

## **Análise da eficácia da prática de reflexoterapia podal em crianças: uma revisão de escopo**

Analysis of the effectiveness of the practice of foot reflex therapy in children: a review of the scope

Autores: Kauanny Zangalli Rodrigues<sup>1</sup>; Sheilla Siedler Tavares<sup>2</sup>; Debora Cabral Nunes Polaz<sup>3</sup>; Irineu César Panzeri Contini<sup>3</sup>.

- 
1. Acadêmica da Graduação de Enfermagem na Universidade de Sorocaba UNISO – Universidade de Sorocaba/SP.
  2. Professora Doutora do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade de Sorocaba UNISO – Universidade de Sorocaba/SP.
  3. Professor Mestre do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade de Sorocaba UNISO – Universidade de Sorocaba/SP.
- 

### **Resumo**

A reflexoterapia podal está entre as seis práticas da Medicina Complementar Alternativa mais utilizada, visto que a técnica em crianças promove sensação de segurança, vínculo entre pais e filhos, melhora do desenvolvimento físico, mental e emocional da criança. O enfermeiro pode conciliar esta prática junto ao tratamento regular da criança, visando não apenas o tratamento de doenças, mas também a manutenção da boa saúde. Método: Revisão de escopo. A coleta do material seguiu a partir de fontes secundárias, por meio das bibliotecas virtuais Cochrane Library, Medline, PubMed e foi utilizada a literatura cinzenta por meio do Google Acadêmico. Resultados: Os estudos que constitui a presente pesquisa, três (50%) foram publicados no de 2021, no ano de 2020 foi publicado um (16,6%), no ano de 2019 um (16,6%) foi publicado e um (16,6%) no ano de 2018. No Irã foi onde houve mais publicações com três (50%) dos estudos, um (16,6%) no Egito, um (16,6%) na Turquia e um (16,6%) estudo na França. Considerações finais: Foi observada diminuição significativa do escore de dor, sendo eficaz nos parâmetros fisiológicos após a quimioterapia e diminuição da exaustão após as sessões, por meio de impulsos eletroquímicos que estimulam os pontos nervosos, melhorando o sono e ansiedade. Sendo

uma opção não farmacológica de baixo custo que traz benefícios no tratamento da dor crônica, tendo diminuição significativa no score de dor, melhoria da ansiedade durante o período de internação ou anterior às intervenções de rotina em pacientes pediátricos. O presente estudo demonstra escassez de estudos sobre essa temática.

**Palavras-chave:** Pediatria, Reflexologia, Melhoria e Qualidade

### **Abstract**

**Objective:** Foot reflex therapy is among the six most used Alternative Complementary Medicine practices, since the technique in children promotes a feeling of security, a bond between parents and children, and improves the physical, mental and emotional development of the child. The nurse can reconcile this practice with the regular treatment of the child, aiming not only at the treatment of diseases, but also at the maintenance of good health. **Method:** Scope review. The collection of material followed from secondary sources, through the virtual libraries Cochrane Library, Medline, PubMed and gray literature was used through Google Scholar. **Results:** The studies that constitute the present research, three (50%) were published in 2021, in 2020 one was published (16.6%), in 2019 one (16.6%) was published and one (16.6%) in 2018. Iran was where there were more publications with three (50%) of the studies, one (16.6%) in Egypt, one (16.6%) in Turkey and one (16.6%) study in France. **Final considerations:** A significant decrease in the pain score was observed, being effective in the physiological parameters after chemotherapy and decreased exhaustion after the sessions, through electrochemical impulses that stimulate the nerve points, improving sleep and anxiety. Being a low-cost non-pharmacological option that brings benefits in the treatment of chronic pain, having a significant decrease in pain score, improvement of anxiety during the hospitalization period or before routine interventions in pediatric patients. The present study demonstrates the scarcity of studies on this topic.

**Keywords:** Pediatrics, Reflexology, Improvement e Quality

## **Introdução**

A Medicina Complementar e Alternativa (MCA) abrange técnicas de cuidado que estimulam abordagem integral do paciente, utilizando como objetivo tratar sintomas específicos dos pacientes.<sup>1</sup>

Atualmente há a implementação da Política Nacional de Práticas Integrativas Complementares (PICS) no Sistema Único de Saúde (SUS), iniciada a partir dos atendimentos de diretrizes e recomendações da Organização Mundial de Saúde (OMS) e conferências nacionais de saúde, tendo como objetivo a prevenção de agravos e promoção à saúde com ênfase na atenção primária e foco no cuidado continuado, integral e humanizado.<sup>2</sup>

