

DRENAGEM LINFÁTICA CLASSICA– REVISÃO DE LITERATURA

Bárbara Cristine Ozolins¹, Aryane Freire Gomide Mendes¹, Liliane Pereira Pinto², Isabela Bacelar de Assis².

¹ Discentes em Estética e Cosmetologia Faculdade São Lourenço – UNISEPE – São Lourenço/MG – email Barbara.ozolins@yahoo.com.br, arycfg@gmail.com

² Docente em Estética e Cosmetologia Faculdade São Lourenço – UNISEPE – São Lourenço/MG

RESUMO

A drenagem linfática manual foi descoberta pela primeira vez por Emil Voder em 1936, na França. A aceitação pela medicina científica ocorreu em 1966, quando foi inaugurada a Associação de Drenagem Linfática Manual. O objetivo primordial é aumentar o auxílio de linfa e a velocidade de condução dos vasos e ductos linfáticos, através de manobras que copiem o bombeamento fisiológico. A drenagem linfática é uma técnica de massagem que estimula o sistema linfático em função de recolher o líquido intersticial que não retornou aos capilares sanguíneos. - uma rede complexa de vasos que movem fluidos pelo corpo - a trabalhar de forma mais acelerada. Através dos linfonodos, este líquido é filtrado reconduzindo-o novamente ao sistema circulatório sanguíneo. Entre os principais benefícios do método estão o aumento da hidratação e nutrição celular, aceleração na cicatrização de um ferimento, reabsorção de hematoma e equimoses, a redução da retenção de líquido, aumento da imunidade, desintoxicação do organismo, ativação da circulação sanguínea, combate à celulite e relaxamento corporal.

PALAVRAS-CHAVES: Drenagem linfática, Linfa, Edema, Retenção de líquido, Linfonodos.

ABSTRACT

Manual lymphatic drainage was first discovered by Emil Voder in 1936 in France. Acceptance by scientific medicine occurred in 1966, when the Association of Manual Lymphatic Drainage was inaugurated. The primary objective is to increase the lymph aid and the speed of conduction of the lymphatic vessels and ducts, through maneuvers that copy the physiological pumping. The drainage lymphatic system is a massage technique that stimulates the lymphatic system as a function of collecting the interstitial fluid that did not return to the blood capillaries. - a complex network of vessels that move fluids through the body - to work more quickly. Through the lymph nodes, this liquid is filtered and brought back to the blood circulatory system. Among the main benefits of the method are increased hydration and cellular nutrition, acceleration in wound healing, reabsorption of hematoma and ecchymosis, reduction of fluid retention, increased immunity, detoxification of the body, activation of blood circulation, combat cellulite and body relaxation.

KEY WORDS: Lymphatic Drainage, Lymph, Edema, Liquid Retention, Lymph Nodes.

INTRODUÇÃO

O edema consiste em um acúmulo anormal de líquido no compartimento extracelular intersticial ou nas cavidades corporais devido ao aumento da pressão hidrostática, diminuição da pressão coloidosmótica, aumento da permeabilidade vascular (inflamações) e diminuição da drenagem linfática. É constituído de uma solução aquosa de sais e proteínas do plasma e sua composição varia conforme a causa do edema. Quando o líquido se acumula no corpo inteiro diz-se que é um edema generalizado.

A Drenagem Linfática Manual (DLM) é uma técnica de massagem, feita com pouquíssimas pressões, suaves, intermitentes, lentas e relaxantes, que seguem a anatomia do sistema linfático, aperfeiçoando algumas de suas funções (Leduc, 2000). O sistema linfático tem sua gênese embrionária no mesoderma, expandindo-se junto aos vasos sanguíneos. Durante a vida intra-uterina, algumas modificações no desenvolvimento embrionário podem constituir características morfológicas pessoais, que variam entre os indivíduos (GARRIDO, 2000). O sistema linfático retrata uma via auxiliar de drenagem do sistema venoso. Os líquidos originários do interstício são devolvidos ao sangue através da circulação linfática, que está profundamente ligada à circulação sanguínea e aos líquidos teciduais (RIBEIRO, 2004).

A DLM é indicada para o alívio de dor, circulação sanguínea comprometida, edema no período gestacional e tensão-menstrual, hipertensão arterial, musculatura tensa, pele irritada, reumatismo, sistema nervoso abalado, estresse, tecido edemaciado; já no ramo da estética as indicações são cicatrizes hipertróficas e queloideanas, Fibroedemagelóide (FEG), tratamento de acne, tratamento de dermatites (com acompanhamento de dermatologista), rejuvenescimento, tratamentos pré e pós cirurgia plástica, pós-lipoaspiração e relaxamento de clientes tensos.

