

## **FEEDBACK DAS PRÁTICAS DESENVOLVIDAS DE MASSOTERAPIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

**Ana Karoline Alves da Silva<sup>1</sup>, José Gerefson Alves<sup>2</sup>, Maria Jeny de Sousa Oliveira<sup>3</sup>**

**Maria Neliane Saraiva Rabelo<sup>4</sup> Rochdally Alencar Brito Santos<sup>5</sup>**

<sup>1</sup>Universidade Regional do Cariri – URCA/UDI, (karolalvesdasilva123@gmail.com)

<sup>2</sup>Universidade Regional do Cariri – URCA/UDI, (gerfesondip@gmail.com)

<sup>3</sup>Universidade Regional do Cariri – URCA/UDI, (sousajeny7@gmail.com)

<sup>4</sup>Universidade Regional do Cariri – URCA/UDI (nelianesaraiva@gmail.com)

<sup>5</sup>Enfermeira. Especialista em Saúde da Família e Docência do Ens. Profissionalizante.

Docente CENTEC, (rochdally@hotmail.com)

### **Resumo**

Terapias Integrativas e Complementares segundo a Organização Mundial de Saúde constituem um amplo conjunto de práticas de atenção à saúde baseada em teorias e experiências de diferentes culturas utilizadas para promoção da saúde, prevenção e recuperação, levando em consideração o ser integral em todas as suas dimensões. Nesse sentido, o estudo objetivou relatar a vivência de participantes que experimentaram uma dessas práticas, a massoterapia. Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência acerca da aplicabilidade de massoterapia por oito acadêmicos do terceiro semestre de enfermagem a 72 pessoas. A ação sucedeu no I Workshop de Práticas Integrativas e Complementares, na URCA (UDI). O evento contou com grande procura do público, uma vez que foi aberto a comunidade. Na percepção dos acadêmicos o momento proporcionou maior conhecimento da terapia, seus benefícios e confirmação dos mesmos, segundo informações expressadas pelos participantes após a realização. Verifica-se eficácia da utilização da massoterapia, para redução de sintomas físicos e emocionais.

**Palavras-chave:** Estudantes; Massagem; Terapias Complementares.

**Área Temática:** Temas livres.

**Modalidade:** Resumo expandido

## 1 INTRODUÇÃO

As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) estão inseridas na Medicina Tradicional e Complementar (MTC), um modelo de cuidado à saúde milenar. Esse modelo utiliza-se de um conjunto de práticas terapêuticas que tem como objetivo assistir o indivíduo na sua integralidade com abordagens direcionadas aos aspectos biológicos, psíquicos e espirituais a partir de meios naturais de tratamento para promover saúde e melhorar a qualidade de vida (AZEVEDO *et al.*, 2019).

A partir da década de 70 a Organização Mundial da Saúde (OMS) tem estimulado a utilização das PICs como recursos de cuidado pelos sistemas nacionais de saúde, visando o desenvolvimento de políticas públicas na área (HABIMORAD *et al.*, 2020). No Brasil, o Ministério da Saúde (MS), por meio da Portaria nº 971/2006, publicou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde (SUS) (RUELA *et al.*, 2019).

Dentre as PICs reconhecidas e aprovadas no Brasil como eficazes para a prevenção de doenças, promoção e recuperação da saúde, tem-se a massoterapia (BRASIL, 2018). A massoterapia tem propriedades terapêuticas que proporcionam o relaxamento muscular, a redução da dor e o aumento da circulação, sendo uma prática excelente no alívio da ansiedade e estresse (ANTUNES *et al.*, 2017). Essa prática pode ser executada tanto por um profissional da saúde como por qualquer pessoa que saiba realizá-la corretamente (MENDES *et al.*, 2019).

Destaca-se que a massoterapia tem efeitos importantes quando trabalhada conjuntamente com a medicina tradicional, pois possibilita melhores respostas nos tratamentos utilizados pela mesma, visto que, a massoterapia também tem como objetivo a prevenção de agravos melhorando a circulação, o tônus muscular e equilibrando as funções biológicas (CARVALHO; ALMEIDA, 2018).

Frente a tendência dos modelos assistenciais em fragmentar e reduzir o indivíduo apenas ao cuidado da doença, as PICs organizam-se em inúmeras possibilidades terapêuticas para os usuários, garantindo uma maior integralidade e resolutividade da atenção à saúde. Nessa perspectiva, a preparação dos profissionais desde a graduação, com abordagens dessas práticas, pode contribuir positivamente na relação com os pacientes, na oferta de uma assistência holística e na diminuição de práticas invasivas e insensíveis (NASCIMENTO *et al.*, 2018; BRANCO *et al.*, 2020).

