

## **MASSOTERAPIA E CRIOTERAPIA NO TRATAMENTO DE VARIZES EM GESTANTES**

Acadêmicas: Andrianni Maria do Carmo

Kalya Chaves Ferreira de Almeida

Orientação: Telma Regina Chiarapa

Supervisão metodológica: Heitor Homero Marques

O trabalho de “Massoterapia e Crioterapia no tratamento de varizes em gestantes” consiste na aplicação de um protocolo, realizado por aproximadamente, um mês para verificar a eficácia associativa de massoterapia (massagem) e crioterapia (gelo) em gestantes portadoras de varizes, a partir do segundo trimestre, múltipara e sem limite de idade. A pesquisa foi realizada através de revisão bibliográfica e estudo de caso. Obteve-se a cooperação apenas de uma paciente, K. M. P. D., 21 anos, e o protocolo foi aplicado em seu domicílio, num ambiente adaptado, onde foram realizados quinze minutos de massoterapia e mais quinze minutos de aplicação de crioterapia em forma de picolé, tanto na região anterior quanto posterior de cada membro inferior, no período de vinte dias, cinco vezes por semana.

O organismo feminino passa por vários processos adaptativos durante o período gestacional. Em relação à alteração local, o órgão que mais modifica-se é o útero, que necessita de hipertrofia e hiperplasia de suas fibras musculares, que também sofrem estiramento, além do aumento de tecido conjuntivo, com a finalidade de acompanhar o feto que está crescendo constantemente. As mamas também necessitam do aumento da vascularização e hipertrofia do tecido alveolar, que prepara a mulher para a lactação. Dentro das alterações sistêmicas, o maior problema circulatório está relacionado ao sistema venoso. As

veias possuem na sua composição fibras elásticas que não são resistentes, levando a incompetência valvular. Estes fatores associados à sobrecarga hídrica do corpo da gestante, levam à estase venosa e ao aparecimento das varizes. Ocorre, também, alteração estética postural característica, pelo deslocamento do centro de gravidade causado por aumento do conteúdo abdominal e peso das mamas. A postura durante a gestação é proveniente não somente de modificações do posicionamento uterino e mamas, mas também do embebedimento e relaxamento dos ligamentos articulares que predispõem à gestante maior número de quedas, entorses e marcha instável denominada “marcha anserina”, ou seja, deambulação semelhante à dos gansos.

As varizes podem ser de causa primária como a hereditariedade, gravidez, sexo, raça, obesidade, trabalho e postura inadequada além do uso de anticoncepcionais. Podem ser também de causa secundária que são decorrentes de hipoplasia - desenvolvimento incompleto das veias profundas e de suas válvulas -, de obstrução por trombose não recanalizada e de insuficiência valvular. Se não tratadas, as varizes, podem trazer complicações como edema, prurido, hiperpigmentação, úlceras de estase, eczema de estase, erisipela, varicoflebite (processo inflamatório associado com trombose nos trajetos venosos), varicorragia (ruptura localizada de varizes), trombose venosa superficial e profunda. O tratamento clínico é realizado através de cirurgias, dentre as quais destacam-se a escleroterapia (aplicações endovenosas de substância irritante à veia), a minicirurgia com anestesia local (varizes localizadas) e a cirurgia convencional (macrovarizes extensas). São também utilizadas meias compressivas e medicação, porém sem eficientes resultados.

A massoterapia é uma técnica antiga, que foi devidamente estudada no nosso século. Sua atuação é extensa e seus efeitos são benéficos para todo corpo, atuando nos processos dolorosos, relaxando os espasmos protetores melhorando o retorno venoso da circulação sanguínea, causando vasodilatação, que leva à diminuição da pressão arterial; na circulação linfática melhora a retirada de excesso de líquidos, auxilia no processo de excreção dos tecidos e estimula o processo cicatricial; no sistema nervoso pode causar efeito de acomodação,

diminuindo o tônus e reduzindo o espasmo; na pele auxilia na remoção de células mortas; no tecido muscular reduz os efeitos negativos do exercício normal e o efeito mais conhecido, o psicológico, promove uma sensação de bem-estar e alívio da dor. Suas técnicas de aplicação são variadas e utilizadas de acordo com o objetivo que se pretende alcançar e, no trabalho proposto, explorou-se o deslizamento profundo, pois auxilia na circulação venosa e linfática pelo efeito mecânico sobre os tecidos.

A crioterapia tem sido estudada e utilizada para diminuir o fluxo sanguíneo e tratar lesões ortopédicas. Entretanto seu uso não é restrito e, de acordo com a técnica utilizada, pode causar vários efeitos, desde reduzir metabolismo local, promover analgesia, diminuir processos inflamatórios, inibir espasmos neurológicos ou auxiliar na estimulação do tônus.

Os objetivos da pesquisa foram alcançados, ao se obter diminuição no desconforto de membros inferiores e melhoria na qualidade de vida da paciente. No entanto foi mantido o número de varizes, a coloração inalterada dos vasos, com ausência de alterações vegetativas ( câibras, tontura e dor de cabeça ), durante e após a aplicação da terapia.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ASLANI, Marilyn. *Massagem passo a passo*. São Paulo : Manole, 1998.

