



## EFEITO DA MASSAGEM LABORAL NO NÍVEL DE ESTRESSE DE ACOMPANHANTES CUIDADORES DE PESSOAS COM CÂNCER

Suelen Priscila Ferreira Alves<sup>1</sup>, Juliana Gomes Fernandes<sup>2</sup>, Ana Carolina de Athayde Raymundi Braz<sup>3</sup>, Monica Angelica Cardoso Silva<sup>4</sup>, Tatiane Romanini R. Alencar<sup>5</sup>, Adriane de Lima Cardeal<sup>6</sup>

**RESUMO:** O câncer é uma das doenças mais temidas pela sociedade, seu diagnóstico e tratamento afetam toda a família. O acompanhante da pessoa com câncer enfrenta diversas dificuldades e frequentemente apresentam um alto nível de estresse. A massagem pode ser um dos cuidados recomendados para este acompanhante, pois o relaxamento é um dos seus principais benefícios. Desta forma, estabeleceu-se como objetivo verificar o efeito da massagem laboral no nível de estresse de acompanhante cuidadores de pessoas com câncer e comparar os valores no nível de estresse destas acompanhantes com mães de crianças saudáveis. Participaram da pesquisa 09 acompanhantes frequentadores de uma casa de apoio de Londrina e 6 mães de crianças saudáveis. A Escala de Estresse Percebido e um questionário foram utilizados como instrumentos de pesquisa e a intervenção ocorreu através de 5 e 10 sessões de massagem laboral. Todos os acompanhantes eram mulheres predominantemente mães e relataram como principais dificuldades a aceitação, duração, reações do tratamento e a distância do hospital, também relataram a importância da casa de apoio para amenizar estas dificuldades. Quanto à escala de estresse percebido pode-se perceber uma redução em seus valores após 5 e 10 sessões de massagem laboral e ao comparar estes valores com o de mães de crianças saudáveis verificou-se que são superiores para os acompanhantes. Durante a intervenção foi possível identificar vários pontos de tensão, principalmente na região superior das costas, ombros e braços. Ao final das sessões a massagem laboral foi avaliada positivamente e alguns benefícios como o relaxamento, alívio de dores, aumento da calma, felicidade e diminuição do cansaço foram relatados. Os benefícios da massagem laboral encontrados para esta população neste estudo corroboram com os resultados de outros autores. Deste modo concluiu-se que a massagem laboral pode reduzir o nível de estresse de acompanhantes de pessoas com câncer e contribuir para um relaxamento no mínimo momentâneo. Também pode-se concluir que é necessária a criação de espaços para o cuidado do acompanhante com o objetivo de amenizar o seu sofrimento.

**PALAVRAS-CHAVE:** Doença; Família; Massagem; Relaxamento.

### 1 INTRODUÇÃO

Na sociedade atual existe um grande número de pessoas com câncer. No Brasil estima-se que no biênio de 2012/2013 ocorram 518.510 novos casos de câncer e os tipos mais comuns serão câncer de pele não melanoma, próstata, útero, pulmão, cólon e reto, tireoide, estômago e mama (BRASIL, 2011).

De acordo com Brasil (2013), “câncer é o nome dado a um conjunto de doenças que tem em comum o crescimento desordenado (maligno) de células que invadem os tecidos órgãos, podendo espalhar-se (metástase) para outras regiões do corpo”. O diagnóstico desta doença é devastador tanto para o paciente como para seus familiares (FARIA; CARDOSO, 2010).

Este diagnóstico é realizado através de diversos e extensos exames, os sintomas e histórico de saúde do paciente são também analisados. Após o diagnóstico inicia-se o tratamento, este é específico para cada tipo de câncer e deve ocorrer com metas atingíveis (BARE; SMELTZER, 2002).

De acordo com Menezes et al (2007) apesar de todos os avanços tecnológicos na área da saúde o câncer ainda é visto como uma doença incurável. Desta forma, além de todos os cuidados prestados para o paciente, também se torna importante alguns cuidados com os seus acompanhantes.

Estudos mostram que o nível de sintomas de estresse em acompanhantes de pessoas com câncer é alto e este interfere no tratamento da doença (FARIA; CARDOSO, 2010).