Objetiva-se através do presente estudo relatar a experiência das atividades ocorridas no consultório de massagem relaxante no I Workshop de Práticas Integrativas e Complementares da Universidade Regional do Cariri – URCA/UDI.

## 2 MÉTODO

Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência acerca da aplicabilidade da prática de massoterapia desenvolvida, durante um evento sobre Práticas Integrativas e Complementares, por oito acadêmicos do terceiro semestre de enfermagem de uma universidade pública, no estado do Ceará.

A prática sucedeu no mês de junho do ano de 2017 no I Workshop de Práticas Integrativas e Complementares, na Universidade Regional do Cariri – URCA/UDI. O evento foi desenvolvido pelos próprios acadêmicos juntamente com a docente que ministrava a disciplina de Práticas Integrativas e Complementares. A turma foi dividida, através de sorteio, em grupos compostos de sete ou oito pessoas, em que cada um ficaria responsável por determinada prática integrativa. Anteriormente a realização do evento, os acadêmicos foram capacitados para a realização correta das práticas.

Foi realizado o convite aos demais acadêmicos da instituição, como também os responsáveis divulgaram nas redes sociais a ocorrência do mesmo para que comunidade externa também pudesse participar. O atendimento ocorreu das oito horas às onze da manhã, a todo o público acadêmico que estava presente na devida instituição, profissionais do local e comunidade em geral, atendendo 72 pessoas.

O ambiente contou com cortinas de cores claras, brancas e azuis, luzes azuis sobre as cortinas, mesas com colchonetes, biombos para manter a privacidade dos participantes, cartazes com explicações dos benefícios, tudo em prol do relaxamento do público.

Os participantes eram recebidos, preenchiam uma frequência e adentravam a sala de acordo com sua ordem de chegada. Posteriormente, decorria a explicação da prática, seus benefícios e em seguida os participantes eram convidados a deitarem de bruços na maca. A técnica executada foi a massagem relaxante que durava dez minutos, sendo esta aplicada no tórax posterior, região lombar e nas mãos.

Ao término eles contribuía fazendo um pós-teste para analisar a satisfação do público em participar da prática. Contou-se com o apoio de uma massoterapeuta, que acompanhou os acadêmicos durante a preparação e no evento propriamente dito.

Os resultados do estudo basearam-se na avaliação das respostas advindas de um questionário disponibilizado aos participantes no final, com o intuito de receber um feedback da prática desenvolvida. Para tal, assinalavam a resposta a duas perguntas: “Quais sintomas sentiam antes da realização da prática? ”, “A prática implementada foi benéfica para a redução desses sintomas? “

A ação foi executada a 72 participantes, destes 23 eram do sexo masculino e 49 do sexo feminino, 59 eram estudantes, nove profissionais da universidade e quatro da comunidade externa. No entanto, apenas 54 se dispuseram a participar da avaliação final do momento. Percebeu-se que a aplicação foi benéfica para redução de dores, desconfortos, ansiedades, estresses, tristezas e medos na visão dos participantes.

A massoterapia consiste em uma técnica capaz de promover o relaxamento muscular, desfocando o pensamento da dor no paciente. Essa prática pode ser realizada por qualquer pessoa, que saiba executá-la da forma correta. Nos cuidados paliativos, a massagem reduz os níveis de estresse (MENDES *et al.*, 2019).

Destaca-se uma grande procura do público pela prática para amenização de sintomas decorrentes das atividades de vida diária, pois se apresenta como um momento oportuno para o auto relaxamento e cuidado para si mesmo.

Os benefícios adquiridos nesta vivência, corrobora com Nunes e colaboradores (2018) quando traz as contribuições da aplicabilidade das terapias alternativas para a melhoria da ansiedade, estresse, humor, diminuição da dor, assegurando um resultado positivo, uma vez que a liberação de endorfina se dá em grande quantidade reduzindo o cortisol, hormônio produzido durante altos níveis de estresse.

Na visão dos acadêmicos, o momento proporcionou conhecimento da prática, dos seus benefícios e confirmação dos mesmos, segundo informações expressadas pelos participantes após a realização, ampliando assim a visão dos estudantes com relação a variedade de cuidados de enfermagem que um paciente pode contar quando o enfermeiro também domina tratamentos não farmacológicos a exemplo das práticas integrativas e complementares, qualificando ainda mais a assistência de enfermagem.

