

# Efeito da Reflexologia na Espasticidade

**Autores:** Enfermeiros Margarida Ferreira<sup>1</sup>, Nuno Lucas<sup>2</sup>, Patrícia Araújo<sup>2</sup>, Pedro Santos<sup>1</sup>, Salomé Ferreira<sup>3</sup>

<sup>1</sup> V Mestrado em Enfermagem de Reabilitação da ESS - IPVC, ano letivo 2017/2018

<sup>2</sup> Enfermeiros Especialistas em Reabilitação – Serviço de Neurologia do CHSJ

<sup>3</sup> Docente da ESS - IPVC

## INTRODUÇÃO

A Reflexologia é uma técnica que entende o ser humano como um todo integrado: corpo, mente e sentimentos. Quando o todo é tratado, as partes reajustam-se de igual forma, as causas e os sintomas, permitindo atingir estados de saúde mais adequados. Esta terapia baseia-se no princípio da existência de áreas reflexas no nosso corpo. Todos os nossos órgãos têm reflexos, que podemos localizar um pouco por todo o corpo, existindo, porém, determinadas zonas em que estes reflexos são mais facilmente localizados e mais fáceis de estimular. Os reflexos, quando submetidos a um determinado estímulo, vão trazer efeitos benéficos a outras áreas do corpo, permitindo atingir a homeostasia (Associação Portuguesa de Reflexologia, 2017). O presente estudo tem como objetivo perceber o impacto da reflexologia na espasticidade, através da avaliação da Escala de Ashworth. Desta forma surge a pergunta de partida “Qual o efeito da Reflexologia na espasticidade?”.

## METODOLOGIA

Realizada pesquisa nas bases de dados científicas SCIELO, PUBMED e B-On, utilizando os descritores em saúde: *Massage, Muscle Spasticity, Stroke, Nurse e Rehabilitation*. Consultados dois peritos na área da Reflexologia e doente neurológico, bem como a Associação Portuguesa de Reflexologia. Definido e aplicado o seguinte plano de intervenção pelo Enfermeiro de Reabilitação ao doente em estudo, após o seu consentimento informado:

- Uma sessão de Reflexologia podal por dia, durante 5 dias (período de 4/05/2018 a 9/05/2018);
- Duração de cada sessão: 20 minutos (10 minutos em cada pé), sempre na mesma sala e com ambiente calmo e aquecido;
- Avaliada a espasticidade através da escala de *Ashworth* em três momentos: antes da terapia, 15 e 30 minutos após o término da mesma;
- Utilizadas as técnicas de reflexologia apresentadas na tabela:

Fase	Exercício
Ativação (3 minutos)	Movimento de rotação da tíbio-társica (9 vezes, interna e externa)
	Flexão plantar/ Flexão dorsal (9 vezes)
	Inversão/ eversão (9 vezes)
	Rotação de todos os dedos (9 vezes, interna e externa)
Intervenção (5 minutos)	Movimento de 3 linhas descendentes no 1º dedo (9 vezes)
	Movimentos de sedação (contrarrelógio) nas linhas imaginárias (9 vezes)
	Movimentos de sedação nos pontos dos membros superior e inferior (9 vezes)
Harmonização (2 minutos)	Movimentos de sedação na região plantar e dorsal com a palma da mão (9 vezes)
	Movimento ascendente final

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE REFLEXOLOGIA. *Reflexologia*. [Em linha]. [Consultado em 10 de maio 2018]. Disponível em <http://www.apreflexologia.com/reflexologia>  
OZKAN, Filiz; ZINCIR, Handan - The effect of reflexology upon spasticity and function among children with cerebral palsy who received physiotherapy: Three group randomised trial. *Applied Nursing Research*. ISSN 0897-1897. Vol. 39 (2017), p. 128-134.

## APRESENTAÇÃO DO ESTUDO DE CASO

Sr. JM, 46 anos, doente com história de vários internamentos no Serviço de Neurologia por síndrome frontal e epilepsia de difícil controlo agora com agravamento do seu estado habitual, com prostração e lentificação, não colaborando nas AVDs. Como antecedentes pessoais possui lesões frontais bilaterais inflamatórias crónicas sequelares a cerebrite após intervenção cirúrgica endonasal com consequente fístula de líquido cefalo-raquidiano, em 2009. Sequelas de parésia com predomínio à esquerda e espasticidade dos membros.

## RESULTADOS

Data de Avaliação	0 min				15 min				30 min			
	MSD	MSE	MID	MIE	MSD	MSE	MID	MIE	MSD	MSE	MID	MIE
4/05/18	0	3	1	2	0	3	1	2	0	3	1	2
5/05/18	0	3	1	2	0	3	1	2	0	2	0	2
7/05/18	0	3	1	2	0	3	1	2	0	3	0	2
8/05/18	0	3	1	2	0	2	0	2	0	2	0	2
9/05/18	0	3	1	2	0	2	0	2	0	2	0	2

## DISCUSSÃO

A partir da segunda sessão de Reflexologia começa a haver ganhos na avaliação aos 30 minutos. Já a partir da terceira sessão verificam-se ganhos quer aos 15 minutos quer aos 30. Foi notório o bem-estar sentido pelo doente ao longo dos tratamentos.

Verificou-se uma diminuição da espasticidade quer no membro inferior direito (passando de ligeiro aumento de tônus muscular para tônus normal), quer no membro superior esquerdo (passando de aumento marcado do tônus muscular para moderado aumento do tônus muscular).

Vários estudos são unânimes no que concerne aos efeitos de relaxamento muscular e melhoria da qualidade de vida em doentes com diversas patologias aos quais foram aplicadas sessões de Reflexologia. Os ganhos obtidos com as sessões de Reflexologia vão de encontro aos estudos já realizados nesta área. No estudo randomizado realizado por Ozkan e Zincir (2017) constatou-se que a Reflexologia reduziu a espasticidade nas pernas, melhorou as funções motoras grossas e diminuiu a dependência.

## CONCLUSÕES E IMPLICAÇÕES PARA A PRÁTICA DE ENFERMAGEM

Para além da diminuição da espasticidade muscular, o doente referiu sentir-se “bem e relaxado”, desejando “continuar o tratamento”. Pelos resultados obtidos e pela satisfação do doente, sugere-se a realização de mais estudos que englobem um maior número de doentes do foro neurológico e um maior número de sessões aplicadas.