Segundo Rossetti et al (2008, p.109) o estresse pode ser definido como: “toda reação do organismo, juntamente com os componentes psicológicos, físicos, mentais e hormonais que ocorre quando surge a necessidade de uma grande adaptação a um evento estressor, mas que será prejudicial se houver exposição prolongada ao evento ou uma predisposição do indivíduo a determinadas doenças.”

<sup>1</sup>Graduada em Educação Física pela Universidade Estadual de Londrina – UEL e Técnica em Massoterapia pelo Instituto Federal do Paraná – Campus Londrina – IFPR- Campus Londrina; E-mail: [suelen\\_ballet@hotmail.com](mailto:suelen_ballet@hotmail.com)

<sup>2</sup>Professora do Curso Técnico em Massoterapia do Instituto Federal do Paraná – IFPR- Campus Londrina; E-mail: [juliana.fernandes@ifpr.edu.br](mailto:juliana.fernandes@ifpr.edu.br)

<sup>3</sup>Professora do Curso Técnico em Massoterapia do Instituto Federal do Paraná – IFPR- Campus Londrina; E-mail: [ana.braz@ifpr.edu.br](mailto:ana.braz@ifpr.edu.br)

<sup>4</sup>Professora do Curso Técnico em Massoterapia do Instituto Federal do Paraná – IFPR- Campus Londrina; E-mail: [monica.silva@ifpr.edu.br](mailto:monica.silva@ifpr.edu.br)

<sup>5</sup>Professora do Curso Técnico em Massoterapia do Instituto Federal do Paraná – IFPR- Campus Londrina; E-mail: [tatiane.romanini@ifpr.edu.br](mailto:tatiane.romanini@ifpr.edu.br)

<sup>6</sup>Professora do Curso Técnico em Massoterapia do Instituto Federal do Paraná – IFPR- Campus Londrina; E-mail: [adriane.cardeal@ifpr.edu.br](mailto:adriane.cardeal@ifpr.edu.br)



O acompanhante apresenta estresse frequentemente, pois, sofre uma brusca mudança em sua rotina, na maioria das vezes abandona sua carreira e passa a maior parte de seu tempo ao lado do paciente. Esta pessoa enfrenta diversas dificuldades como longos períodos de espera, riscos físicos, mentais, emocionais e financeiros (REZENDE et al, 2005).

De acordo com Carvalho (2008) a família e o paciente sentem-se desamparados, o impacto causado pela doença gera sentimentos positivos e negativos no âmbito familiar e estes precisam ser compreendido pelos profissionais de saúde. A história de vida, contexto socioeconômico, cultural e familiar também devem ser analisados para cada caso. Ainda de acordo com este autor, seria necessário desenvolver espaços para cuidar dos acompanhantes, proporcionando uma assistência de qualidade, pois diminuiria assim também o estresse do paciente.

A construção de espaços específicos para dar apoio ao paciente com câncer e sua família pode contribuir com este objetivo (CARVALHO, 2008). As casas de apoio são um destes espaços, elas têm como objetivo fornecer apoio ao paciente e em especial a sua família, proporcionando melhora da qualidade de vida e suporte psicossocial e espiritual (BARE; SMELTZER, 2002). Nestas atividades podem estar incluso artesanatos, atividades físicas, brincadeiras, teatros e massagem.

A massagem é muito usada como tratamento complementar ou até mesmo como uma forma de prevenir doenças. O principal efeito da massagem é o relaxamento e este tem um valor terapêutico, pois muitas doenças são derivadas do estresse (CASSAR, 2001).

De acordo com Abreu, Souza e Fagundes (2012) a massagem proporciona diversos benefícios e ajuda no combate ao estresse, segundo alguns estudos, este relaxamento é obtido inclusive pela pessoa que realiza a massagem. Atualmente a massagem tem sido valorizada e reconhecida como uma atividade para o controle do estresse diário, com isto aumentou também o número de profissionais e os ramos de atuação nesta área. Existem diversos tipos de massagens e cada uma corresponde a um objetivo específico, porém todas elas proporcionam o relaxamento (NESSI, 2010).

