MASSAGEM NO TRATAMENTO DA CÓLICA INFANTIL: UMA REVISÃO BASEADA NA EVIDÊNCIA

MASSAGE IN THE TREATMENT OF INFANTILE COLIC: EVIDENCE-BASED RESEARCH

Autores:
Sara M. Silva[1], Miguel Costa[2]

RESUMO

Introdução: A cólica infantil caracteriza-se por choro sem razão aparente, que dura três ou mais horas por dia, três ou mais dias por semana, que persiste por três ou mais semanas, em lactentes saudáveis, com menos de três meses de idade. Várias medidas terapêuticas têm sido propostas, incluindo a massagem. O objetivo do presente trabalho é rever a evidência existente sobre a eficácia da massagem no tratamento da cólica infantil.
Métodos: Pesquisa bibliográfica de artigos publicados nos últimos 15 anos, até 25 de junho de 2018, nas bases de dados de Medicina Baseada na Evidência, utilizando a combinação de termos MeSH: *Newborn* OR *Infant* OR *Child* OR *Pediatrics* AND *Colic* AND *Massage*. Foi utilizada a escala *Strength of Recommendation Taxonomy da American Family Physician* para atribuição dos níveis de evidência (NE) e forças de recomendação (FR).
Resultados: Foram encontradas 49 publicações, tendo sido incluídos na revisão três artigos originais - três ensaios clínicos aleatorizados (ECA), que mostram eficácia da massagem na melhoria da cólica infantil, com NE 2, respetivamente.
Discussão: Os ECA's incluídos nesta revisão indicam que a massagem pode ser uma intervenção eficaz na cólica infantil. Contudo, esta recomendação deve ser considerada com cautela, atendendo ao número reduzido de estudos nesta área, à heterogeneidade dos estudos incluídos, à duração e dimensão reduzidas dos estudos, e a subjetividade e possibilidade de viés de registo dos parâmetros avaliados. Os autores consideram ser necessários mais estudos que atestem a eficácia da massagem na cólica infantil.
Conclusão: Existe evidência sobre a eficácia da massagem no tratamento da cólica infantil, com uma FR B.

Palavras-chave: cólica infantil; massagem; lactente
Keywords: Keywords: infantile colic; massage; lactent

INTRODUÇÃO

Segundo *Wessel*, a cólica infantil caracteriza-se clinicamente pelo choro sem razão aparente, que dura três ou mais horas por dia, três ou mais dias por semana, que persiste por três ou mais semanas em lactentes saudáveis com menos de três meses de idade.[1-5] É mais comum por volta das seis semanas de vida e, tipicamente, resolve espontaneamente por volta dos três a seis meses de idade.[2,5,6]

A prevalência desta entidade varia de 8 a 40%, de acordo com a definição utilizada, o tipo de estudo, a população em estudo e a perceção dos cuidadores em relação à duração do choro.[1,4]

A etiologia é desconhecida, contudo são propostos vários fatores que poderão estar envolvidos na sua génese, nomeadamente distúrbios da amamentação, alterações inflamatórias intestinais, imaturidade intestinal, intolerâncias alimentares, desvios da microflora intestinal e tabagismo materno ativo ou em suplementação com nicotina.[1,2,5]

A cólica infantil apresenta efeitos negativos, não só no lactente, como nos cuidadores, provocando ansiedade e afetando negativamente a qualidade da relação mãe-filho, sendo importante o tratamento da mesma.[1,2,5]

Várias medidas terapêuticas têm sido sugeridas na literatura, nomeadamente a utilização de probióticos, fármacos, medidas dietéticas, suplementos naturais, manipulação osteopática e quiroprática, acupuntura e massagem.[2]

A massagem consiste numa sequência de movimentos harmónicos realizados sobre o corpo, com o intuito de promover o relaxamento muscular e melhorar a circulação sanguínea e o peristaltismo intestinal.[3] Através destes mecanismos poderá reduzir os sintomas associados à cólica infantil.[3] Apresenta como vantagens tratar-se de um método inócuo, barato e que aproxima os cuidadores do lactente.

O objetivo do presente trabalho é rever a evidência existente sobre a eficácia da massagem no tratamento da cólica infantil.