Foram desenvolvidos mapas que propõem que as orelhas, mãos e pés possuem áreas de correspondência às partes do corpo sendo possível tratar órgãos, glândulas ou sistemas e sintomas por meio da pressão em pontos específicos.<sup>3</sup>

As zonas reflexas nos pés por meio do Sistema Nervoso Central (SNC) emite uma resposta na parte do corpo correspondente. Este efeito reflexo, específico, vinculado a uma parte do corpo permite efeitos como redução de tensão, estresse, efeito relaxante, melhora da circulação sanguínea, manutenção de boa saúde, promoção de bem-estar dentre outros benefícios.<sup>3</sup>

A reflexologia podal na população geral apresenta resultados promissores quando aplicada no tratamento de câncer, doença renal crônica, diabetes mellitus tipo 2, esclerose múltipla, dor pós-operatória entre outros, porém as evidências científicas foram suficientes para embasar efeitos positivos.<sup>4</sup>

A reflexoterapia podal está entre as seis práticas da MCA mais utilizadas, visto que a técnica em crianças promove sensação de segurança, um vínculo entre pais e filhos, melhora o desenvolvimento físico, mental e emocional da criança, obtendo resultados positivos nos padrões de sono, aumenta o ganho de peso e o crescimento e reduz as cólicas em bebês. Os enfermeiros podem conciliar esta prática junto ao tratamento regular da

criança, visando não apenas o tratamento de doenças, mas também a manutenção da boa saúde.<sup>4</sup>

Esta prática consiste no funcionamento semelhante a um espelho, onde é realizado pressão nos pés que refletem em áreas correspondentes do corpo, tendo como resultados a liberação de endorfinas e encefalinas, por meio da manipulação de glândulas pituitárias.<sup>5</sup>

Para Jazayeri (2021 p. 59):

(...) se deu início a esta prática no Egito há cerca de 2.330 anos e na China antiga há 4.000 anos. Os pés são sensíveis à pressão, tração e movimento. Diferentes graus de pressão, como massagem e toque, estimulam a extremidade dos nervos aplicando estímulos sensoriais a técnica ligada de compressão aos receptores. No ponto utilizando de reflexão a determinado ponto de cada órgão, elimina-se o bloqueio no trajeto do fluxo de energia e como resultado, o movimento de energia flui em seus canais.

O enfermeiro pode ter competência na reflexoterapia podal após formação específica, a fim de proporcionar conforto, diminuição da ansiedade, melhora da dor crônica e tantos outros sintomas na criança.<sup>3</sup>

Esta revisão de escopo teve como objetivo identificar na literatura a eficácia da reflexoterapia podal em crianças em situações de dor, situações de hospitalização e ou transtornos de ansiedade.

## **Materiais e Método**

Trata-se de uma revisão de escopo, sendo um método de estudo que permite mapear os principais conceitos, classificar áreas de pesquisa e identificar lacunas de conhecimento.

Para a construção da pergunta norteadora, foi utilizada a estratégia População / problema; Intervenção; Controle / comparação; Outcome (desfecho) (PICO), para uma

scoping review. Foi definido como P - Crianças com dor, hospitalizadas e ou com transtorno de ansiedade; I - Inserção da prática reflexoterapia podal; C - Não terá controle O - Analisar os benefícios da prática da reflexoterapia podal em crianças com dor, hospitalizadas e ou com transtorno de ansiedade. Com base nessas definições foi estabelecida a pergunta norteadora: Qual a eficácia da reflexoterapia podal no tratamento em crianças com dor, hospitalizadas e ou com transtorno de ansiedade?

O levantamento de dados foi realizado no período de fevereiro de 2022 a agosto de 2022.

Para a realização da busca sistematizada foram utilizados os descritores estabelecidos a partir do Medical Subject Headings (MeSH), sendo eles os descritores selecionados: Pediatrics, Reflexology, Improvement e Quality, junto aos operadores booleanos or e and. Foi utilizado o método Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) para realização da busca. Assim como o quadro sinóptico de resultados como síntese de informações, acrescido da identificação dos estudos (E1) e assim sucessivamente.

O critério de inclusão para o apuramento da seleção dos estudos foi artigos completos, publicados entre 2017 a 2022, ensaios clínicos randomizados, nos idiomas português, inglês e espanhol; que abrangem a temática direcionada como a avaliação dos benefícios da reflexoterapia podal em crianças.

