadiga e dor nos casos de síndrome da fadiga crônica e na síndrome da fibromialgia.

Uma preocupação comum é se a massagem causa piora dos sintomas dos pacientes e dor. Chama atenção que os estudos analisados mostram que, mesmo quando não conseguiram determinar se a técnica teve efeito positivo nos pacientes, não houve pioras no quadro, quando feito o uso da massagem terapêutica. Este aspecto é tratado no trabalho realizado por Schroeder et al. (2014), onde estudaram os efeitos da massagem na qualidade de vida e na mobilidade de membros inferiores de pacientes com EM e não tiveram resultados tão conclusivos sobre a eficácia da massagem nos mesmos, ao passo que nenhum prejuízo ou piora do quadro tenha sido encontrado. Portanto, nota-se relevância em realizar mais estudos em torno da massagem terapêutica em pacientes com esclerose múltipla, de modo a buscar por tratamentos complementares que aumentem o bem-estar e qualidade de vida.

Há ainda a massagem abdominal, que apesar de menos comum, foi abordada por um ensaio clínico randomizado com 189 participantes, onde os autores McClurg et al. (2018) pesquisaram o efeito da massagem abdominal na Disfunção Intestinal

Neurogênica (DIN), que é comum em pacientes com EM. No estudo eles não obtiveram resultados satisfatórios, porém a aplicação foi feita pelo próprio paciente, por meio da automassagem (do-in), dificultando um padrão de toque. Embora não tenham obtido resultados relevantes, os autores consideram que a massagem abdominal pode ser uma terapia complementar útil e de baixo custo, que pode auxiliar a DIN. Sugere-se que pesquisas com massagem abdominal possam ser realizadas também com aplicação padronizada da técnica, executada por massoterapeutas, a fim de observar se há resultados relevantes.

Com isso, a pesquisa compreende que embora tenham trabalhos científicos com foco nas práticas de massoterapia, especialmente no que se refere às técnicas de reflexologia, ainda são poucos estudos. Dentre os que foram analisados, nota-se a importância da prática manual como colaboradora na melhora do quadro clínico e bem-estar de portadores de Esclerose Múltipla. Em se tratando de uma abordagem sem contraindicações, de ação simples e não invasiva, a massoterapia pode ser um importante aliado na condução de desordens neurológicas.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A proposta deste estudo foi discutir sobre a massoterapia como uma terapia complementar para os pacientes com esclerose múltipla. Por não haver cura para a doença, os pacientes precisam de uma terapia a qual melhore suas qualidades de vidas, através da redução dos sintomas e progressão da doença. É comumente utilizada a terapia medicamentosa, porém terapias complementares podem ser aliadas a ela, como a massoterapia, que é o foco do estudo.

A massoterapia vem se mostrando nos estudos uma abordagem segura, simples e não-invasiva, que possui diversos benefícios para estes pacientes. Entre estes, estão os benefícios psicológicos e físicos, sendo especialmente o alívio do estresse, da dor, da espasticidade muscular e da fadiga, os quais afetam significativamente os pacientes ao longo de seus anos convivendo com a doença. Há também outros possíveis benefícios como, por exemplo, melhora da constipação.

Nota-se necessidade de mais estudos considerando as práticas massoterapêuticas no contexto da EM. Embora poucos estudos tenham sido encontrados, a massoterapia se mostrou uma técnica com grande potencial benéfico para complementar a terapia dos pacientes com Esclerose Múltipla.



## REFERÊNCIAS

- AMATYA, B.; YOUNG, J.; KHAN, F. **Non-pharmacological interventions for chronic pain in multiple sclerosis**. The Cochrane database of systematic reviews, v. 12(12), 2018, CD012622. Disponível em: [Non-pharmacological interventions for chronic pain in multiple sclerosis - PubMed \(nih.gov\)](#). Acesso em: 8 jun. 2021.
- ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ESCLEROSE MÚLTIPLA. **Atlas da esclerose múltipla 2013**. São Paulo, 2016. Disponível em: <http://abem.org.br/esclerose/atlas-da-esclerose-multipla-2013/#atlas-da-esclerose-multipla-2013> . Acesso em: 8 mar. 2021.
- BACKUS, D. **Impact of Massage Therapy on Fatigue, Pain, and Spasticity in People with Multiple Sclerosis: a Pilot Study**. Int J Ther Massage Bodywork, v. 9(4), p. 4-13, 2016. Disponível em: [Impact of Massage Therapy on Fatigue, Pain, and Spasticity in People with Multiple Sclerosis: a Pilot Study. | Int J Ther Massage Bodywork;9\(4\): 4-13, 2016 Dec. | MEDLINE \(bvsalud.org\)](#). Acesso em: 8 jun. 2021.
- BERTOTTI, A. P.; LENZI, M. C. R.; PORTES, J. R. M. **O portador de esclerose múltipla e suas formas de enfrentamento frente à doença**. Santa Cruz do Sul: Barbarói, n-34, 2011.
- CASSAR, Mario-Paul. **Manual de massagem terapêutica**. 1ª ed. Brasileira. São Paulo: Ed. Manole Ltda, 2001.
- COOKE, M. et al. **The impact of therapeutic massage on adult residents living with complex and high level disabilities: A brief report**. Disabil Health J, v. 9(4): 730-4, 2016. Disponível em: [The impact of therapeutic massage on adult residents living with complex and high level disabilities: A brief report. | Disabil Health J;9\(4\): 730-4, 2016 10. | MEDLINE \(bvsalud.org\)](#). Acesso em: 8 jun. 2021.
- McClurg, D. et al. **Abdominal massage plus advice, compared with advice only, for neurogenic bowel dysfunction in MS: a RCT**. Health technology assessment (Winchester, England), v. 22(58), p. 1–134. Disponível em: [Abdominal massage plus advice, compared with advice only, for neurogenic bowel dysfunction in MS: a RCT - PubMed \(nih.gov\)](#). Acesso em: 8 jun; 2021.
- FROST-HUNT, A. **Effects of Massage Therapy on Multiple Sclerosis: a Case Report**. International Journal of Therapeutic Massage & Bodywork, v.13(4), p. 35-41, 2020. Disponível em: [Effects of Massage Therapy on Multiple Sclerosis: a Case Report - PubMed \(nih.gov\)](#). Acesso em: 8 jun. 2021.
- JUNQUEIRA, T. **Estresse e esclerose múltipla**. [s.l.]:, 2013. Disponível em: <https://esclerosemultipla.com.br/2013/11/25/estresse-e-esclerose-multipla/> . Acesso em: 15 mar. 2021.