A massagem laboral é uma técnica de massagem terapêutica normalmente realizada em ambiente de trabalho, ela também é conhecida como “quick” massagem ou massagem na cadeira. É uma massagem rápida com duração de 15 a 20 minutos, sua aplicação é realizada com a pessoa em uma cadeira especial. O terapeuta realiza manobras como o deslizamento, compressão, fricção, amassamento, vibração e percussão com as pontas dos dedos, cotovelos e palma das mãos, principalmente sobre as costas do paciente, que está mais exposta nesta posição, proporcionando um alívio às tensões (STEPHENS, 2008).

Deste modo esta massagem é muito procurada, pois demanda pouco tempo, recurso e espaço. Os benefícios dela são melhora da qualidade respiratória, aumento da disposição física, melhora da autoestima e diminuição do estresse (STEPHENS, 2008).

Bampi et al (2010) constatou redução do nível de estresse em 14 (quatorze) profissionais da área da saúde, após 12 (doze) sessões de massagem laboral. De acordo com seus resultados houve aumento da autoconfiança e melhora nas questões que envolviam tristeza, nervosismo e estresse. Engen et al (2012) também encontraram redução dos sintomas relacionados ao estresse, em 38 enfermeiros, após 10 (dez) semanas de massagem laboral.

Portanto, a massagem laboral é indicada para pessoas que se encontram com alta percepção de estresse, sendo assim, os acompanhantes cuidadores de pessoas com câncer podem do mesmo modo se beneficiar com esta prática.

Mackereth et al (2005), realizaram um estudo no qual era fornecido a massagem laboral para os acompanhantes de pacientes com câncer em um grande hospital do Reino Unido. Neste estudo foram encontrados benefícios como, a melhora física, psicológica e da qualidade do sono.

Segundo Mackereth et al (2005) os cuidadores avaliaram muito bem a prática da massagem laboral e ficaram surpresos por receberem atenção e cuidado, pois normalmente ficam marginalizados. O simples fato de receberem a massagem os incentivou a descrever seus problemas e desabafar com o pesquisador.

Além destes resultados este estudo ainda apontou que a massagem laboral para os acompanhantes também pode ser aprovada pelos pacientes, pois eles ficam preocupados com o efeito da doença sobre seus parentes e sentem se mais tranquilos com a adoção destes cuidados. Deste modo mostra se muito importante o cuidado com o acompanhante cuidador da pessoa com câncer, proporcionando um ambiente mais humanizado, onde possa encontrar apoio em meio a tantas dificuldades.

Entretanto poucos estudos são encontrados na literatura sobre este assunto, em especial no Brasil, embora haja um grande número de pessoas com câncer. Desta forma, estabeleceu-se como objetivo deste estudo verificar o efeito da massagem laboral no nível de estresse de acompanhantes cuidadores de pessoas com câncer de um hospital de Londrina/PR e comparar os valores no nível de estresse destas acompanhantes com mães de crianças saudáveis.



## 2 MATERIAL E MÉTODOS

O presente estudo teve uma abordagem experimental, que segundo Thomas e Nelson (2012, p.41) “é o tipo de pesquisa que envolve a manipulação de tratamentos na tentativa de estabelecer relações de causa e efeito”. Nesta pesquisa a massagem laboral foi o tratamento e o comportamento do nível de estresse foi à causa ou efeito.

### 2.1 LOCAL E AMOSTRA

A intervenção foi realizada em acompanhantes cuidadores de pessoas com câncer, 9 acompanhantes participaram deste estudo. As acompanhantes foram divididas em dois grupos, o grupo A recebeu 5 sessões de massagem laboral, o grupo B recebeu 10 sessões de massagem laboral. Todas participantes frequentam uma casa de apoio próximo ao Hospital do Câncer de Londrina. Esta casa de apoio é uma Organização Não Governamental (ONG) que oferece estadia, alimentação, atividades recreativas, remédios, cestas básicas, apoio social e psicológico, para pacientes e acompanhantes.

Os principais frequentadores desta casa são pessoas que moram fora da cidade de Londrina e se deslocam para realizar o tratamento. Estes deslocamentos normalmente acontecem em ambulâncias ou vans onde são transportados vários pacientes, portanto estas pessoas saem de suas cidades de manhã e retornam no final do dia ou dependendo do estágio do tratamento permanecem a semana toda voltando para suas casas apenas nos finais de semana.

