

**PERCEPÇÃO DE DOR EM PACIENTES ATENDIDOS PELA FISIOTERAPIA
DURANTE AÇÃO SOCIAL DA UNIFAN**

*Gabriela Lopes dos Santos**

*Guilherme da Silva Faleiro**

*Leila Medeiros Melo***

RESUMO: A dor é uma experiência sensitiva e emocional desagradável, associada ou não a uma lesão tecidual real ou potencial, que pode impactar diretamente a vida dos indivíduos, limitando atividades de vida diária, participação social e qualidade de vida. Fruto dos atendimentos fisioterapêuticos realizados durante o UNIFAN SOCIAL, o objetivo deste trabalho é expor os efeitos de um protocolo de massagem cervical e craniofacial aplicado em indivíduos com dor atendidos na ação, bem como refletir um pouco sobre a repercussão desta ação no processo de ensino-aprendizagem discente. Na ocasião, alunos do Curso de Fisioterapia de diferentes períodos de formação avaliaram a dor, antes e a após a massagem, de 108 participantes (76 do sexo feminino), aplicando a escala numérica de dor aos movimentos cervicais de flexão, extensão, látero-flexão bilateral e rotação bilateral. O protocolo seguiu os princípios da massagem clássica, com duração média de 20 a 25 minutos. Após a massagem, constatou-se aumento do número de pacientes sem dor e diminuição de indivíduos com dor moderada a severa para todos os movimentos avaliados (Teste de Wilcoxon: $p < 0,005$).

PALAVRAS-CHAVE: Clínicas de dor. Modalidades de Fisioterapia. Dor. Manipulações Musculoesqueléticas.

1 INTRODUÇÃO

A dor é um sinal de alerta proveniente da estimulação do sistema nervoso em consequência de uma anormalidade no organismo (inflamação, infecção, fraturas, estiramentos, etc.) que, quando persistente, pode provocar diferentes repercussões, desde a dificuldade na realização das atividades de vida diária (AVD's) e de trabalho, até manifestações de ordem psicológica, como ansiedade e depressão (BARROS, 2014).

Ainda que sejam raras as ocasiões em que se especifica o protocolo de tratamento fisioterapêutico adotado (indicando-se os recursos da eletroterapia como procedimentos mais comuns), diversos autores apontam o uso da fisioterapia no manejo e tratamento de diferentes condições álgicas havendo, contudo, aqueles que alegam, como Argoff, Dubin e Pilitsis

* Centro Universitário Alfredo Nasser (UNIFAN). E-mail: gabrielalopes@unifan.edu.br.

** Professora e Coordenadora do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Alfredo Nasser.

(2019), a inexpressividade de publicações científicas e amostras de pequena representatividade sobre o real efeito da fisioterapia no tratamento da dor.

Por sua vez, dentre os recursos fisioterapêuticos disponíveis ao alívio do quadro algico, existem diferentes técnicas de terapia manual, desde recursos mais simples como massoterapia, pompagem e liberação miofascial, até as diferentes formas de manipulação dos seguimentos corporais, bandagens terapêuticas e técnicas específicas de tratamento, destacando-se métodos com Maitland, Mulligan, Reeducação Postural Global (RPG), Osteopatia e Quiropraxia (VASCONCELOS; MANSUR; MAGALHÃES, 2021).

Compreendendo-se, assim, a importância de catalogar e analisar os resultados obtidos por métodos específicos de fisioterapia no manejo da dor, bem como o notório valor da aprendizagem baseada na prática acadêmica (COSTA; COTTA, 2014), o objetivo do presente trabalho é apresentar os resultados alcançados após a aplicação de um protocolo de tratamento fisioterapêutico baseado em terapia manual, aplicado por alunos de diferentes períodos de formação, no atendimento de pacientes com queixa algica, durante uma ação social em sua instituição de ensino superior, vislumbrando-se indicar o impacto do protocolo sobre a classificação e percepção dolorosa, a importância da experiência para a formação discente, bem como a valorização dos recursos manuais no tratamento dos pacientes.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um trabalho quanti-qualitativo, composto pela associação entre um estudo transversal e um estudo descritivo, do tipo relato da experiência, gerados a partir de atendimentos do Curso de Fisioterapia durante o UNIFAN SOCIAL, nos dias 24 e 25 de junho de 2022, no Centro Universitário Alfredo Nasser (UNIFAN).