1. Médica Interna de Formação Específica em Medicina Geral e Familiar, USF Terras de Santa Maria, ACES Entre Douro e Vouga I - Feira/Arouca
2. Assistente Hospitalar Graduado de Pediatria, Centro Hospitalar entre Douro e Vouga

MÉTODOS

Foi feita pesquisa bibliográfica de todos os artigos publicados em língua portuguesa ou inglesa nos últimos 15 anos, até 25 de junho de 2018, utilizando a combinação de termos *MeSH Newborn* OR *Infant* OR *Child* OR *Pediatrics* AND *Colic* AND *Massage.* Pesquisaram-se meta-análises (MA), revisões sistemáticas (RS), ensaios clínicos aleatorizados (ECA) e normas de orientação clínica (NOC).

Foram utilizadas as seguintes bases de dados: *Medline/Pubmed, The Cochrane Database, Trip Database, Bandolier, DARE, National Guideline Clearinghouse, Guideline Finder, Index* de Revistas Médicas Portuguesas e referências bibliográficas dos artigos selecionados.

A população em estudo incluiu lactentes com menos de três meses de idade, que apresentassem cólicas infantis. A intervenção avaliada foi a aplicação de massagem comparativamente com embalar ou nenhuma intervenção. O *outcome* de interesse foi definido como redução das cólicas.

Os autores utilizaram a taxonomia *Strength of Recommendation Taxonomy*, da *American Family Physician*, para classificação da qualidade dos estudos e atribuição dos níveis de evidência (NE) e forças de recomendação (FR).

RESULTADOS

Da pesquisa bibliográfica realizada foram encontrados 49 artigos. Após aplicação dos critérios de inclusão, excluíram-se 41 artigos pelo título ou resumo, excluíram-se quatro artigos que se encontravam duplicados e um artigo após leitura integral, tendo sido incluídos três artigos na revisão (quadro I).

Os três artigos incluídos na revisão tratam-se de artigos originais, constituindo ensaios clínicos aleatorizados (ECA), e encontram-se resumidos no quadro II.

O ECA de *Nahidi* e colaboradores de 2017 (NE 2) tinha como objetivo comparar o efeito da massagem face ao embalar no padrão de choro. Para tal definiu o padrão de choro tendo por base o número de crises, a duração e o grau de severidade. Foram incluídos no estudo cerca de 100 lactentes com menos de 12 semanas de idade e com diagnóstico de cólica infantil segundo os critérios de *Wessel,* não submetidos a terapêutica farmacológica. Os 100 lactentes foram divididos em dois grupos de igual tamanho e acompanhados durante uma semana. Num dos grupos, os lactentes foram submetidos a massagens com a duração de 15 a 20 minutos, duas vezes por dia; no outro grupo os lactentes foram embalados durante cinco a 20 minutos, sempre que surgissem os sintomas. Em ambos os grupos foram determinados o valor médio de número de crises, a duração e o grau de severidade no primeiro e no último dia, e foram comparados estes valores, fazendo a diferença das médias entre o último dia e o primeiro do estudo. Encontraram-se diferenças estatisticamente significativas ($p < 0{,}001$) em ambos os grupos em todos os parâmetros avaliados, contudo superiores no grupo da massagem.

Relativamente ao ECA de *Sheidaei* e colaboradores de 2016 (NE 2), este apresenta-se com um desenho muito semelhante ao estudo descrito anteriormente. O objetivo foi comparar a eficácia da massagem e do embalar na cólica infantil, determinando para tal a diferença entre o último e o primeiro dia de intervenção dos valores médios do número de crises, da duração do choro e da severidade das crises. Foram incluídos 100 lactentes com idade inferior a 12 semanas e o diagnóstico de cólica infantil de acordo com os critérios de *Wessel*, não submetidos a terapêutica farmacológica. Os lactentes foram divididos em dois grupos de igual tamanho e intervencionados ao longo de uma semana. Um dos grupos foi submetido a massagens durante 15 a 20 minutos, duas vezes por dia; o outro grupo foi embalado cinco a 20 minutos, sempre que surgissem sintomas. Encontraram-se

Quadro I. Artigos encontrados, excluídos e incluídos na revisão por base de dados consultada.

Base de Dados	Total	Artigos excluídos pelo título ou resumo	Artigos excluídos pelo idioma	Artigos selecionados para leitura integral	Artigos excluídos após leitura integral	Artigos incluídos
Medline/Pubmed	28	24	0	4	1	3
Cochrane Database	5	5	0	0	0	0
Trip Database	9	9	0	0	0	0
Bandolier	0	0	0	0	0	0
DARE	0	0	0	0	0	0
National Guideline Clearinghouse	0	0	0	0	0	0
Guidelines Finder	7	7	0	0	0	0
Index de Revistas Médicas Portuguesas	0	0	0	0	0	0
TOTAL	49	45	0	4	1	3

Quadro II. Resumo dos artigos incluídos na revisão.

