

## A EFICACIA DA MASSAGEM TRANSVERSA PROFUNDA (CYRIAX) NA TENDINOPATIA – UMA REVISÃO DA LITERATURA

**Matheus Aguiar de Castro**  
**Myrella Maria Alvez Dias**  
**Josenilda Malveira Cavalcanti**

FAMETRO – Faculdade Metropolitana da Grande Fortaleza.

matheus.castro@aluno.fametro.com.br

myrella.dias@aluno.fametro.com.br

josenilda.cavalcanti@professor.fametro.com.br

Título da Sessão Temática: Processo de Cuidar

Evento: VI Encontro de Monitoria e Iniciação Científica

### RESUMO

A massagem transversa profunda de Cyriax é considerada uma das principais técnicas manuais para tratamento de distúrbios relacionados aos tendões, que reduzem a aderência fibrosa e contribui para prevenção de futuras lesões. Este estudo tem como objetivo comprovar a eficácia da técnica de Cyriax aplicada na tendinopatia. Como metodologia para a presente revisão, foram utilizadas as bases de dados eletrônicas BVS, BIREME, SciELO e Pubmed. Onde foram utilizados como principais descritores: cyriax, James Cyriax, cyriax fisioterapia, massagem transversal profunda, tendinopatia, tendão, acometimento do tendão. Cruzando os descritores foram encontrados 65 artigos, destes foram selecionados 10, que abordassem de forma concisa o tema selecionado, e após leitura criteriosa, foram excluídos mais 4, por não atenderem ao foco da presente revisão. O resultado está presente através de uma tabela onde é comparado a eficácia da técnica em tendinopatias e outras patologias, e a contribuição para prevenção de lesões, onde mostra que há bastante discordância quando se trata da abordagem de Cyriax como técnica isolada no tratamento de tendinopatias. Apesar da escassez de estudos, conclui-se com esta presente revisão de literatura, que foram encontradas evidências que comprovam a eficácia da técnica de massagem profunda de Cyriax no tratamento de tendinopatias, quando associada a outras abordagens fisioterápicas.

**Palavras-chave:** Massagem transversa profunda. Cyriax. Tendinopatias. Cyriax tendinopatia. Cyriax fisioterapia.

### INTRODUÇÃO

Tendões são tecidos metabolicamente ativos que necessitam de suporte vascular, estando exposto há vários acometimentos patológicos. Um exemplo desta é são as

tendinopatias, que é um termo que indica uma lesão não rotativa no tendão que é sujeito a uma grande carga mecânica. Os pacientes com tendinopatias exibem tendões que são mais espessos, mas com capacidade reduzida de armazenamento de energia, o que significa que, para a mesma carga, os seus tendões apresentam maior tensão do que os indivíduos saudáveis, o que representa um declínio nas propriedades estruturais e materiais do tecido tendão (Scott et al. 2015). Certos locais anatómicos são, portanto, predispostos a lesões, incluindo os tendões de Aquiles, peroneal, tibial posterior, isquiotibiais, rótula e vários membros superiores (Skjong et al. 2012).

Miranda (2016), cita que as formas de tratamento das tendinopatias incluem a massagem profunda transversa, como uma técnica de terapia manual, mostrando resultados positivos no alívio da dor, uso do ultrassom e cinesioterapia.

De acordo com Simancek et al. (2006), a massagem profunda transversal (MTP), criada por James Cyriax foi um dos primeiros tratamentos manuais propostos para distúrbios do tendão. Consiste em técnicas que agem atuando no tecido fibroso dos músculos, tendões e ligamentos, com o objetivo de diminuir aderência fibrosa, restaurando a mobilidade dos músculos também pode atuar como forma de prevenção de uma futura lesão, visando reestruturação dos tecidos, aumento da circulação e uma analgesia temporária.

É indicado que o MTP seja feito 10 minutos em um intervalo de 48 horas observando o relato dos pacientes em questão da dor durante os procedimentos realizados e com o objetivo do fisioterapeuta em questão (Stasinopoulos e Johnson, 2007).

Cyriax é uma das terapias físicas mais utilizadas para tendinopatias, embora pesquisas sobre a eficácia sejam escassas (Stasinopoulos e Johnson, 2007), é um dos principais tratamentos manuais para distúrbios do tendão, atuando no tecido fibroso do músculo, tendões ou ligamentos, combatendo assim a aderência fibrosa e restaurando a mobilidade da área desejada. Também pode ser utilizado como forma de prevenção de uma futura lesão, permitindo uma reestruturação dos tecidos, aumento da circulação uma analgesia temporária e aumento da amplitude de movimento (Jalez, 2017).