Já as contraindicações são em casos de asma brônquica grave e não medicada, eczema agudo, febre, flebites e tromboflebites agudas, hipertireoidismo não tratado, hipotensão arterial, infecções agudas, insuficiência cardíaca, insuficiência renal e neoplasias malignas (câncer).

A drenagem inicia-se com o estímulo dos linfonodos (gânglios linfáticos) corporais e em seguida com os movimentos para drenagem da linfa. As manobras são feitas com pressões leves suaves, comprimindo apenas o tecido superficial, sem alcançar a musculatura. O ritmo é lento e os números de repetições das manobras precisará ser de pelo menos oito vezes, em cada local.

A DLM terá de acompanhar a direção da circulação sanguínea e do fluxo linfático, começando pela região proximal e logo em seguida pela distal. Isso consiste no conceito de que é imprescindível esvaziar antes de retornar novos líquidos, pois, do inverso, se congestionaria ainda mais um sistema já cheio.

É importante evidenciar que não se deve usar manobras de deslizamento no pós-operatório.

METODOLOGIA

Este estudo trata-se de uma revisão de literatura sobre a técnica de Drenagem Linfática Manual. As referências utilizadas tiveram fontes primárias e secundárias: Medline, Scielo, Lilacs, livros, através das palavras-chaves: “Drenagem linfática”, “Linfá”, “Edema”, “Retenção de líquido”, “Linfonodos”. As referências usadas variam entre os períodos de 1999 a 2016, sendo que algumas fazem uma abordagem geral em relação ao tema e outras apresentam conteúdo mais específico. A língua utilizada é o português.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No trabalho sobre o estudo da eficácia da Drenagem Linfática Manual e da Drenagem Linfática Mecânica no pós-operatório de Dermolipectomia foi observado melhora no quadro do pós-operatório, no uso das duas técnicas. Foram executados 10 atendimentos e os sintomas diminuíram após o uso das duas modalidades, entretanto a DLM apresentou um resultado mais satisfatório em relação a redução do edema e também obteve mais aceitação por parte dos pacientes.,

SOARES, *et al.*, 2005 relatou em seu trabalho, sobre a eficácia da DLM no pós-operatório de câncer de cabeça e pescoço, o estudo foi feito em três pacientes internados na enfermaria submetidos a cirurgias oncológicas, em todos os casos foram observados diminuição no linfedema facial após a cirurgia e melhora dos casos.

No estudo sobre a DLM no pós-operatório imediato de cirurgia vascular de membros inferiores, foram realizados um total de 7 atendimentos de 45 minutos cada e pode ser concluído que, além do procedimento de DLM ter amenizado a formação do edema, também proporcionou uma aparência mais saudável e normal da pele, devido ao transporte do líquido que retornou a circulação sanguínea, ocasionando a melhora na oxigenação e nutrição celular, reduzindo os hematomas procedentes do processo cirúrgico. A DLM também realizou um papel importante na compensação das incisões, dando início a uma barreira protetora das lesões contribuindo ainda mais no processo de cicatrização (ALENCAR, *et al.*, 2011)

GUIMARÃES, *et al.* 2015, realizou uma pesquisa em que utilizou a DLM no pós-operatório de abdominoplastia. A prática clínica foi realizada em um paciente do sexo masculino, de 39 anos de idade, sedentário. Foram executadas, 15 sessões de DLM, 2 vezes por semana e reconsiderações periódicas para analisar os efeitos do tratamento. Os efeitos analisados confirmam a eficácia da DLM na reabsorção do líquido intersticial e por consequência reabsorção do edema residual. O edema reduziu visivelmente e o paciente a cada procedimento expunha sensação de alívio do desconforto. Conclui-se que a DLM é eficaz e apresenta bons resultados na recuperação de pré e pós-operatório de abdominoplastia.

No uso da DLM no tratamento de FEG não houve resultado significativo referente ao grau do FEG, porém foi observado melhora no aspecto da pele. As pacientes analisadas declararam satisfeitas com o procedimento. A DLM mostrou-se eficaz como uma opção coadjuvante no tratamento do FEG, foi visto melhora na autoestima e da satisfação das pacientes. Foram analisadas 10 mulheres, sedentárias com FEG entre os graus I ao III (BRANDÃO, *et al.*, 2010).