BONAMIGO, T. P.; FRANKINI, A. D.; KOMBÓS, P. P. *Angiologia e cirurgia vascular* (Guia Prático). 30º Congresso Brasileiro de Angiologia e cirurgia vascular. São Paulo : BYK, 1991.

BRUM, Orlando. *Angiologia básica*. São Paulo : Fundo Editorial Byk, 1989.

- CHAMBERLAIN, Geoffrey. *Conceitos básicos em obstetrícia*. São Paulo : Edmondo Andrei, 1980.
- DELASCIO, Domingos; GUARIENTO, Antônio. *Obstetrícia normal*. São Paulo : Sarvier, 1987.
- DOMENICO, Giovanni; WOOD, Elizabeth C. *Técnicas de massagem de Beard*. 4. ed. São Paulo : Manole, 1998.
- DORLAND, W. A. *Dicionário médico*. 25. ed. São Paulo : Roca, 1997.
- EITNER, D.; KUPRIAN, W.; MESSNER, L.; ORK, H. *Fisioterapia nos esportes*. São Paulo : Manole, 1989.
- ELLIS, Jeffrey W.; BECKMANN, Charles R. B. *Manual de obstetrícia*. Rio de Janeiro : Prentice-Hall do Brasil, 1986.
- FONTES, José Américo Silva. *Perinatologia social*. São Paulo : BYK, 1984.
- GREENHILL, J. P.; FRIEDMAN, Emanuel A. *Obstetrícia*. Rio de Janeiro : Interamericana, 1976.
- GUIRRO, Elaine. *Fisioterapia em estética – fundamentos, recursos e patologias*. 2. ed. São Paulo : Manole, 1996.
- GUYTON, Arthur C. *Fisiologia humana*. 6. ed. Rio de Janeiro : Guanabara Koogan, 1988.
- GUYTON, Arthur C.; HALL, John E. *Tratado de fisiologia médica*. 9. ed. Rio de Janeiro : Guanabara Koogan, 1997.
- HALBE, Hans Wolfgang. *Tratado de ginecologia*. 2. ed. São Paulo : Roca, 1993. Vol. I.
- HOLLIS, Margaret. *Massagem para terapeutas*. São Paulo : Manole, 1990.
- LANE, John Cook; BELLEN, Bonno Van. *O exame do paciente vascular*. 144 obra. São Paulo : BYK, 1995.
- MAFFEI, Francisco Humberto de Abreu. *Doenças vasculares periféricas*. Rio de Janeiro : Medsi, 1987.
- NEME, Bussâmara. *Obstetrícia básica*. São Paulo : Sarvier, 1994.

- NETTER, Frank H. *Atlas de anatomia humana*. 3. ed. Porto Alegre : Artes Médicas, 1998.
- PEIXOTO, Sérgio. *Pré-natal*. 2. ed. São Paulo : Manole, 1981.
- POLDEN, Margaret; MANTLE, Jill. *Fisioterapia em ginecologia e obstetrícia*. 2. ed. São Paulo : Santos, 1997.
- REZENDE, Jorge. *Obstetrícia*. 3. ed. Rio de Janeiro : Guanabara Koogan, 1974.
- REZENDE, Montenegro. *Obstetrícia fundamental*. 7. ed. Rio de Janeiro : Guanabara Koogan, 1995.
- RODRIGUES, Ademir. *Crioterapia – fisiologia e técnicas terapêuticas*. São José do Rio Preto-SP : CEFESPAR, 1996.
- RODRIGUES, Edzard Meirelles; GUIMARÃES, Cosme S. *Manual de recursos fisioterapêuticos*. Rio de Janeiro : Revinter, 1998.
- ROHEN, Johannes W.; YOKOCHI, Chihiro. *Anatomia humana*. 3. ed. São Paulo : Manole, 1993.
- SALES, José Maria et alii. *Tratado de assistência pré-natal*. São Paulo : Roca, 1989.
- SEVERINO, Antônio Joaquim. *Metodologia do trabalho científico*. 14. ed. São Paulo : Autores Associados, 1986.
- SEVERINO, Antônio Joaquim. *Metodologia do trabalho científico*. 20. ed. São Paulo : Cortez, 1996.
- SOBOTTA, Johannes. *Atlas de anatomia humana*. 20. ed. Rio de Janeiro : Guanabara Koogan, 1993.
- THOMAZ, João B.; HERDY, Ciro D. de C. *Fundamentos de cirurgia vascular e angiologia*. 158. obra. São Paulo : BYK, 1997.
- WOOD, E.; BECKER, P. *Massagem de Beard*. 3. ed. São Paulo : Manole, 1990.
- ZUGAIB, Marcelo; SANCOVSKI, Mauro. *O pré-natal*. 2. ed. São Paulo : Atheneu, 1994.