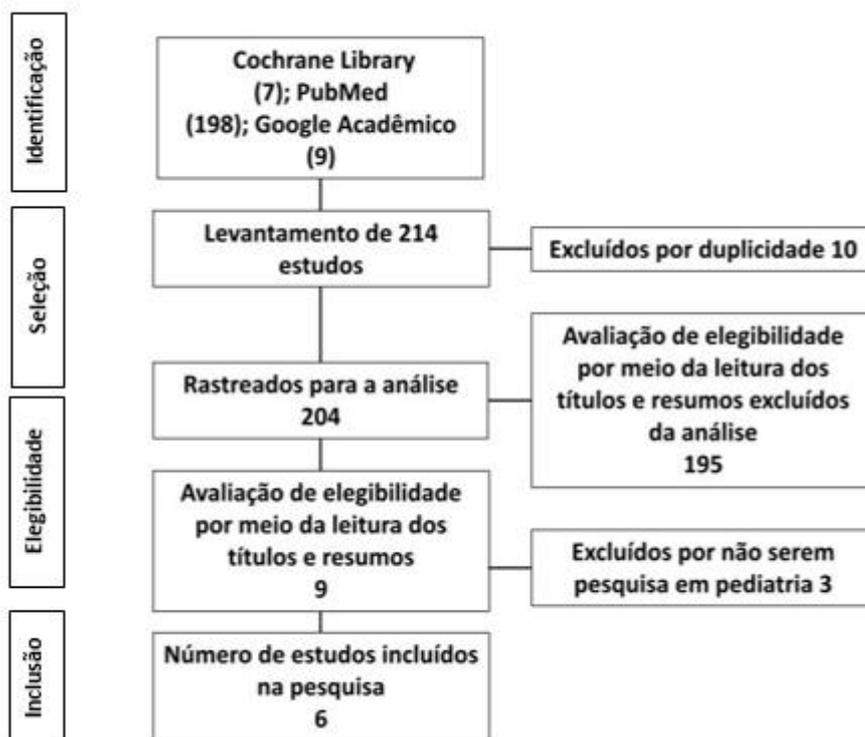
O critério de exclusão foi artigos incompletos, estudos publicados antes de janeiro de 2016 que não abordassem a temática proposta. O nível de evidência dos estudos que compõem esta revisão foi baseado na categorização da Agency for Healthcare Research and Quality (AHRQ) dos Estados Unidos da América de 2006.

## **Resultado**

Os estudos abordados na presente pesquisa três (50%) foram publicados no de 2021, no ano de 2020 foi publicado um (16,6%) estudo, no ano de 2019 um (16,6%) foi

publicado e um (16,6%) no ano de 2018. No Irã foi onde houve mais publicações com três (50%) dos estudos publicados, um (16,6%) no Egito, um (16,6%) na Turquia e um (16,6%) França.

Fluxograma 1. Fluxograma do processo de seleção dos estudos de uma revisão de escopo por meio da ferramenta PRISMA. (2022)



Quadro 1. Quadro sinóptico com os estudos identificados, autor, ano de publicação, país, revista, objetivo, tipo de estudos, problemática, resolutiva/eficácia e nível de evidência.

Estudo (E)	Autor/Revista/Ano	Pais	Objetivo e Tipo de Estudo	Problemática	Resolutiva / Eficácia	Nível de evidência
E1	Ghaljaei F, Jalalodini A. 6  Greater Poland Cancer Centre  2021	Irã	Teve como objetivo investigar o impacto da reflexologia podal na dor e nas respostas fisiológicas causadas pela injeção intratecal de quimioterápicos em crianças com leucemia.  Estudo de coorte prospectivo.	Os pacientes que sofrem de câncer, comumente também sofrem com dor persistente devido à própria patologia de oncologia ou secundária ao tratamento.	Houve diminuição significativa no escore de dor após cada sessão, esse método teve benefícios também como forma de distração em crianças, pode reduzir a dor durante a TI e foi eficaz nos parâmetros fisiológicos após a TI.	4
E2	Jazayeri Z, Sajadi M, Dalvand H, Zolfaghari M. 4  Machine Translated.  2021	Irã	O objetivo deste estudo foi comparar o efeito da terapia dos pés e massagem corporal nos indicadores fisiológicos e níveis de bilirrubina em lactentes sob fototerapia.  Estudo de ensaio clínico.	Os bebês que recebem a prática de massoterapia, pode melhorar os padrões de sono, aumentar o ganho de peso e o crescimento e reduzir as cólicas em bebês. Este estudo foi realizado para comparar os efeitos da reflexologia podal com a massoterapia.	Efeito positivo da reflexologia podal e massagem corporal na melhora do percentual de saturação de oxigênio como um dos indicadores fisiológicos e do nível de bilirrubina no sangue. Verificou-se que a reflexologia e a massagem corporal como intervenções de enfermagem com abordagem holística podem ser eficazes na melhora da icterícia neonatal e do percentual de oxigênio saturado de lactentes em fototerapia.	4