Os estudos apontam a relevância da técnica de DLM em pacientes gestantes, a partir do terceiro mês de gestação. A DLM aplicada em gestantes é eficaz, pois tem uma redução significativa do edema e alívio dos sintomas de dor, formigamento, pernas pesadas e inchaço. Certificou-se ainda, segurança na prática da DLM em relação a pressão arterial sistêmica, por não ter tido mudança significativa dos níveis tensionais após a sua efetuação (CARDOSO, et al. 2017).

FERREIRA et al. 2010 realizou uma pesquisa com a DLM para redução dos sintomas da síndrome pré-menstrual. Os resultados obtidos foram a redução do edema em região superior abdominal. O estudo foi aplicado ao longo de 2 ciclos menstruais.

Atuaram no projeto 10 pacientes idosas com idade entre 60 e 75 anos. Como consequência foi viável observar que o aumento da concentração de sódio na urina pré e pós DLM não conseguiu valores de significância, porém, em associação à perimetria a avaliação estatística mostrou que os valores foram diferentes entre as circunstâncias pré e pós DLM, e essa diferença é estatisticamente considerável. (ANTONIO, F. E. et al. 2010)

Consta que a utilização da Drenagem Linfática Manual no pós-operatório da cirurgia plástica de mamoplastia de aumento pode trazer grandes vantagens se aplicada de forma correta, contribuindo para o reparo da cicatriz, contribuindo no processo de cicatrização, melhorando a textura e elasticidade da pele, diminuindo e prevenindo aderências, reduzindo os edemas causados pela cirurgia, reconstituindo a corrente circulatória periférica da lesão, fazendo de maneira reabilitadora e preventiva, desta forma reduzindo a existência dos problemas de contratatura capsular e demais adversidades da cirurgia de mamoplastia de aumento. (VERNE, Renatha Mara Pereira Machado et al. 2010)

Conclusão

Conclui-se que a DLM é eficiente no tratamento de diversas patologias e amplamente utilizada tanto para fins terapêuticos quanto para fins estéticos. Atua melhorando o sistema imunológico, a circulação sanguínea e linfática, bem como proporcionando redução do edema corporal e facial, melhora e redução da celulite, proporcionando assim bem estar e melhoria da saúde a todos os níveis.

Referências Bibliográficas

1-FERREIRA, J. D. J. et al. Drenagem linfática manual nos sintomas da síndrome pré-menstrual: estudo piloto. *Fisioterapia e Pesquisa*, São Paulo, v. 17, n. 1, p. 75-80, jan./mar. 2010.

2-CARDOSO, Maria Dos Prazeres Carneiro; SOUSA, Iara Laís Lima De; SOUZA, Narjara Araújo De. EFEITOS DA DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL APLICADA EM GESTANTE. *Essentia*, Sobral, v. 18, n. 1, p. 54-61, 2017.

3-SOARES, Lúcia Maria Alves; SOARES, Sandra Mara Brasil; SOARES, Aline Kercia Alves. ESTUDO COMPARATIVO DA EFICÁCIA DADRENAGEM LINFÁTICA MANUAL E MECÂNICA NOPÓS – OPERATÓRIO DE DERMOLIPECTOMIA. Sistema de Información Científica, [S.L], jul./out. 2005.

4-ARIEIRO, E. G. et al. A eficácia da drenagem linfática manual no pós-operatório de câncer de cabeça e pescoço. Bras, [S.L], v. 36, n. 1, p. 43-46, jan./mar. 2007.

5-BRANDÃO, D. S. M. et al. Avaliação da técnica de drenagem linfática manual no tratamento do fibro edema geloide em mulheres. Sistema de Información Científica, [S.L], out./dez. 2010.

6-ALENCAR, Tatiana Priscila De; MEJA, Dayana Priscila Maia. A influência da drenagem linfática manual em pós-operatório imediato de cirurgia vascular de membros inferiores. Bio Cursos , [SL], 2011.

7-GUIMARÃES, Thais Dutra De; (CO-AUTOR), Isadora Aroins Sodre; (ORIENTE), Adriane Bertotto. DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL ASSOCIADA AO PÓS OPERATÓRIO DE ABDOMINOPLASTIA: UM ESTUDO DE CASO. UNILASALLE , Canoas, RS, para fora. 2015.

8-ANTONIO, F. E. et al. AVALIAÇÃO DE PARÂMETROS BIOQUÍMICOS NA DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL EM MULHERES IDOSAS. ANUÁRIO DA PRODUÇÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DISCENTE, [S.L], v. 13, n. 17, 2010.

9-VERNE, Renatha Mara Pereira Machado; SOUZA, Alison. DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL PÓS MAMOPLASTIA DE AUMENTO. RMPM Verner, [S.L], 2010.