O objetivo desta ONG é proporcionar um maior conforto aos pacientes e acompanhantes durante este período de espera. Desta forma, após encerrar o tratamento no hospital estas pessoas se deslocam para este local e aguardam o transporte para voltarem para suas casas.

### 2.2 PROCEDIMENTOS

Como instrumento de pesquisa foi utilizado a Escala de Estresse Percebido (Perceived Stress Scale – PSS), ela é composta por 14 (quatorze) questões com opções de respostas que variam de 0 (zero) a 4 (quatro) (0: Nunca, 1: Quase Nunca, 2: Às vezes, 3: Quase sempre, 4: Sempre) (BAMPI et al., 2010).

Nesta escala existem questões com conotação negativa (1, 2, 3, 8, 11, 12, 14), e positiva (4, 5, 6, 7, 9, 10 e 13). Desta forma as questões com conotação positiva serão somadas com a pontuação invertida. A soma da pontuação destas 14 (quatorze) questões é o total da escala e o escore pode variar de 0 a 56 (LUFT et al, 2007).

A intervenção ocorreu através da massagem laboral, sendo realizadas 5 sessões de massagem uma vez por semana no grupo A e 10 sessões de massagem uma vez por semana no grupo B, cada sessão teve um tempo médio de 15 (quinze) minutos. O participante era posicionado na cadeira e o terapeuta realizava manobras de deslizamento, compressão, fricção, amassamento, vibração, percussão e alongamento. Todas as sessões de massagem foram realizadas na ONG.

Antes de iniciar a pesquisa foi realizado um contato com o responsável pelo local, onde aconteceu a intervenção e coleta de dados. Este contato foi realizado para explicar os objetivos da pesquisa e receber a autorização do responsável pela casa de apoio para a realização da pesquisa.

Após este primeiro contato com a instituição, os acompanhantes cuidadores das pessoas com câncer foram esclarecidos sobre a pesquisa e assinaram o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE). Somente após a entrega do TCLE, os acompanhantes foram convidados a responder a PSS e posteriormente receberam as sessões de massagem laboral.

Ao final das 05 e 10 sessões de massagem os participantes da pesquisa responderam novamente a PSS e um questionário sobre a rotina do tratamento e massagem.

Com fins comparativos, a PSS também foi aplicada em 6 mães de crianças saudáveis.

### 2.3 ANÁLISE DOS DADOS

Para a verificação dos dados da PSS, foi utilizada a análise descritiva por média e para verificar os dados do questionário foi utilizada a análise de conteúdo. Esta análise é particularmente utilizada para estudar materiais qualitativos e Richardson (1989, p.223) afirma que ela é “um conjunto de instrumentos metodológicos aperfeiçoados que se aplicam a discursos diversos”.

## 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

O estudo teve início com 09 acompanhantes, porém 03 destes não puderam participar da intervenção por motivos relacionados ao tratamento do paciente oncológico ou por não se adaptarem bem à técnica. Dos 06 acompanhantes que participaram do estudo 03 realizaram 5 sessões de massagem e 03 realizaram 10 sessões.



Ao frequentar a casa de apoio pode-se verificar uma maior presença de mulheres no acompanhamento, na maioria dos casos, a mãe. Destes 06 entrevistados 04 são mães dos pacientes, 01 é tia e 01 é avó. Em alguns dias foi possível notar a presença da mãe e do pai, ou de outros membros da família, porém, na maioria das vezes, a mãe estava sempre presente.

Em relação ao tempo de tratamento, verificou-se que o paciente mais recente está em tratamento há um ano e meio e o mais antigo já acontece há sete anos e meio, todas as acompanhantes estão desde o início do tratamento.

Segundo estas acompanhantes as dificuldades são muitas “O tratamento todo é difícil, à distância, a reação do tratamento é tudo difícil” (acompanhante 5), “As maiores dificuldades são as reações dos medicamentos, o tempo de duração do tratamento e a distância do hospital.” (acompanhante 3) no geral as maiores dificuldades citadas foram, a aceitação do tratamento, a duração, a reação dos remédios e a distância do hospital em relação às suas casas, pois todas moram fora da cidade.

