



**UNIÃO DAS INSTITUIÇÕES DE SERVIÇO, ENSINO E PESQUISA LTDA –
UNISEPE
CENTRO UNIVERSITÁRIO AMPARENSE- UNIFIA**

**CURSO DE GRADUAÇÃO TECNOLOGIA EM
ESTÉTICA E COSMÉTICA**

FLÁVIA ALEXANDRA DE SOUZA SILVA

**DRENAGEM LINFATICA E SEUS BENEFICIOS
NOS TRATAMENTOS**

AMPARO – SP

2024

FLAVIA ALEXANDRA DE SOUZA SILVA

DRENAGEM LINFATICA E SEUS BENEFICIOS NOS TRATAMENTOS

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Curso de Tecnologia Em
Estética e Cosmética do Centro
Universitário Amparense, como parte dos
requisitos exigidos para a obtenção do
título de bacharel em Estética e Cosmética.

Orientador: Fabiele Chieregato

AMPARO – SP
2024

SUMÁRIO

RESUMO.....	4
ABSTRACT.....	5
1 INTROUÇÃO.....	6
2 OBJETIVO	7
3 JUSTIFICATIVA.....	7
4 METODOLOGIA.....	8
5 DESENVOLVIMENTO.....	9
6 RESULTADOS.....	10
7 DISCUSSÃO	11
8 CONCLUSÃO	14

RESUMO

Atualmente, a drenagem linfática é um recurso muito utilizado devido aos seus inúmeros benefícios como diminuição de edemas, diminuição da retenção de líquidos e melhora do sistema imune. Quando introduzida nos tratamentos estéticos, promove a melhora do paciente e potencializa os resultados, podendo ser realizada através das técnicas manuais ou com auxílio de tapping, sendo considerado um procedimento de fácil realização e sem riscos para o terapeuta e paciente.

Palavras-chaves: drenagem linfática, tratamentos, benefícios.

ABSTRACT

Currently, lymphatic drainage is a widely used resource due to its numerous benefits such as reducing edema, reducing fluid retention and improving the immune system. When introduced into aesthetic treatments, it promotes patient improvement and enhances results, and can be performed using manual techniques or with the aid of tapping, being considered an easy procedure to perform and without risks for the therapist and patient.

Keywords: : Lymphatic drainage, treatments, benefits.

1 INTROUÇÃO

O edema é o acúmulo exagerado de líquidos nos tecidos biológicos, podendo ter manifestações súbitas ou decorrentes de alterações fisiológicas (SOUZA et al., 2021), apresentando sintomas como desconforto, formigamento, sensação de peso, câimbras, pressão nos nervos, fraqueza, incapacidade e diminuição da qualidade de vida, (Machado et.al.212, aumento da pressão venosa e aumento da permeabilidade capilar (BRITO; ANGELIM; CASSEB, 2021).

A drenagem linfática pode ser realizada de diversas formas, dentre as técnicas manuais, temos o método desenvolvido por Leduc, onde os movimentos são realizados de proximal para distal de cada membro, onde os mesmos são divididos por quadrantes e os movimentos possuem pressão controlada e constante de forma lenta e superficial, obedecendo o trajeto do sistema linfático (Leduc et. al. 1988).

A drenagem linfática é um procedimento realizado com pressões suaves, leves, com ritmo controlado e relaxante, promovendo diversos benefícios ao organismo, além de ser um procedimento que necessita respeitar o trajeto e a anatomia do sistema linfático para que seus efeitos sejam perceptíveis. Esse sistema complexo está ligado à circulação sanguínea pois uma vez que os líquidos intersticiais que não foram metabolizados são devolvidos ao sangue para que sejam excretados, (Leduc , 2000), tendo como finalidade, regular o sistema imune e eliminar os resíduos metabólicos, uma vez que o líquido intersticial é direcionado adequadamente para os gânglios linfáticos, facilitando a eliminação de toxinas e diminuindo a retenção de líquidos . (Ekici et al., 2009)

Desde o século XIX, a busca pelo corpo belo é feita incansavelmente, com isso, elevou-se o aumento de cirurgias para fins estéticos, resultando na necessidade de procedimentos pré e pós operatórios, onde o resultado final não depende apenas do cirurgião, mas dos cuidados de outros profissionais. (Tcani et. at., 2013, Dourado et. at., 2018, Chi et. Al., 2018, International Society of Aesthetic Plastic Surgery (ISAPS), 2019).