Para a realização da parte quantitativa da análise, o estudo transversal contou com indivíduos de ambos os sexos, com queixa de dor em alguma parte do corpo, que estavam presentes no evento e concordaram em participar, assinando um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido online disponibilizado por *Google Forms*.

Os participantes foram submetidos a uma avaliação da dor durante os movimentos cervicais de flexão, extensão, látero-flexão bilateral e rotação bilateral. Para essa avaliação, os voluntários classificaram a dor com base na escala numérica de dor que varia de 0 e 10, onde zero representa a ausência de dor e 10 a percepção máxima de dor. Em seguida, o voluntário foi submetido a um protocolo de massagem na região cervical e crânio facial, segundo os

princípios da massagem sueca (massagem clássica), que incluíram deslizamentos (esfregar), amassamentos, tapotagem e vibração dos tecidos moles (GHANBARI *et al.*, 2022). Esse procedimento teve duração média de 20 a 25 minutos. Posteriormente, após o término do protocolo de massagem, o participante foi submetido à avaliação da dor de forma similar à avaliação inicial. As avaliações e atendimentos foram realizados pelos acadêmicos do Curso de Fisioterapia da UNIFAN de todos os períodos, após capacitação prévia e sob supervisão dos professores do curso.

A coleta das informações foi realizada por meio do preenchimento de questionário no *Google Forms* e organizada em planilha no Programa Excel 2019. Os valores da escala numérica de dor foram divididos em quatro categorias: ausência de dor (valores iguais a zero), dor leve (valores = 1 - 3), dor moderada (valores = 4 - 6) e dor forte (valores ≥ 7) (BOONSTRA *et al.*, 2014). Para comparar as categorias de dor antes e após a massagem foi utilizado o Teste de Wilcoxon. O Programa *Statistical Package for the Social Sciences*, versão 17.0 (SPSS Inc, Chicago, IL, EUA) foi utilizado em todas as análises, sendo considerado um nível de significância de 5%.

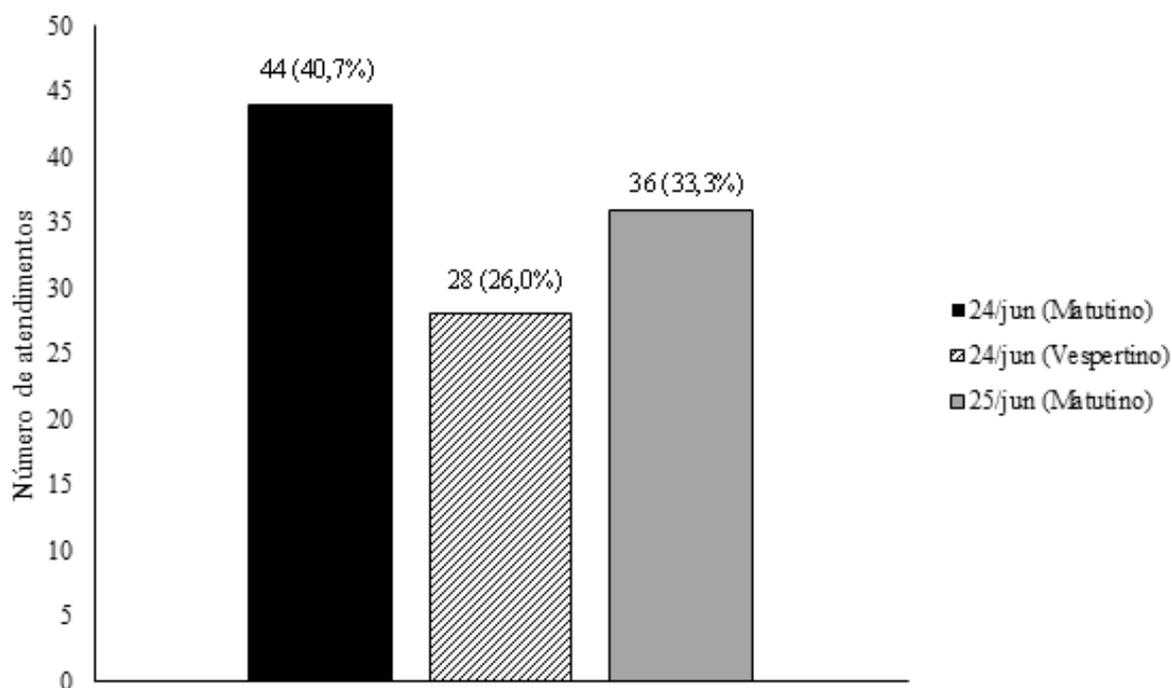
Como recorte qualitativo, o processo de capacitação, supervisão e atendimentos realizados ao longo do planejamento e execução da ação fisioterapêutica no UNIFAN SOCIAL originou o relato de experiência de ensino-aprendizagem aqui remetido, com o objetivo de caracterizar cada etapa da proposta de ‘aprender fazendo’, e especificar as propriedades do fenômeno formação técnica através da prática (GIL, 2021).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 Participantes