E3	Mohamed A, Abolwafa N, Ahmed.7  Jornal Egípcio de Cuidados de Saúde  2021	Egito	O objetivo desse estudo foi avaliar o efeito da reflexologia podal em crianças em idade escolar em hemodiálise sobre fadiga e qualidade do sono.  Estudo de ensaio clínico.	O distúrbio do sono pode impactar negativamente a função diurna de uma criança, levando a problemas e diminuições comportamentais e emocionais, sendo um grande problema em crianças de hemodiálise.	A reflexoterapia podal tem função no fluxo de energia é retido limpando os caminhos de energia bloqueados no corpo e removendo contaminantes, alivia o sintoma de exaustão com o auxílio da prática, que é uma das técnicas usadas para minimizar como meio de aliviar a dor na base da cólica.	4
E4	Karatas N, Dalgic A. 8  Elsevier Ltd  2020	Turquia	O objetivo deste estudo foi examinar os efeitos da reflexologia na saúde da criança, resumindo sistematicamente os resultados obtidos.  Estudo de revisão sistemática.	Efeitos colaterais dos medicamentos para crianças e os processos prolongados de hospitalização.	A reflexoterapia podal pode reduzir a dor aguda e os sintomas de cólica infantil, melhorar a função motora e reduzir a espasticidade na paralisia cerebral e aliviar os sintomas da síndrome de abstinência neonatal.	1
E5	Bertrand A, Et Al. <sup>1</sup>  Bulletin du Cancer.  2019	França	O objetivo deste estudo foi avaliar a eficácia das sessões de reflexoterapia podal em crianças com dor crônica ou persistente.  Estudo de coorte prospectivo.	Complicações físicas e psicológicas da quimioterapia nos pacientes causam medo de iniciar a quimioterapia e até resistência ou rejeição ao tratamento. A dor é a experiência mais comum em pacientes com	Reflexoterapia podal fluiu como método de relaxamento em crianças pode reduzir a dor durante a terapia intravenosa e foi eficaz nos parâmetros fisiológicos após a terapia intravenosa.	4

				leucemia, não controlada em crianças leva ao acometimento dos sistemas cardiovascular, pulmonar, gastrointestinal e imunológico.		
E6	Dehghanmehr S, Et Al. 9  IJPSR  2018	Irã	O objetivo desse estudo foi investigar o efeito da massagem de reflexologia podal na ansiedade causada pela transfusão de sangue em crianças com talassemia.  Estudo de caso-controlado.	A aplicação de métodos invasivos, como transfusão de sangue, no tratamento de crianças com talassemia causa sintomas de angústia e ansiedade nessas crianças.	A reflexoterapia podal pode ser eficaz na redução da ansiedade e depressão e na melhora dos sinais vitais considerando o baixo custo e simplicidade deste método.	4

As lacunas do presente estudo implicam na escassez de publicações sobre a temática da reflexoterapia podal com evidências que comprovem a eficiência da prática em situações de dor, situações de hospitalização e ou transtornos de ansiedade em crianças.

### Discussão

O uso de métodos de MCA para aliviar os sintomas em pacientes crônicos e agudizados aumenta a cada dia.<sup>1</sup> Ao realizar a prática da reflexoterapia podal, áreas conexas com pontos reflexos na planta podal, induz a área estimulada um processo somatossensorial, recuperando energias, acelerando a circulação sanguínea e transferindo oxigênio e nutrientes para os tecidos.<sup>3,4</sup>

O medo e ansiedade durante a internação ou intervenções de cuidado é um dos principais desafios, pois podem acarretar em problemas para a criança e sua família, incluindo a redução da satisfação familiar, redução do desempenho mental e físico, e intensificação da ansiedade. Os métodos não farmacológicos de intervenção para esta condição podem ser úteis e tendo como foco as intervenções realizadas por enfermeiros.<sup>6</sup>

A prática é realizada em um ambiente calmo e silencioso, a criança fica em posição dorsal e relaxada, o enfermeiro segura um dos pés com uma das mãos e com a outra mão estimula a área da zona reflexa desejada por 15 minutos, podendo utilizar óleos essenciais apropriados, porém a técnica pode ser realizada somente com hidratante ou sem produtos.<sup>2</sup> O estímulo é realizado com pressão e movimentos numa área de 0,5cm, sem interromper o contato dos dedos com a pele do pé.<sup>1</sup> Os resultados levantados mostraram que a reflexoterapia podal ocasionou alterações significativas nos dados fisiológicos de frequência cardíaca e pressão arterial.<sup>1</sup>

