

Terapia da fibromialgia - massagem melhor que relaxamento

DOL — Dor On Line · Boletim Científico sobre Dor · ISSN 2446-6670

Comparando 24 pacientes selecionados aleatoriamente, foram realizadas sessões de 30 minutos de massagem ou relaxamento. Depois de 5 semanas, observou-se que somente o grupo que recebeu massagem terapêutica apresentou aumento no número de horas de sono, diminuição na frequência de movimentos durante o sono, queda nos níveis de substância P, em geral associados à presença de dor, e diminuição no número de trigger points (pontos de disparo). Os autores do estudo salientam que a comparação entre as terapias com efetividade no tratamento da fibromialgia é importante na escolha do melhor procedimento terapêutico.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/terapia-da-fibromialgia-massagem-melhor-que-relaxamento · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.