Participaram do estudo 108 indivíduos com idade média de 34 anos (desvio padrão = 15,44 anos; máximo = 79 anos; mínimo = 7 anos), sendo 76 do sexo feminino (72,4%) (Figura 1). No entanto, para análise dos dados, três participantes foram excluídos, pois o avaliador relatou a presença de dor, mas não informou o valor na escala numérica de dor.

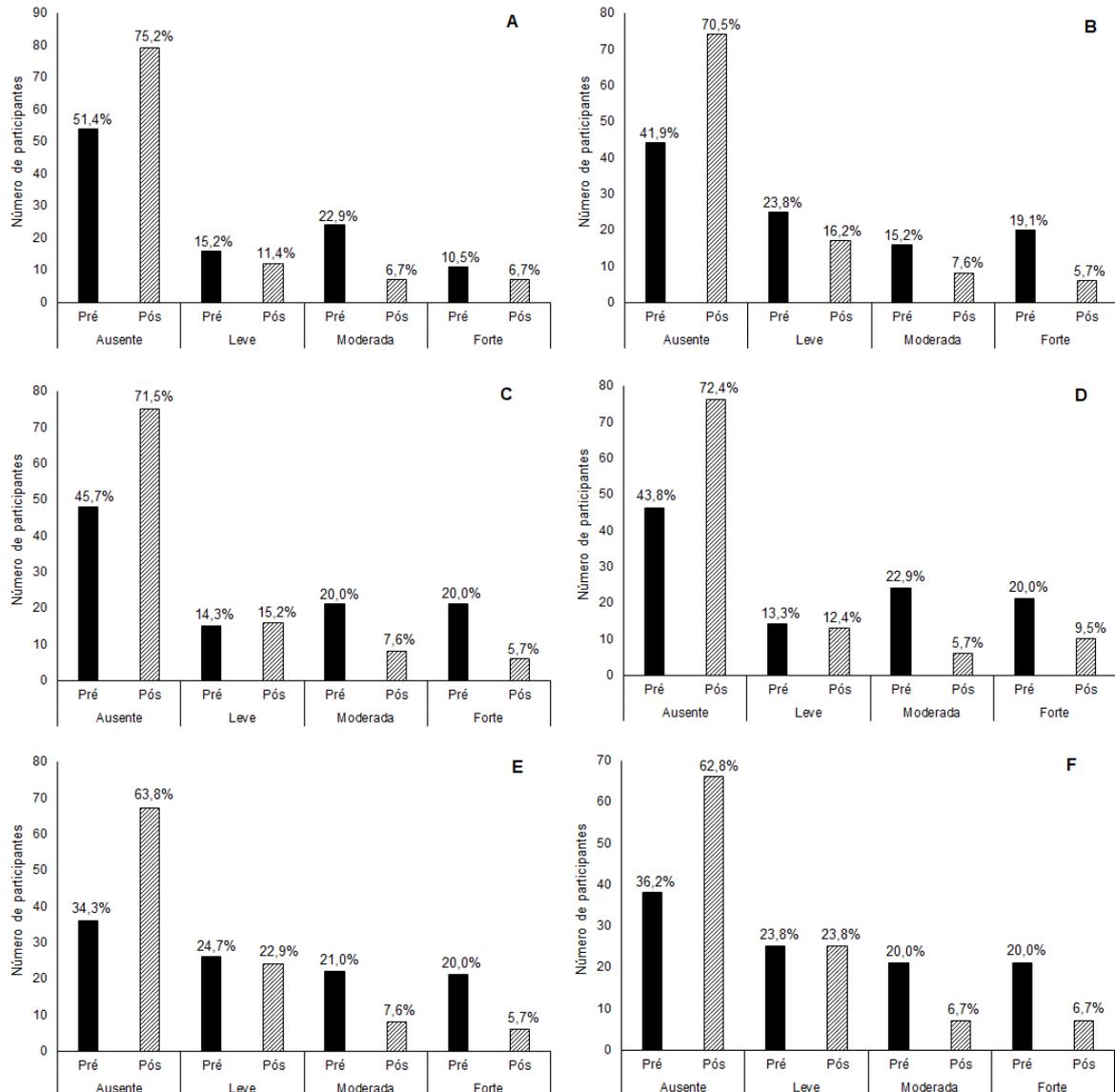
Figura 1 – Gráfico do Número de pacientes atendidos por dia e período durante a Ação Social