A reflexoterapia podal se mostrou eficiente no contexto da oncologia, para o tratamento da dor e ansiedade, devido a sua característica não invasiva. Foi observada diminuição significativa do escore de dor, logo após cada sessão de reflexoterapia podal.<sup>5</sup> Para o tratamento de ansiedade das crianças, antes de procedimentos e no decorrer da internação, houve uma melhora significativa, porém, o efeito não se mostra prolongado.<sup>1,3,5,6</sup>

A reflexoterapia como método de distração em crianças, pode reduzir a dor durante a terapia intravenosa e foi eficaz nos parâmetros fisiológicos após a quimioterapia.<sup>1</sup>

Foi realizada a pesquisa com base em três grupos, utilizando três métodos de MCA, houve mudança significativa na prática de reflexoterapia podal nos parâmetros fisiológicos como saturação e frequência cardíaca.<sup>2</sup>

Em relação à qualidade do sono das crianças, em que passam por situações de internação, dor e ansiedade, relataram uma melhoria efetiva na qualidade do sono e

diminuição da exaustão após as sessões, por meio de impulsos eletroquímicos que estimulam os pontos nervosos.<sup>3</sup>

O enfermeiro desempenha um papel importante na assistência às crianças e com implementação de MCA como a reflexoterapia podal, sendo o profissional que mais mantém contato com a criança, promovendo relaxamento, maior conforto, estabilização dos sinais vitais, diminuição da dor crônica e ansiedade em crianças.<sup>3</sup> Deve ser utilizada como uma intervenção de baixo custo e não farmacológica.<sup>1</sup> Tendo como objetivo trazer uma abordagem holística ou biopsicossocial, promovendo qualidade de vida.<sup>3</sup>

### **Considerações Finais**

Conclui-se que a reflexoterapia podal é uma opção não farmacológica de baixo custo que traz benefícios no tratamento da dor crônica, melhoria da ansiedade durante o período de internação ou anterior às intervenções de rotina em pacientes pediátricos. O presente estudo demonstra escassez de publicações sobre a temática, assim como estudos que apresentaram poucos participantes que compõem as pesquisas, sendo inviável comprovar tal eficácia.

### **Referências**

1. Bertrand A, Vauglin C, Martins S, Goy F, Delafosse C, Berard M. Avaliação da eficácia e viabilidade da reflexologia podal em crianças com dor crônica ou persistente, *Bulletin du Cancer*, 2019. <https://doi.org/10.1016/j.bulcan.2019.05.008>
2. Ministério da Saúde. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS, Segunda Edição. Disponível em: [www.saude.gov.br/bvs](http://www.saude.gov.br/bvs) Tiragem: 2ª edição – 2015 – 40.000 exemplares
3. Artioli D, Tavares A, Bertolini G. Reflexologia podal em condições dolorosas: revisão sistemática, *Sciello* 2021. <https://doi.org/10.5935/2595-0118.20210022>
4. Jazayeri Z, Sajadi M, Dalvand H, Zolfaghari M. Comparação do efeito da reflexologia podal e massagem corporal sobre indicadores fisiológicos e níveis de bilirrubina em neonatos sob fototerapia Machine Translated. 2021. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2021.102684>

5. Qahtani A, Ahmed H. O Efeito do Programa Educacional para Novas Mães sobre Massagem Abdominal Infantil e Reflexologia Podal para diminuir cólicas em Najran. *Enfermagem Integral da Infância e Adolescência*. 2020 DOI: 10.1080/24694193.2020.1740827
6. Ghaljaei F, Jalalodini A. Os efeitos da reflexologia podal na dor e indicadores fisiológicos em crianças com leucemia em quimioterapia: um estudo clínico. *Greater Poland Cancer Centre*. 2021. DOI: 10.5603/RPOR.a2021.0116
7. Mohamed A, Abolwafa N, Ahmed S. Fadiga e qualidade do sono e o efeito da Reflexologia Podal em crianças em idade escolar em Hemodiálise. *Jornal Egípcio de Cuidados de Saúde*. 2021 EJVH vol. 12 pag 2.
8. Karatas N, Dalgic A. Efeitos da reflexologia na saúde infantil: uma revisão sistemática. Elsevier Ltd.2020
9. Dehghanmehr S, Et al. O impacto da massagem de reflexologia podal na ansiedade causada por transfusão de sangue em crianças com talassemia. *IJPSR*, 2018; Vol. 9(5): 2053-2057. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2020.102364>