A distância também foi comentada quando questionadas sobre os serviços prestados pela ONG, em razão da distância algumas acompanhantes relataram ter a ONG como um lar “É fundamental para nós, pois moramos longe e a ONG é uma extensão de nossa casa” (acompanhante 3), outras relataram os serviços como, primordial, maravilhoso e ótimo.

De todos os serviços realizados pela ONG os mais citados foram, à hospedagem, a alimentação, a recreação e os cuidados com os pacientes. Quanto a prestação de serviços foi citado, “Gosto, porque faz tudo, cuida a comida é boa” (acompanhante 6), “É ótimo se precisar fico hospedada, frequentei muito o ano passado devido as internações” (acompanhante 2).

Estes resultados corroboram com a descrição de Bare e Smeltzer (2002) segundo estes autores, as atividades nas casas de apoio são bem variadas com o principal objetivo de promover o relaxamento, tranquilizar e cuidar da família.

Quanto à massagem laboral foi possível notar certa resistência no início do estudo por medo, vergonha ou falta de conhecimento sobre esta prática “...nas primeiras sessões fiquei envergonhada...” (acompanhante 3). Pode-se perceber também certa resistência das acompanhantes de acordo com o estado de saúde da criança, na maioria das vezes quando a criança estava mais debilitada ou internada a acompanhante não aceitava a massagem. Um sentimento de falta de merecimento parece estar envolvido nesta escolha.

Apesar da resistência inicial ao final das 05 e 10 sessões todas as acompanhantes avaliaram positivamente a massagem, foi citado “Maravilhosa, melhora bastante o cansaço, dá mais tranquilidade, quando tem a massagem chego em casa bem” (acompanhante 1), algumas citaram a massagem como ótima, importante, maravilhosa e prazerosa.

Uma das acompanhantes relatou uma melhora bem significativa na região da lombar, ela disse que já sentia a dor há muito tempo e que com a massagem em duas semanas já podia realizar movimentos que antes estava impossibilitada. Está acompanhante viajava 4 horas para chegar até Londrina e toda semana fazia este mesmo trajeto. Sobre a massagem ela cita, “ótima, sem comentários, ajuda bastante, importante na ONG” (acompanhante 2).

Os principais benefícios da massagem relatados pelas acompanhantes foram relaxamento, alívio de dores nas costas, auxílio para situações de estresse, aumento da calma, felicidade e diminuição do cansaço. “Pude perceber que é muito importante, pois faz muito bem. A cada dia que fiz a massagem aqui na ONG e a cada sessão me sentia melhor, mais calma e feliz!!!” (acompanhante 3).

Estes resultados corroboram com Mackereth et al (2008), que no seu estudo disponibilizou cadeiras de massagem em uma sala de espera de um hospital do câncer. De acordo com seus resultados, acompanhantes e pacientes avaliaram a massagem laboral positivamente e relataram como benefícios, o relaxamento, aumento da concentração e diminuição da ansiedade, ficaram surpresos com o seu efeito relaxante, eles ainda relataram que, enquanto recebiam a massagem podiam descansar e esquecer um pouco o motivo por estar no hospital.

A catarse devido à massagem também pode ser identificada no presente estudo quando citado “A massagem laboral proporciona um momento de relaxamento, onde de certa forma nos “desligamos” dos problemas do dia a dia.” (acompanhante 4).

Durante os atendimentos pode-se perceber que os acompanhantes encontravam dificuldades em relatar suas tensões embora dissessem não ter queixas a princípio, durante a massagem era possível identificar diversas tensões musculares. Os músculos mais afetados eram os, paravertebrais, trapézio, levantador da escápula, romboides, quadrado lombar e os músculos do antebraço. Ao final das sessões foi possível observar em alguns casos, a diminuição da tensão e o aumento do alongamento principalmente na cervical.

A percepção das próprias tensões também foi relatada por Mackereth et al (2005), segundo este estudo o simples fato de receberem a massagem tornou os acompanhantes mais cientes da tensão muscular e estresse causado pelas rotinas hospitalares.