Desta forma, a drenagem linfática veio no intuito de reduzir os efeitos causados pelas cirurgias tanto estéticas quanto reparadoras, além de ser indicada para alívio de dor, edema gestacional, diminuição da tensão menstrual, melhora do fibro edema Gelóide (FEG), tratamento de acne e diminuição do estresse (OZOLINS et al., 2024).

2 OBJETIVO

Essa pesquisa tem como objetivo mostrar os benefícios da drenagem linfática em tratamentos tanto estético como reparadores.

3 JUSTIFICATIVA

A drenagem linfática é um procedimento realizado por profissionais capacitados cujo intuito é fazer com que o fluxo linfático flua suavemente. Sendo fundamental para melhora da circulação sanguínea, liberação de toxinas, melhora das funções fisiológicas como nutrição dos tecidos e fazendo com que o líquido intersticial chegue até os gânglios linfáticos e seja liberado através da urina. Em casos cirúrgicos ou aumento de celulite, é comum haver o aumento da pressão venosa decorrente do acúmulo de líquidos, sendo justificada a utilização da drenagem linfática para diminuição das manifestações unilaterais ou bilaterais, reduzindo sérios riscos a saúde.

4 METODOLOGIA

A metodologia empregada nesse artigo é baseada em pesquisas bibliográficas de caráter qualitativo, tendo como base os dados obtidos através de livros e bancos científicos como Scielo sem limitação de período histórico.

Foram incluídos no presente trabalho, publicações e estudos que abordaram a drenagem linfática, bem como seus benefícios, livros e capítulos de livros publicados em português.

5 DESENVOLVIMENTO

A região sudeste é caracterizada por liderar o número de cirurgias plásticas, contabilizando 51,1% do total nacional, sendo que os procedimentos, são realizados, em sua maior parte, nos estados de São Paulo, Rio de Janeiro e Minas Gerais, compondo um cenário de 75,4% do território nacional, de acordo com Censo 2018 da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica). O motivo principal para a alta procura por cirurgias plásticas é o bem estar com a autoimagem, portanto, dentre as intervenções, destaca-se a abdominoplastia devido ao alto índice de pessoas que apresentam diversas patologias, dentre elas a diástase abdominal, que, além de gerar dores nas costas por conta do enfraquecimento da região, a pele também estica, podendo ocasionar flacidez no local. Sendo assim, a abdominoplastia, é um tratamento muito procurado para a correção do abdômen e pós tratamento de obesidade, flacidez de pele, adiposidade localizada, várias gestações, dentre outros (Tacani et. al., 2013).

Segundo Elwing e Sanches (2019), o sistema linfático é aberto e funciona conforme suas necessidades fisiológicas do corpo humano do organismo de cada um. Os vasos linfáticos tem suas ligações iniciais mais finas e quando chega ao final tem-se a ligação com o sistema sanguíneo. Conforme está consolidado na literatura, o sistema linfático é composto por: canais pré-linfáticos, capilares linfáticos, vasos coletores ou vasos linfáticos, pré- coletores, coletores aferentes, eferentes e linfonodos, dutos linfáticos e gânglios ou nódulos linfáticos, distribuídos ao longo do corpo todo, exceto na córnea, cristalino, cartilagem , camada óssea cortical, retina e sistema nervoso central .

6 RESULTADOS

Em pacientes submetidas à abdominoplastia, intervenções com drenagem linfática manual (DLM), associadas a outras técnicas como o linfotaping, mostraram resultados promissores. No estudo de Chi et al. (2018), o grupo que recebeu cuidados antes, durante e após a cirurgia apresentou menor necessidade de sessões de tratamento, com redução de medidas perimétricas e equimoses em comparação ao grupo que iniciou as intervenções apenas no pós-operatório. Esses achados reforçam a importância de protocolos integrados, que combinam orientações nutricionais e estímulos linfáticos, para a otimização da recuperação cirúrgica.

Estudos anteriores também destacam os benefícios da DLM no contexto cirúrgico, incluindo regeneração tecidual acelerada, redução de edema e menor incidência de fibroses e aderências (Masson et al., 2014; Chi et al., 2016).

7 DISCUSSÃO

Os resultados encontrados reforçam a eficácia da drenagem linfática manual (DLM) como uma técnica complementar em diversos contextos terapêuticos e estéticos.