3.2 Efeitos da massagem clássica na dor

De acordo com a análise estatística, constata-se diminuição no número de participantes com dor moderada e severa, além do aumento de participantes sem dor após o atendimento fisioterapêutico (Figura 2; $p < 0,01$). Em outras palavras, após o protocolo de massagem, a maior parte dos indivíduos apresentou redução na percepção de dor durante os movimentos cervicais, principalmente aqueles que apresentaram dor moderada a severa na avaliação inicial. Esses resultados corroboram com achados na literatura que também verificaram efeitos positivos da massagem no tratamento da dor (BAKAR *et al.*, 2014; BAUMGART; BAUMBACH-KRAFT; LORENZ, 2020; BÜYÜKTURAN *et al.*, 2021; PATEL *et al.*, 2012; POSADZKI *et al.*, 2019).

Figura 2 – Gráficos de Número de participantes em cada categoria de dor antes (barra preta) e depois (barra cinza) da massagem clássica para os movimentos de flexão (A), extensão (B), látero-flexão para direita (C), látero-flexão para esquerda (D), rotação para direita (E) e rotação para esquerda (F).



O toque proporcionado pela massagem clássica estimula receptores de pressão e tato profundo, alterando também o suprimento sanguíneo, o que produz relaxamento muscular, que por sua vez, promove diminuição na percepção de estresse físico e emocional bem como da percepção de dor. (BAKAR *et al.*, 2014). Algumas hipóteses que explicam esses efeitos são (1) a liberação de substâncias bioquímicas, como serotonina e opioides, os quais têm uma ação sobre o gânglio dorsal da medula e cérebro; (2) como consequência de mecanismos

neurológicos, conhecidos como teoria das comportas da dor, a qual postula que a massagem estimula fibras nervosas sensitivas grandes e rápidas, competindo com a informação sensorial oriunda de fibras nervosas menores e mais lentas a nível medular espinhal e, por fim, (3) a ação dos recursos mecânicos que provocam o realinhamento das fibras musculares (FILLINGIM *et al.*, 2016; PATEL, 2010; STEEDS, 2009).

3.3 Relato de experiência

O desenvolvimento de competências socioemocionais ao longo da formação acadêmica como meio de aprimorar o fazer profissional em saúde, especialmente no encontro profissional-paciente, tem sido tema constante de discussões e reformulação das práticas de ensino nas ciências da saúde (SILVA; TAKENAMI; PALÁCIO, 2022).

Em nossa experiência, o envolvimento de estudantes de diferentes períodos da graduação em fisioterapia no processo de capacitação e execução do atendimento, além do preenchimento do TCLE e do questionário de avaliação da dor, pôde estimular um rico ambiente de troca de saberes e experiências, desenvolvendo estratégias de comunicação interpessoal, incutindo no corpo discente um forte interesse pela atividade proposta e, especialmente, o ‘aprender fazendo’ prático, permeado da aprendizagem significativa orientada para a resolução de um problema (o manejo da dor) através do aperfeiçoamento técnico (a massagem em si) (LUNA; BERNARDES, 2016).

Assim, cada aluno que participou da ação social recebeu orientações específicas sobre: a) a importância da coleta de dados para a produção da evidência científica; b) a colaboração mútua e a importância da prática constante para o aprimoramento da técnica de manipulação; c) demonstrações de cada técnica executada com reprodução discente para adequações; e, d) habilidades de encontro com o outro e respeito ao usuário do serviço de fisioterapia.

Além do treinamento, os alunos organizaram um cronograma de presença para garantir o atendimento de todos os visitantes da ação nos diferentes horários em que a mesma foi ofertada, responsabilizando-se, ainda, pela limpeza e organização do ambiente de atendimento.

Por fim, ficou evidente o engajamento de todos os envolvidos com a ação, uma maior interlocução entre acadêmicos de diferentes períodos, a rica troca de saberes e a construção de uma nova atitude diante do processo de aprendizagem: o ‘aprender fazendo’, permeado de curiosidade, significado, olhar científico e comprometimento.