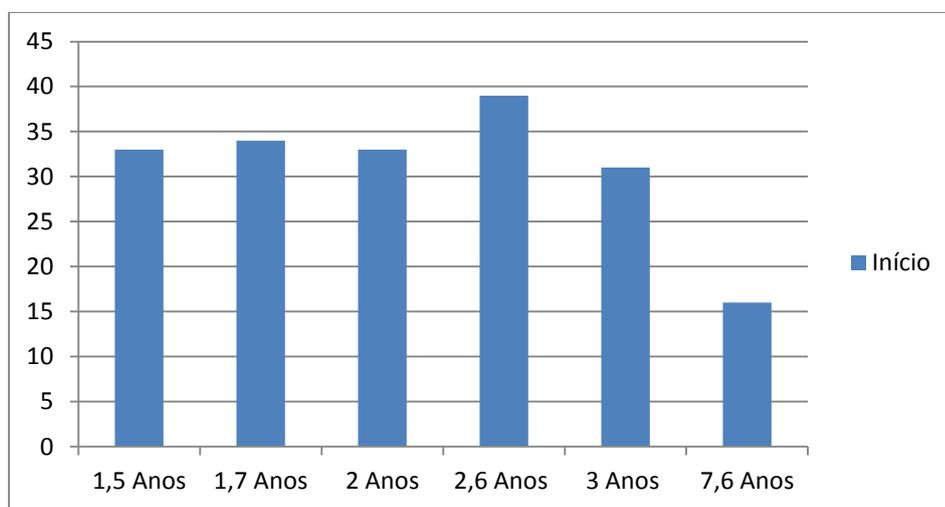
Em relação aos resultados da PSS verificou-se que o tempo de tratamento pode interferir no nível de estresse dos acompanhantes. No gráfico 1, podemos verificar os valores individuais da PSS no início, por tempo de tratamento.



Neste estudo os tratamentos mais longos apresentaram menor nível de estresse. As dificuldades encontradas em relação à aceitação da doença pode ser uma das causas para estes resultados e evidenciam a necessidade de cuidados maiores nesta fase do tratamento. “O começo é mais difícil, diagnóstico.” (acompanhante 1), de acordo com as acompanhantes nesta fase elas sentem-se como se tivesse perdido o controle da vida, “Uma das maiores dificuldades é a aceitação da doença, pois é algo que está além do nosso controle” (acompanhante 4).

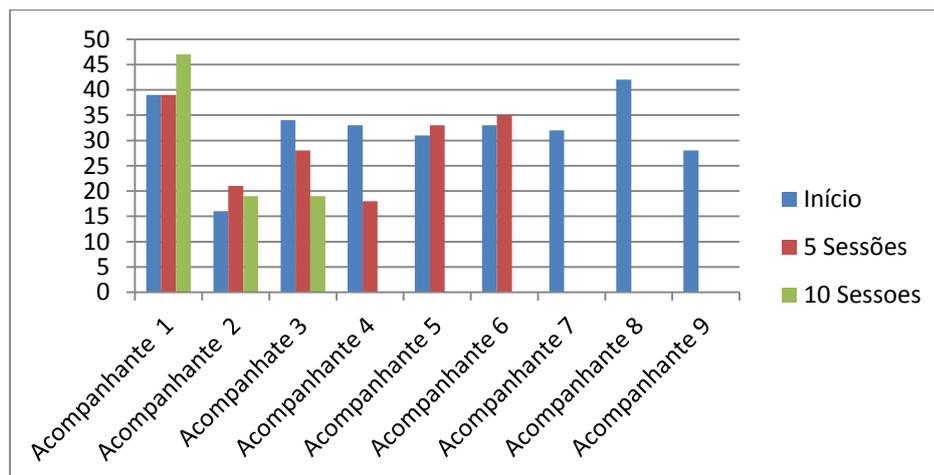
No gráfico 2 podemos verificar os valores individuais da PSS no início, ao final das 5 sessões e ao final das 10 sessões, os valores iniciais das acompanhantes que não puderam concluir o estudo também foram analisados. Foi possível identificar a redução progressiva nos valores da PSS de duas acompanhantes após as sessões de massagem e uma manutenção ou acréscimo nos valores individuais das demais.