Um estudo clínico conduzido por Chi et. al. 2018, recrutou 20 pacientes do sexo feminino que apresentavam indicações cirúrgicas de abdominoplastia, onde as mesmas foram distribuídas aleatoriamente em 2 grupos: Grupo controle (GC) que recebeu intervenções pós operatórias a partir do quarto dia, e Grupo Experimental (GE) que recebeu intervenções no pré, trans e pós operatório. As intervenções pré-operatórias contavam com orientações nutricionais, já as intervenções transoperatórias contaram com a aplicação do tapping linfático com cortes “fan” em toda região acometida. Para as intervenções pós operatórias, utilizou-se a drenagem linfática manual com a técnica de Leduc, Microcorrentes, LED vermelho e aplicação de tapping. A formação de fibrose foi avaliada durante todas as sessões de atendimento. Através deste estudo, os autores puderem observar que o GE precisou de um número menor de sessões, bem como perimetria e equimoses foram menores, quando comparados com o GC.

Segundo MÜLLER et al. (2018), quando associado a drenagem linfática com a terapia descongestiva complexa no tratamento de linfedema, (TDC), relacionado ao câncer de mama, nota-se que temos a diminuição do ombro e alívio tanto na tensão da pele como na dor e sensação de peso, mostrando melhorias no tratamento ainda mais eficazes que quando se faz só o TDC no paciente. Ou seja, além de muitos benefícios, a drenagem linfática também promove uma melhora física e mental (SOUZA et al., 2021).

Para seu tratamento na fisioterapia, a drenagem linfática no pré-operatório reduz o edema e já no pós-operatório ela diminui as sessões e agiliza a recuperação das cirurgias pois, promove a regeneração do tecido, diligenciando a fibrose, diminuindo essa em seus aspectos, e também do edema e de aderências, elimina a sensação de dor no procedimento pós- cirúrgico e ajuda a evitar a retração cicatricial (Masson et. al. 2014, Chi et. al. 2016, Chi et. al. 2018).

O que valida os achados de Chi et. al. 2016, onde 10 pacientes do sexo feminino que haviam sido submetidas às cirurgias de lipoaspiração e abdominoplastia receberam drenagem linfática manual associada ao linfotaping ou

drenagem linfática abdominal, linfotapings e terapia combinada, no intuito de identificar seus efeitos na fibrose secundária. Os autores comprovaram que ambos os protocolos promoveram uma redução significativa das fibroses, quando comparados com o início do tratamento.

A fibro edema Gelóide (FEG), ou celulite como é conhecida popularmente, é uma disfunção estética que acomete o tecido subcutâneo que acaba trazendo inchaço e alterações na pele (DE GODOY; DE GODOY, 2009), sendo assim, a drenagem linfática tem se mostrado um recurso com resultados significativos na melhora do aspecto da pele, melhora da autoestima e satisfação do paciente (BRANDÃO, et al., 2010).

A técnica tende a estimular o sistema linfático e ajuda a trabalhar o sistema imune, quando feita manualmente ou através de recursos como tapings, ela elimina toxinas e escorias metabólicas, fazendo com que o excesso de líquidos corporais seja eliminado, resultando na diminuição dos edemas e melhora dos tecidos (Ekici et al., 2009).

Tal efeito pode ser observado no estudo conduzido por Brandão, et al., 2010, onde 10 pacientes do sexo feminino, sedentárias e com FEG de grau I a III, receberam 10 sessões de drenagem linfática manual com o método de Leduc por 60 minutos, com as manobras de evacuação, captação e deslizamentos superficiais. Como resultado, apesar de não alterações do grau de FEG, as pacientes relataram alto grau de satisfação com o tratamento (BRANDÃO, et al., 2010).

Figura 1. Procedimento de drenagem linfática manual nos membros inferiores



Fonte: EducarSaude (2009).

Durante a gestação, há o aumento dos níveis de progesterona, favorecendo a vasodilatação sistêmica e a diversos fatores que aumentam as chances de edemas. Desta maneira, um estudo desenvolvido por SOUZA et al., 2021, teve por objetivo avaliar os efeitos da drenagem linfática manual no alívio da dor, edema e peso nos membros inferiores de 23 gestantes. Após a realização da drenagem linfática manual sob o método de Leduc, foi possível perceber a diferença significativa da diminuição do edema e formigamento dos membros inferiores, em até duas horas após o procedimento quando comparado com as avaliações iniciais.