KIM, S. et al. **Complementary and Alternative Medicine Usage by Multiple Sclerosis Patients: Results from a Prospective Clinical Study.** Journal of alternative and complementary medicine: New York, v. 24(6), p. 596–602, 2018. Disponível em: [Complementary and Alternative Medicine Usage by Multiple Sclerosis Patients: Results from a Prospective Clinical Study - PubMed \(nih.gov\)](#). Acesso em: 8 jun. 2021.

Mohr, D. C. et al. **A randomized trial of stress management for the prevention of new brain lesions in MS.** Neurology: 2012; 79:412-419.

NAZARI, F. et al. **A comparison of the effects of reflexology and relaxation on pain in women with multiple sclerosis.** J Complement Integr Med, v. 13(1), p. 65-71, 2016. Disponível em: [A comparison of the effects of reflexology and relaxation on pain in women with multiple sclerosis. | J Complement Integr Med;13\(1\): 65-71, 2016 Mar. | MEDLINE \(bvscsalud.org\)](#). Acesso em: 8 jun. 2021.

OSTAPYAK, Z. M.; MYTCKAN, B. M.; BEJGA, P.; GERICH, R. P.; POPEL', S. L. **EFFECTIVENESS OF PHYSICAL THERAPY IN MYOFASCIAL SYNDROME IN PATIENTS WITH MULTIPLE SCLEROSIS.** Wiadomosci lekarskie (Warsaw, Poland : 1960), v. 73(9 cz. 2), 2020. Disponível em: [EFFECTIVENESS OF PHYSICAL THERAPY IN MYOFASCIAL SYNDROME IN PATIENTS WITH MULTIPLE SCLEROSIS - PubMed \(nih.gov\)](#). Acesso em: 8 jun. 2021.

OZDELIKARA, A.; ALKAN, SEVAL A. **The Effects of Reflexology on Fatigue and Anxiety in Patients With Multiple Sclerosis.** Altern Ther Health Med , v. 24(4), p. 8-13, 2018. Disponível em: [The Effects of Reflexology on Fatigue and Anxiety in Patients With Multiple Sclerosis - PubMed \(nih.gov\)](#). Acesso em: 8 jun. 2021.

SANTOS, Iara et al. **Classical massage in multiplesclerosis.** Manual Therapy, Posturology & Rehabilitation Journal, p. 1-4, 10 jun. 2015. Disponível em: <https://submission-mtprehjournal.com/revista/article/view/1093> . Acesso em: 15 mar. 2021.

SAJADI, M.; DAVODABADY, F.; NASERI-SALAHSHOUR, V.; HARORANI, M.; EBRAHIMI-MONFARED, M. **The effect of foot reflexology on constipation and quality of life in patients with multiple sclerosis.** A randomized controlled trial. Complementary therapies in medicine, v. 48, 2020, 102270. Disponível em: [The effect of foot reflexology on constipation and quality of life in patients with multiple sclerosis. A randomized controlled trial - PubMed \(nih.gov\)](#). Acesso em: 8 jun. 2021.

SCHROEDER, B.; DOIG, J.; PREMKUMAR, K. **The effects of massage therapy on multiple sclerosis patients' quality of life and leg function.** Evid Based Complement Alternat Med, 2014: 640916, 2014. Disponível em: [The effects of massage therapy on multiple sclerosis patients' quality of life and leg function. | Evid Based Complement Alternat Med;2014: 640916, 2014. | MEDLINE \(bvscsalud.org\)](#). Acesso em: 8 jun. 2021.

SILVA, J. G. da; PEZZINI, M. F.; POETA, J. **Avanços no tratamento da esclerose múltipla através do anticorpo monoclonal Ocrelizumabe.** Medicina (Ribeirão Preto), [S. l.], v. 53, n. 1, p. 35-41, 2020. DOI: 10.11606/issn.2176-7262.v53i1p35-41.



Trabalho de Conclusão de Curso  
Curso Tecnologia em Massoterapia  
Campus Curitiba

Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rmrp/article/view/161404>. Acesso em: 25 ago. 2021.

VILHENA, Estela et al. **Factores psicossociais preditivos de ajustamento à vida de pessoas com doenças crônicas**. *Psic., Saúde & Doenças: Lisboa*, v. 15, n. 1, p. 219-232, 2014.

YATES, J. **Physiological Effects of Therapeutic Massage**. Therapists Association of British Columbia: 1989.