Provavelmente a manutenção ou acréscimo encontrados nos valores da PSS durante este estudos estejam relacionados com o período de tratamento do paciente. Durante o tratamento a criança está susceptível a contrair inúmeras infecções devido à queda do sistema imune, além de todas as reações dos medicamentos. Estes acontecimentos interferem no nível de estresse de seus acompanhantes. Elas relatam também que a mudança de tratamento, indicação para transplante ou a retirada dos remédios causam uma ansiedade muito grande, pois não sabem como a criança vai reagir a cada procedimento.



**Gráfico 1:** Valores individuais da (PSS) no início por tempo de tratamento

Fonte: dados da pesquisa



**Gráfico 2:** Valores individuais da (PSS)

Fonte: dados da pesquisa

No gráfico 3 podemos ver os valores médios das acompanhantes divididas em dois grupos, grupo A 5 sessões e grupo B 10 sessões de massagem laboral. Podemos ver também os valores da PSS de mães de crianças saudáveis. Quando comparados os valores médios pode-se visualizar uma diferença em relação ao início, 05 e 10 sessões, sendo os valores finais inferiores aos iniciais.



Estes resultados corroboram com outro estudo realizado por Brennan e Debate (2006) no qual também foi encontrada a redução da percepção de estresse em enfermeiros após sessões de 10 minutos de massagem laboral. Neste estudo foram comparados dois grupos, um grupo recebia a massagem enquanto o outro apenas fazia o coffee break e a redução da percepção de estresse foi maior no grupo que recebeu a massagem.

O estudo de Engen et al (2012) também concluiu que, 10 semanas de massagem laboral foram eficazes para reduzir os sintomas de estresse em 38 enfermeiros. Neste estudo a massagem foi muito apreciada pelos enfermeiros, os efeitos foram encontrados desde a quinta semana.

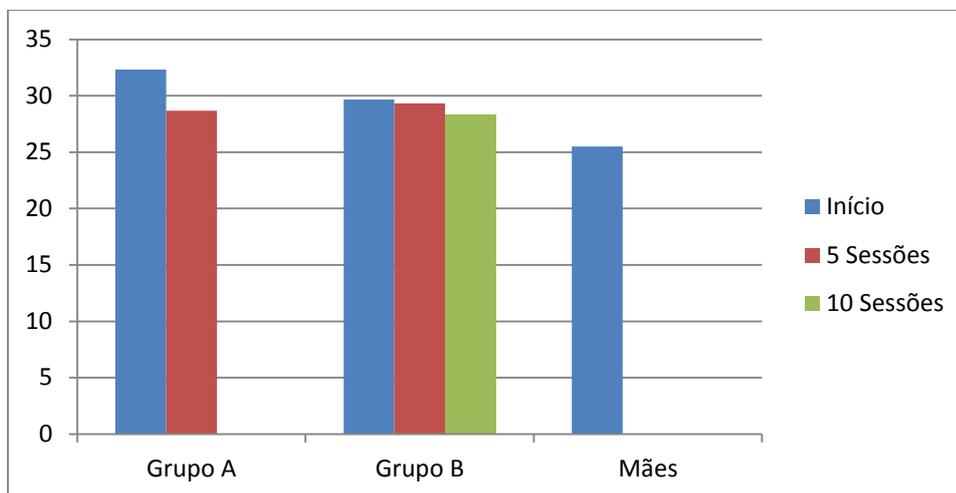


Gráfico 3: Média por grupos da (PSS)

Fonte: dados da pesquisa

Quando comparados com outras mães pode-se perceber que os valores médios encontrados no PSS inicial, são maiores nas acompanhantes. Este resultado enfatizada a necessidade de cuidado para esta população.

De acordo com os relatos delas, algumas fases do tratamento são muito complicadas e causam sentimentos como medo, ansiedade e preocupação e estes podem ser alguns dos motivos causadores de estresse nestas pessoas. Estes resultados corroboram com o estudo realizado por Faria e Cardoso (2010), no qual foi identificado indicadores de presença de estresse em 50% dos acompanhantes cuidadores de criança com câncer.

#### 4 CONCLUSÃO

O presente estudo objetivou verificar o efeito da massagem laboral no nível de estresse de acompanhantes cuidadores de pessoas com câncer. Para atingir este objetivo foi realizado um tratamento de 05 ou 10 sessões de massagem e aplicado a PSS no início, na quinta sessão e ao final do tratamento onde também foi aplicado um questionário aberto. Os valores da PSS foram também comparados com os de outras mães.