Esses achados são de suma importância para a literatura, uma vez que, durante o período gestacional, poucos recursos podem ser realizados para diminuir os sintomas de inchaço, cansaço, aumento da perimetria, tanto em membros inferiores quanto superiores e até mesmo em região de abdômen, pois além de promoverem alívio imediato, o tato também é capaz de estimular mudanças neurológicas, trazendo a sensação de bem-estar emocional (SOUZA et al., 2021)

8 CONCLUSÃO

Conclui-se que a drenagem linfática é um tratamento eficaz para auxiliar em diversos tratamentos como nas cirurgias plásticas ou reparadoras, em edema de membros inferiores e superiores, além de ser um recurso bem tolerado em gestantes. É um recurso que pode ser associado a outros tratamentos, melhorando a condição dos tecidos, diminuindo o acúmulo de líquidos e trazendo mais oxigenação para o local, ajudando na circulação e nutrição, favorecendo ainda mais na recuperação do paciente.

REFERÊNCIAS

- BRANDÃO, D. S. M. et al. Avaliação da técnica de drenagem linfática manual no tratamento do fibro edema geloide em mulheres. *ConScientiae Saúde*, v. 9, n. 4, p. 618–624, 2010.
- BRITO, P. K. S. DE; ANGELIM, C. C.; CASSEB, S. M. M. Uma revisão sistemática sobre os benefícios da drenagem linfática manual no tratamento do edema em membros inferiores. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 4, p. e14810413968, 2021.
- CHI, A. et al. O uso do linfotaping, terapia combinada e drenagem linfática manual sobre a fibrose no pós-operatório de cirurgia plástica de abdome. *Fisioterapia Brasil*, v. 17, n. 3, p. 197–203, 2016.
- CHI, A. et al. Prevenção e tratamento de equimose, edema e fibrose no pré, trans e pós-operatório de cirurgias plásticas. *Revista Brasileira de Cirurgia Plástica*, v. 33, n. 3, p. 343–454, 2018.
- DE GODOY, J. M. P.; DE GODOY, M. DE F. G. Physiopathological hypothesis of cellulite. *The open cardiovascular medicine journal*, v. 3, p. 96–97, 2009.
- DOURADO, C. D. S. et al. Body, culture and meaning. *Journal of Human Growth and Development*, v. 28, n. 2, p. 206, 2018.
- EKICI, G. et al. Comparison of manual lymph drainage therapy and connective tissue massage in women with fibromyalgia: a randomized controlled trial. *Journal of manipulative and physiological therapeutics*, v. 32, n. 2, p. 127–133, 2009.
- ELWING, Ary; SANCHES, Orlando. Drenagem linfática manual: teoria e prática. 2. ed. rev. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2019.
- International Society of Aesthetic Plastic Surgery (ISAPS). Home[Internet]. Hanover, NH: ISAPS; 2019; [acesso em 2024 out 10]. Disponível em:

<<https://www.isaps.org/media/51xpon3m/isaps-global-survey-2019-press-release-portuguese.pdf>>. Acesso em: 10 oct. 2024.

LEDUC, O.; BOURGEOIS, P.; LEDUC, A. Manual lymphatic drainage: scintigraphic demonstration of its efficacy on colloidal protein reabsorption. In: PARTSCH, H. Progress in lymphology. Amsterdam: Elsevier, 1988. p. 551-4. (International congress of lymphology; v. 11).

LEDUC, A. et al. Drenagem Linfática Teoria e Prática. SP: Ed Manole. 2000.

MACHADO, A. F. P. et al. Efeitos da técnica de drenagem linfática manual durante o período gestacional: revisão de literatura. Revista de Terapia Manual, v. 10, n. 48, p. 1-5, 2012.

MASSON, I. F. B. et al. Manual lymphatic drainage and therapeutic ultrasound in liposuction and lipoabdominoplasty post-operative period. Indian journal of plastic surgery: official publication of the Association of Plastic Surgeons of India, v. 47, n. 1, p. 70-76, 2014.

MÜLLER, M. et al. Manual lymphatic drainage and quality of life in patients with lymphoedema and mixed oedema: a systematic review of randomised controlled trials. Quality of life research: an international journal of quality of life aspects of treatment, care and rehabilitation, v. 27, n. 6, p. 1403-1414, 2018.

OZOLINS, B. C. et al. DRENAGEM LINFÁTICA CLASSICA- REVISÃO DE LITERATURA. Disponível em: <https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2018/06/043_drenagem_linfatica_classica.pdf>. Acesso em: 29 out. 2024b.

SOUZA, S. M. DE et al. Impacto da drenagem linfática manual nos sintomas relacionados ao edema de membros inferiores de gestantes. Fisioterapia e Pesquisa, v. 28, n. 4, p. 376-383, 2021.

TACANI, P. M. et al. Perfil clínico de pacientes atendidos em fisioterapia assistencial à cirurgia plástica: análise retrospectiva. ConScientiae Saúde, v. 12, n. 2, p. 290-287, 2013.