O presente estudo tem como objetivo comprovar a eficácia da Massagem Transversal Profunda (MTP) no tratamento das tendinopatias.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo de revisão de literatura. Após a escolha do tema, iniciaram-se as buscas nas bases de dados eletrônicas: BVS, BIREME, SciELO e Pubmed onde foram

utilizados como principais descritores: cyriax, James Cyriax, cyriax fisioterapia, massagem transversal profunda, tendinopatia, tendão, acometimento do tendão. Utilizaram-se como critérios de inclusão artigos publicados na íntegra, sendo eles relatos de casos e revisão de literatura, nos últimos 15 anos, na língua portuguesa e inglesa, que abordassem o método de Cyriax com a finalidade terapêutica. Cruzando os descritores foram encontrados 65 artigos, destes foram selecionados 10, que abordassem de forma concisa o tema proposto e após leitura criteriosa de título e resumos foram excluídos mais 4 artigos, por não atenderem a temática proposta, totalizando 6 publicações para discussão e composição desta presente revisão.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

| Efetividade da técnica/Autor  | Efetiva na tendinopatia | Sem evidências suficientes para tendinopatia | Efetiva em outras patologias | Efeito preventivo em lesões |
|-------------------------------|-------------------------|--|------------------------------|-----------------------------|
| Chaves et al. (2017)          | X                       |  |                              |                             |
| Loew et al. (2014)            |                         | X  |                              |                             |
| Stasinopoulos e Johson (2015) |                         | X  |                              |                             |
| Oliveira (2017)               | X                       |  | X                            | X                           |
| Miranda (2016)                | X                       |  |                              |                             |
| Jales (2017)                  | X                       |  |                              | X                           |

Tabela comparativa sobre os resultados de cada autor com foco na efetividade da técnica de Cyriax.

Chaves et al. (2017) realizou um estudo com 478 fisioterapeutas através de um questionário, onde obteve como conclusão que a massagem transversa profunda apresentava resultado positivo no tratamento de tendinopatias, com 88.1% dos participantes. Comprovando assim a relevância da aplicação da técnica em pacientes que apresentam tendinopatias.

Loew et al. (2014), em contrapartida ao estudo anterior, não obtiveram evidencia suficiente para confirmar a efetividade da técnica de massagem transversa profunda na redução da dor e melhora da funcionalidade em pacientes com tendinite do joelho onde nenhum benefício foi encontrado.

Stasinopoulos e Johson (2004) apuraram em sua revisão que a massagem transversa profunda é bastante utilizada como tratamento auxiliar a pacientes com epicondilite

de tenista, mas que não se podia afirmar a real eficácia da técnica por falta de pesquisas sobre a efetividade da técnica isolada.

Oliveira (2017), constatou em seu estudo que a massagem transversa profunda quando associada a outras técnicas fisioterápicas contribui de maneira eficiente para a prevenção de lesões e reabilitação de atletas. Apresentando assim mais uma questão a se analisar quanto aos efeitos da massagem transversa profunda.

Miranda (2016) concluiu com sua revisão sistemática que a massagem transversa profunda quando acompanhada de exercícios excêntricos potencializam o tratamento de pacientes com tendinopatia do tendão de Aquiles. Reafirmando o estudo de Chaves et al (2017) sobre a efetividade da técnica em tendinopatias.

Jales (2017), observou em seu que a massagem transversa profunda de Cyriax tem eficácia no tratamento de tendinopatias, como epicondilite lateral, mas que quando comparado a ação de outras técnicas é a que revela a menor eficácia.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com esta presente revisão de literatura, foram encontradas evidencias que comprovam a eficácia da técnica de massagem profunda de Cyriax no tratamento de tendinopatias, quando associada a outras abordagens fisioterápicas.

Porém, devido à escassez de estudos sobre a técnica de Cyriax, faz se necessário uma busca de dados mais abrangente para abordar de fato a efetividade da técnica isolada, tanto no tratamento de tendinopatias quanto em outras patologias associadas.

## REFERÊNCIAS

BARBOSA, R. I. et al. A influência da mobilização articular nas tendinopatias dos músculos bíceps braquial e supra-espinal. **Revista brasileira de fisioterapia**, v. 12, n. 4, p. 298-303, 2008.

CHAVES, Paula et al. Cyriax's deep friction massage application parameters: Evidence from a cross-sectional study with physiotherapists. **Musculoskeletal Science and Practice**, v. 32, p. 92-97, 2017.

JALES, Fábio. **A efetividade da fisioterapia de cyriax no alívio da dor e na funcionalidade em pacientes com epicondilite lateral**. 2017. Trabalho de Conclusão de

Curso. [sn].

LOEW, Laurianne M. et al. Deep transverse friction massage for treating lateral elbow or lateral knee tendinitis. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, n. 11, 2014.

MIRANDA, Ana Areias Marques. **O efeito dos exercícios excêntricos na tendinopatia do tendão de Aquiles em adultos saudáveis**. 2016. Trabalho de Conclusão de Curso. [sn].

OLIVEIRA, Cláudio Gomes. **Importância da fisioterapia na prevenção e tratamento da pubalgia atlética**. 2017. Trabalho de Conclusão de Curso. [sn].

SCOTT, Alex; BACKMAN, Ludvig J.; SPEED, Cathy. Tendinopathy: update on pathophysiology. **journal of orthopaedic & sports physical therapy**, v. 45, n. 11, p. 833-841, 2015.

SIMANCEK, Jeffrey; FERNANDEZ, Enrique Fabian. **Deep tissue massage treatment: a handbook of neuromuscular therapy**. Elsevier Health Sciences, 2006.

SKJONG, Christian C.; MEININGER, Alexander K.; HO, Sherwin SW. Tendinopathy treatment: where is the evidence?. **Clinics in sports medicine**, v. 31, n. 2, p. 329-350, 2012.

STASINOPOULOS, D.; JOHNSON, M. I. Cyriax physiotherapy for tennis elbow/lateral epicondylitis. **British journal of sports medicine**, v. 38, n. 6, p. 675-677, 2004.