Após analisar os resultados das PSS, do questionário e das evoluções diárias foi possível concluir que a massagem laboral pode reduzir o nível de estresse de acompanhantes de pessoas com câncer e contribuir para um relaxamento no mínimo momentâneo. Pode-se concluir também que estas acompanhantes apresentam-se frequentemente com a presença de estresse, pois enfrentam inúmeras dificuldades durante um longo período. Estes fatores provocam muitas tensões musculares, portanto a massagem laboral é realmente indicada para esta população e precisa ser melhor investigada.

Uma das limitações deste estudo é a falta de um grupo controle para verificar se os efeitos ocorridos nos valores da PSS decorriam da massagem ou do tempo, entretanto a presença de um grupo controle diminuiria o número de participantes que já era reduzido. A frequência na casa de apoio depende do tratamento do paciente, desta forma dificulta uma intervenção em longo prazo.

Para estudos futuros seria interessante realizar a pesquisa abrangendo mais casas de apoio, bem como um número maior de participantes e se possível com a inserção de um grupo controle. O tratamento é uma variável importante também para ser analisada, pois no presente estudos algumas acompanhantes relataram os benefícios da massagem, mas tiveram um aumento no nível de estresse em decorrência de complicações no tratamento.

Apesar das limitações encontradas os benefícios da massagem laboral foram apreciados neste estudo e considerados novidade para a maioria das participantes. Além da importância da massagem laboral foi possível identificar também a importância da casa de apoio, que é um suporte para estas acompanhantes, mais espaços como estes precisam ser criados e apoiados para auxiliar a família e o paciente.



Nas casas de apoio na maioria das vezes os pacientes e acompanhantes permanecem juntos, o papel de cuidar do acompanhante é mantido. Portanto, seria muito interessante também a criação de espaços específicos para cuidar do acompanhante no qual poderiam estar inseridos tratamentos médicos, psicológicos e complementares como a massagem. Estes espaços talvez facilitassem ao menos um pouco as dificuldades encontradas no tratamento e diminuiria as possibilidades deste acompanhante também adoecer após um tempo.

## REFERÊNCIAS

ABREU, M. F.; SOUZA, T. F.; FAGUNDES, D. S. **Os efeitos da massoterapia sobre o estresse físico e psicológico**. Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente, v.3, n.1, 2012.

BAMPI, R et al. **Avaliação do estresse percebido dos profissionais de saúde antes e após sessões de massoterapia laboral**. Revista Matogrossense de enfermagem, Mato Grosso, v. 1, n. 1, 2010.

BARE, B. G.; SMELTZER S. C. **Tratado de Enfermagem Médico – Cirúrgica**. Tradução de Brunner & Suddarth. 9. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002.

BRASIL. Ministério da Saúde. (2011). **Instituto Nacional do Câncer**. Disponível em: <http://www.inca.gov.br/estimativa/2012/estimativa20122111.pdf>. Acesso em: 27 out. 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. (2013). **Instituto Nacional do Câncer**. Disponível em: [http://www1.inca.gov.br/conteudo\\_view.asp?id=322](http://www1.inca.gov.br/conteudo_view.asp?id=322). Acesso em: 17 out. 2013.

BRENNAN, M. K.; DEBATE, R. D. **The effect of chair massage on stress perception of hospital bedside nurses**. Journal of Bodywork and Movement Therapies, v. 10, n.18, out. 2006.

CARVALHO, C. S. U. **A Necessária Atenção à Família do Paciente Oncológico**. Revista Brasileira de Cancerologia, v. 54, n. 1, 2008.

CASSAR, M. P. **Manual de massagem terapêutica**. São Paulo: Manole, 2001.

ENGEN, D. J. et al. **Feasibility and effect of chair massage offered to nurses during work hours on stress-related symptoms: a pilot study**. Complementary Therapies in Clinical Practice, v. 18, n. 4, nov. 2012.

FARIA, A. M. D. B.; CARDOSO, C. L. **Aspectos psicossociais de acompanhantes cuidadores de crianças com câncer: stress e enfrentamento**. Estudos de Psicologia, Campinas, v. 27, n. 1, jan./mar. 2010.