4 CONCLUSÕES

Além da constatação da mudança no quadro algico dos pacientes atendidos, reforçando a importância e legitimidade das manipulações musculoesqueléticas no manejo e tratamento da dor, este trabalho apresenta um protocolo específico de tratamento ancorado na massagem clássica e reproduzível em outros ambientes (seja com finalidade terapêutica ou de pesquisa científica), além de refletir sobre a experiência do ‘aprender fazendo’ no processo de formação e aprendizagem significativa de nossos alunos.

Neste interim, é possível afirmar ganhos quanti-qualitativos sob diferentes aspectos como: a) o aprimoramento do contato profissional-paciente e das técnicas manuais usadas; b) a inserção do discente no universo prático da metodologia científica por meio da coleta e análise de dados; c) a promoção, no futuro, de uma prática profissional não apenas baseada em evidências científicas, mas capaz de produzir ciência; e, d) a construção de redes de contato e colaboração interpessoal capaz de fomentar parcerias profissionais e científicas futuras.

REFERÊNCIAS

ARGOFF, C. E.; DUBIN, A.; PILITSIS, J. G. **Tratamento da Dor (Secrets)**. Rio de Janeiro: Thieme Brazil, 2019. 320p.

BAKAR, Y. *et al.* Short term effects of classic massage compared to connective tissue massage on pressure pain threshold and muscle relaxation response in women with chronic neck pain: a preliminary study. **Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics**, v. 37, n. 6, p. 415-421, 2014.

BARROS, N. (Org.). **Entendendo a dor**. Porto Alegre: Artmed, 2014. (Temas de Prevenção em Saúde).

BAUMGART, S. B.-E.; BAUMBACH-KRAFT, A.; LORENZ, J. *Effect of psycho-regulatory massage therapy on pain and depression in women with chronic and/or somatoform back pain: a randomized controlled trial.* **Brain Sciences**, v. 10, n. 10, p. 721, 2020.

BOONSTRA, A. M. *et al.* Cut-off points for mild, moderate, and severe pain on the visual analogue scale for pain in patients with chronic musculoskeletal pain. **Pain®**, v. 155, n. 12, p. 2545-2550, 2014.

BÜYÜKTURAN, B. *et al.* The effects of combined sternocleidomastoid muscle stretching and massage on pain, disability, endurance, kinesiophobia, and range of motion in individuals

with chronic neck pain: A randomized, single-blind study. Musculoskeletal Science and Practice, v. 55, p. 102417, 2021.

COSTA, G. D.; COTTA, R. M. M. O aprender fazendo: representações sociais de estudantes da saúde sobre o portfólio reflexivo como método de ensino, aprendizagem e avaliação. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 18, p. 771-784, 2014.

FILLINGIM, R. B. *et al.* Assessment of chronic pain: domains, methods, and mechanisms. *The journal of pain*, v. 17, n. 9, p. T10-T20, 2016.

GHANBARI, A. *et al.* Comparison of the Effect of Reflexology and Swedish Massage on Restless Legs Syndrome and Sleep Quality in Patients Undergoing Hemodialysis: a Randomized Clinical Trial. **International Journal of Therapeutic Massage & Bodywork**, v. 15, n. 2, p. 1, 2022.

GIL, A. C. **Como Fazer Pesquisa Qualitativa**. São Paulo: Atlas, 2021. 190p.

LUNA, W. F.; BERNARDES, J. de S. Tutoria como Estratégia para Aprendizagem Significativa do Estudante de Medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 40, n. 4, 2016.

PATEL, N. B. *Physiology of pain. Guide to pain management in low-resource settings*, p. 13, 2010.

PATEL, K. C. *et al.* Massage for mechanical neck disorders. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, n. 9, 2012.

POSADZKI, P. *et al.* Massage for pain: an overview of systematic reviews. **Physiotherapy Review**, v. 23, n. 2, 2019.

SILVA, L. G. M. S.; TAKENAMI, I; PALÁCIO, M. A. V. A abordagem da medicina narrativa no processo de ensino-aprendizagem nas graduações das profissões da saúde. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 46, n. 02, 2022.

STEEDS, C. E. *The anatomy and physiology of pain. Surgery (Oxford)*, v. 27, n. 12, p. 507-511, 2009.

VASCONCELOS, G. S. D.; MANSOUR, N. R.; MAGALHÃES, L. F. **Recursos Terapêuticos Manuais**. Porto Alegre: SAGAH/Grupo A, 2021.