ARTIGOS ORIGINAIS				
Referência	**Metodologia**	**Intervenção**	**Resultados**	**NE**
***Nahidi et al* (2017)**	Tipo de estudo: ECA População: 100 lactentes < 12 semanas, com cólica infantil, sem terapia farmacológica Duração do estudo: uma semana	**Massagem** 15-20 minutos 2x/dia (n = 50) *vs* **Embalar** 5-20 minutos sempre que os sintomas surgissem (n = 50)	**Padrão de choro (nº de crises, duração e severidade):** → Comparação da média dos resultados do 1º e do último dia de estudo: Diferenças estatisticamente significativas ($p < 0{,}001$) em todos os parâmetros, em ambos os grupos, em sentido decrescente, contudo superiores no grupo da massagem → Massagem (média do último dia – média 1º dia): - nº de crises: - 4,08 ($p < 0{,}001$) - duração (h): - 2,80 ($p < 0{,}001$) - *score* de severidade: 2,42 ($p < 0{,}001$) → Embalar: - nº de crises: - 0,56 ($p < 0{,}001$) - duração (h): - 0,28 ($p < 0{,}001$) - *score* de severidade: - 0,67 ($p < 0{,}001$)	2
***Sheidaei et al* (2016)**	Tipo de estudo: ECA População: 100 lactentes < 12 semanas, com cólica infantil, sem terapia farmacológica Duração do estudo: uma semana	**Massagem** 15-20 minutos 2x/dia (n = 50) *vs* **Embalar** 5-20 minutos sempre que os sintomas surgissem (n = 50)	**Padrão de choro (nº de crises, duração e severidade):** → Comparação da média dos resultados do 1º e último dia do estudo: Diferenças estatisticamente significativas em todos os parâmetros, em sentido decrescente, no grupo da massagem; sem diferenças estatisticamente significativas no grupo de embalar → Massagem (média do último dia – média 1º dia): - nº de crises: - 4,08 ($p < 0{,}001$) - duração (h): - 2,80 ($p < 0{,}001$) - *score* de severidade: - 2,41 ($p < 0{,}001$) → Embalar: - nº de crises: - 0,56 ($p = 0{,}16$) - duração (h): - 0,27 ($p = 0{,}36$) - *score* de severidade: 0,59 ($p = 0{,}02$)	2
***Çetinkaya et al* (2012)**	Tipo de estudo: ECA População: 40 lactentes ≤ 6 semanas, com cólica infantil, sem terapia farmacológica Duração do estudo: quatro semanas	**Massagem** usando 1 gota de óleo de lavanda em 20 mL de óleo de amêndoa, 1 a 2 minutos após o início dos sintomas, com duração de 5 a 15 minutos (n = 20) *vs* **Não intervenção** (n = 20)	**Duração do choro:** → Comparação dos resultados do 1º dia e da média semanal de cada semana do estudo: Diferenças estatisticamente significativas no grupo da massagem em todas as semanas face à observação inicial, em sentido decrescente, maiores à medida que progrediram as semanas do estudo; sem diferenças estatisticamente significativas no grupo não intervencionado → Massagem (média da semana x – média do 1º dia): - Semana 1: - 8,09 ($p < 0{,}01$) - Semana 2: - 8,89 ($p < 0{,}01$) - Semana 3: - 10,73 ($p < 0{,}01$) - Semana 4: - 12,62 ($p < 0{,}01$) → Não intervenção: - Semana 1: - 2,42 ($p > 0{,}01$) - Semana 2: - 1,38 ($p > 0{,}01$) - Semana 3: - 1,78 ($p > 0{,}01$) - Semana 4: - 0,05 ($p > 0{,}01$)	2

diferenças estatisticamente significativas ($p < 0{,}001$) apenas no grupo da massagem.

