

EFEITOS DA FONOFORESE E MASSAGEM MODELADORA NA ADIPOSIDADE LOCALIZADA DE ABDOME E FLANCOS

Anna Thereza Pacheco do Carmo; Gilian Fernanda Dias Erzinger¹; Morgana Bacini²

1 - Instituto Brasileiro de Therapias e Ensino, Curitiba, Paraná; Centro de Estudo, Pesquisa e Extensão em Saúde, Curitiba, Paraná.

2 – Instituto Brasileiro de Therapias e Ensino, Curitiba, Paraná.

Introdução

A adiposidade localizada é uma projeção de gordura em regiões específicas do corpo que podem ser encontradas mesmo em mulheres magras. Alguns tratamentos clínicos podem induzir sua redução para fins estéticos e até mesmo estimular a prevenção de complicações como a obesidade. A utilização do ultra-som associada à cafeína reduz a espessura da hipoderme em consequência da lipólise. Os efeitos da massagem manual no tratamento de adiposidade localizada podem ser explicados através de seus efeitos fisiológicos.

Objetivo

Verificar a eficiência do tratamento da fonoforese associada à massagem modeladora em região de abdome e flancos para redução da adiposidade localizada em mulheres.

Materiais e métodos

Foram selecionadas 10 mulheres entre 22 e 29 anos de idade de acordo com os critérios de inclusão e exclusão delimitados para a pesquisa. Foram submetidas a 12 sessões de fonoforese, gel condutor com fluido de cafeína, com ultra-som de 3 MHz, ERA de 5 cm², modo contínuo e intensidade de 1,2W/cm² não ultrapassando 18 minutos no total. Após a fonoforese foi realizada a massagem modeladora por 20 minutos, três vezes por semana. A avaliação ocorreu antes e depois do tratamento por meio de medidas de perímetria, plicometria, peso corporal e índice de massa corporal (IMC). Também houve uma abordagem qualitativa através das respostas obtidas por um questionário de satisfação quanto aos resultados obtidos no tratamento.

Análise Estatística

A análise estatística foi realizada pelo teste de Wilcoxon, com significância de 0,01 comparando os resultados antes e depois em todas as formas de avaliação empregadas na pesquisa.

Resultados

Observou-se uma diminuição na perímetria de cintura de 2,75 cm, no abdome de 2,5 cm e no abdome inferior de 2,05 cm. Na plicometria também

se verificou redução nos valores encontrados nas dobras cutâneas abdominal (1,75 mm) e supra-iliaca (1,62 mm). Em relação ao peso corporal e ao índice de massa corporal (IMC) da amostra houve redução exceto em três participantes e. A análise subjetiva referente a satisfação, em forma numérica, das participantes foi de 20% para nota 9, 60% nota oito e 20% nota sete.

Conclusão

A associação dos tratamentos de fonoforese e massagem modeladora, para a população estudada resultaram em uma diminuição em adiposidade localizada em regiões de abdome e flancos.

Palavras-chaves: adiposidade, fonoforese, massagem.