É pertinente o empoderamento da enfermagem em relação a utilização dessas práticas durante sua prática assistencial, visto que promove autonomia do paciente, como diminui o processo de medicalização (MENDES *et al.*, 2019).

A partir da experiência foi possível verificar a eficácia significativa da utilização das terapias alternativas, como a massoterapia, para redução de desconfortos físicos e mentais, comprovando que a massoterapia é uma terapia holística e que seu efeito contínuo é potencializado a medida que a frequência da prática se promove. Os acadêmicos puderam ampliar suas habilidades técnicas e teóricas despertando um olhar precoce para a inclusão dessa terapia durante a assistência de enfermagem e ao mesmo tempo compreendendo que a massoterapia não substitui métodos convencionais de tratamento, sendo uma opção que complementa para potencializar a qualidade de vida do indivíduo.

## REFERÊNCIAS

- ANTUNES, D. A.; FAVORETO, A. B.; NAKANO, M. S.; MORALES, R. C.; NACIMENTO JÚNIOR, J. R. A.; OLIVEIRA, D. V.; BERTOLINI, S. M. M. G. Análise comparativa dos efeitos da massoterapia e pompage cervical na dor e qualidade de vida em mulheres. **ConScientiae Saúde** v. 16, n. 1, p. 109-115, 2017.
- AZEVEDO, C.; MOURA, C. C.; CORRÊA, H. P.; MATA, L. R. F.; CHAVES, E. C. L.; CHIANCA, T. C. M. Práticas integrativas e complementares no âmbito da enfermagem: aspectos legais e panorama acadêmico-assistencial. **Esc. Anna Nery** v. 23, n. 2, 2019.
- BRANCO, G.C.T.; DOMINGOS, T.S.; SILVEIRA, G.C.; LOPES, A.; FLORENTINO, A.O.; D'AMICO, G.C.S.; Atuação da enfermagem nas práticas integrativas e complementares. **Saúde coletiva** v. 10, n. 55, 2020.
- Brasil. Ministério da Saúde. Manual de implantação de serviços de Práticas Integrativas e Complementares no SUS. Brasília: Ministério da Saúde; 2018.
- CARVALHO, R. J.; ALMEIDA, M. A. P. T. Efeitos da massoterapia sobre o sistema imunológico. **Id on Line Rev. Mult. Psic.** v. 12, n. 40, 2018.
- HABIMORAD, P. H. L.; CATARUCCI, F. M.; BRUNO, V. H. T.; SILVA, I. B.; FERNANDES, V. C.; DEMARZO, M. M.; SPAGNUOLO, R. S.; PATRICIO, K. P. Potencialidades e fragilidades de implantação de política nacional de Práticas Integrativas e Complementares. **Ciênc. saúde coletiva** v. 25, n. 2, Fev 2020.
- MENDES, D.S.; MORAES, F.S.; LIMA, G.O.; SILVA, P.R.; CUNHA, T.A.; CROSSETTI, M.G.O.; RIEGEL, F. Benefícios das práticas integrativas e complementares no cuidado de enfermagem. **Journal Health NPEPS**, v. 4, n. 1, p. 302-318, jan/jun. 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.30681/252610103452>.
- NASCIMENTO, M. C.; ROMANO, V. F.; CHAZAN, A. C. S.; QUARESMA, C. H. Formação em práticas integrativas e complementares em saúde: desafios para as universidades públicas. **Trab. educ. saúde** v. 16, n. 2, 2018.



# IICONNAIS

**Congresso Nacional de Inovações em Saúde**

**[doity.com.br/conais2021](http://doity.com.br/conais2021)**

NUNES, J. F.; RAMOS, L. G.; MEDEIROS, I. S.; PAVEI, S. R. P.; SORATTO, M. T. A aplicação de terapias alternativas no controle da ansiedade em profissionais atuantes em um grupo pela unidade infanto-juvenil de onco-hematologia. **Inova Saúde**, v. 7, n. 1, p. 01-26, 2018.

RUELA, L. O.; MOURA, C. C.; GRADIM, C. V. C.; STEFANILLO, J; IUNES, D. H.; PRADO, R. R. Implementação, acesso e uso das práticas integrativas e complementares no Sistema Único de Saúde: revisão da literatura. **Ciênc. saúde coletiva** v. 24, n. 11, 2019.