O último ECA incluído, de *Çetinkaya e Basbakkal,* de 2012 (NE 2), tinha como objetivo avaliar o efeito da massagem com óleo de lavanda na cólica infantil, através da determinação da duração do choro. Foram incluídos no estudo 40 lactentes com idade igual ou inferior a seis semanas, com o diagnóstico de cólica infantil, não submetidos a terapia farmacológica, e acompanhados durante quatro semanas. Estes lactentes foram aleatorizados em dois grupos de igual tamanho; num dos grupos os lactentes foram submetidos a massagem, usando uma gota de óleo de lavanda em 20 mL de óleo de amêndoa, um a dois minutos após o início dos sintomas, com duração de cinco a 15 minutos; no outro grupo os lactentes não foram intervencionados. Foram feitas determinações semanais da duração média do choro semanal, ao longo das quatro semanas de estudo, e comparadas com a duração do dia um de estudo. No grupo da massagem encontraram-se diferenças estatisticamente significativas ($p < 0{,}01$) em todas as semanas face à observação inicial, em sentido decrescente, maiores à medida que progrediram as semanas do estudo; não se encontraram diferenças estatisticamente significativas no grupo não intervencionado.

DISCUSSÃO

Os ensaios clínicos incluídos nesta revisão indicam que a massagem pode ser uma intervenção eficaz na cólica infantil, comparativamente com o embalar e a não intervenção (FR B).[3-5]

Contudo, esta recomendação deve ser considerada com cautela, atendendo às limitações desta revisão, nomeadamente o número reduzido de estudos encontrados nesta área. Por outro lado, os estudos incluídos são muito heterogéneos quanto à metodologia e à intervenção – no estudo de *Nahidi* e colaboradores (2017) e no estudo de *Sheidaei* e colaboradores (2016) foi executada massagem simples; no estudo de *Çetinkaya* e *Basbakkal* (2012) a massagem foi executada utilizando óleo de lavanda, não sendo possível distinguir se o efeito obtido foi resultado da massagem, da utilização do óleo ou de ambos. Outra limitação metodológica dos estudos incluídos nesta revisão prende-se com o facto de não ser explícito o método utilizado para massajar, podendo este ter tido alguma influência nos resultados. Adicionalmente, a dimensão e duração dos três estudos foram relativamente reduzidas, o que condiciona as conclusões dos mesmos. Os parâmetros avaliados que possibilitaram chegar à conclusão se houve ou não melhoria da cólica – o número de crises, a duração e a severidade – são parâmetros sujeitos a subjetividade e falha de registo por parte do observador.

Como pontos fortes desta revisão aponta-se o facto de, em todos os estudos, a cólica infantil ter sido diagnosticada de acordo com os critérios de *Wessel*; a atualidade e pertinência do tema, tendo em conta o potencial terapêutico e inocuidade da intervenção; a escassez de revisões deste tema na literatura.

Assim, considera-se não ser possível obter uma conclusão cabal e inequívoca sobre a eficácia da massagem na cólica infantil. São necessários mais estudos, de maiores dimensões e duração, homogéneos e de boa qualidade, que atestem a eficácia da massagem na cólica infantil.

CONCLUSÃO

Existe evidência sobre a eficácia da massagem no tratamento da cólica infantil, com uma FR B.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. Turner TL; Palamountain S. Infantile colic: Clinical features and Diagnosis. UpToDate. Maio de 2018.
2. Johnsson J, Cocker K, Chang E. Infantile Colic: Recognition and Treatment. Am Fam Physician. 2015; 92(7): 577-82.
3. Nahidi, Fatemah; Gazerani, Nafiseh; Yousefi, Parsa; Abadi, Ali Reza. The Comparison of the Effects of Massaging and Rocking on Infantile Colic. Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research. 2017; 22(1): 67-71.
4. Sheidaei, Ali; Abadi, Alireza; Zayeri, Farid; Nahidi, Fatemeh; Gazerani, Nafiseh; Mansouri, Anita. The effectiveness of massage therapy in the treatment of infantile colic symptoms: A randomized controlled trial. Med J Islam Repub Iran. 2016;30:351.
5. Çetinkaya; Bengü; Basbakkal, Zümrüt. The effectiveness of aromatherapy massage using lavender oil as a treatment for infantile colic. International Journal of Nursing Practice. 2012; 18: 164-69.
6. Turner, Teri Lee; Palamountain, Shea. Infantile colic: Managment and Outcome. UpToDate. Maio de 2018.

CONFLITOS DE INTERESSE:
Os autores declaram publicamente não apresentar conflitos de interesse.

CORRESPONDÊNCIA:
Sara M. Silva
sara.silva.2222@gmail.com

RECEBIDO: 30 de outubro de 2018 | ACEITE: 19 de abril de 2019