

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA  
TECNÓLOGO EM ESTÉTICA E COSMETOLOGIA

ISABELA MARIA DA SILVA  
INGRIDY GABRIELLY DE ARAÚJO FREITAS  
KIRONE DE ALEXANDRE LOPES

**DRENAGEM LINFÁTICA NO PÓS OPERATÓRIO DE  
ABDOMINOPLASTIA**

RECIFE/202

ISABELA MARIA DA SILVA  
INGRIDY GABRIELLY DE ARAÚJO FREITAS  
KIRONE DE ALEXANDRE LOPES

## **DRENAGEM LINFÁTICA NO PÓS OPERATÓRIO DE ABDOMINOPLASTIA**

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA,  
como requisito parcial para obtenção do título de Tecnólogo  
em Estética e Cosmetologia.

Professor Orientador: Esp. Hugo Christian de Oliveira Felix

RECIFE/2021

S586d

Silva, Isabela Maria da

Drenagem linfática no pós operatório de abdominoplastia.  
/ Isabela Maria da Silva; Ingridy Gabrielly de Araújo Freitas; Kirone  
de Alexandre Lopes. - Recife: O Autor, 2021  
21 p.

Orientador: Esp. Hugo Christian de Oliveira Felix

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro  
Universitário Brasileiro – UNIBRA. Graduação Tecnológica em  
Estética e Cosmética, 2021

1. Estética. 2. Drenagem Linfática. 3.  
Abdominoplastia. 4. Pós Operatório. 5. Segurança. I. Centro  
Universitário Brasileiro - Unibra. II. Título.

CDU: 646.7

*Dedicamos esse trabalho a nossos pais.*

## AGRADECIMENTOS

O desenvolvimento deste trabalho de conclusão de curso contou com ajuda de diversas pessoas, dentre as quais agradeço:

Aos professores orientadores, que durante todo esse período veio ajudando pontualmente, dando auxílio necessário para o projeto.

Também a todos os professores do curso que nos permitiram estar concluindo hoje através de seus ensinamentos.

Agradecemos também a todo nosso grupo, pela qual participaram das pesquisas, pela elaboração e disposição para a coleta de dados.

Aos meus pais que me incentivaram a cada momento e aos meus amigos que apesar de não cursarem comigo estiveram em minha vida e me incentivaram a não desistir.

E agradeço também a banca examinadora por fazerem parte desta importante etapa de nossa vida acadêmica.

Agradeço também a minha mãe Ligia Maria de Alexandre e a minha amiga Juliana Barbosa.

Por fim agradeço a todos que nos ajudaram de alguma forma durante nossa jornada acadêmica.

*"A persistência é o melhor caminho do êxito".  
(Charles Chaplin)*

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	<b>07</b>
<b>2 DELINEAMENTO METODOLÓGICO.....</b>	<b>09</b>
<b>3 REFERENCIAL TEÓRICO.....</b>	<b>09</b>
3.1 O Sistema Linfático e sua função no organismo humano.....	09
3.2 Drenagem Linfática e suas técnicas.....	10
3.3 Indicações e contra Indicações da drenagem linfática manual.....	12
<b>4 RESULTADOS E DISCUSSÃO .....</b>	<b>12</b>
<b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>16</b>
<b>6 REFERÊNCIAS.....</b>	<b>17</b>

## DRENAGEM LINFÁTICA NO PÓS OPERATORIO DE ABDOMINOPLASTIA

Ingridy Gabrielly de Araújo Freitas  
Isabela Maria da Silva  
Kirone de Alexandre Lopes  
Hugo Christian de Oliveira Félix

**Resumo:** O presente trabalho tem como objetivo apresentar um estudo bibliográfico descritivo com fatos essenciais contidos na pesquisa, que obteve consultas de bases de dados com referência como: Scielo e Google Acadêmico, buscando entender que o Brasil é um país em desenvolvimento e vivemos em um incessante enraizamento de padrões estéticos para alcançar o corpo perfeito essa busca pelo padrão por um corpo saudável e esbelto é procurado incansavelmente, a partir de modificar o corpo para a mais possível e rígida beleza atual. Desta forma podemos perceber a pressão constante sobre um corpo belo e com isso acarreta fatores para chegar a este patamar, a cirurgia plástica. É notório que o Brasil é um dos países que mais tem a procura de intervenções estéticas, como a cirurgia de abdominoplastia que é procurada constantemente para a retirada de pele em excesso do abdômen, dando uma melhor harmonização ao corpo. Tendo em vista que em qualquer intervenção manual é possível ter complicações, é preciso do pré e pós operatório e para isso é indicado a drenagem linfática manual, que é crucial com o objetivo muito benéfico na melhoria do sistema linfático e circulatório, trazendo benefícios a quem realiza a cirurgia e considerando que é preciso cuidados com o paciente para o uso da técnica aplicada.

**Palavras-chave:** Estética. Drenagem linfática. Abdominoplastia. Pós operatório. Segurança.

### 1 INTRODUÇÃO

Observando o cenário atual nota-se que a busca pelo corpo perfeito ou a perfeição vem sendo estudada e procurada ao longo das décadas, através da imagem de uma mulher esbelta e torneável. Na qual tende-se a pertencer a uma esfera social e abrangente diante da sociedade (VIEIRA; QUIROGA;2018).

Essa dita perfeição está correlacionada na maioria das vezes pela classe artística, através das redes sociais, os mesmos passam algo no qual o telespectador almeja, trazendo tais frustrações e desalinho a procura da cirurgia plástica (MAC;



RICCI; PEREIRA, 2020). De acordo com a publicação feita pelo Jornal do Estado de Minas Gerais, o Brasil está em segundo no ranking em cirurgias plásticas perdendo apenas para os Estados Unidos, esta foi uma pesquisa feita pela ISAPS (Sociedade Internacional de Cirurgias Plásticas), na qual levou-se a abdominoplastia estética ser uma das mais procuradas em principal pelas mulheres (MEYER, 2020).

Nesse contexto, a cirurgia de abdominoplastia é uma técnica cujo objetivo trata-se da remoção do tecido epitelial e adiposo da retirada do abdômen, trazendo um contorno ao corpo, dando uma melhor estética ao corpo (PACHECO, 2020).

A drenagem linfática surgiu no ano de 1930 com o então fisioterapeuta Emil Vodder, que tratava de pacientes com gripes e sinusites realizou uma massagem suave no rosto e observou uma melhora no quadro, a drenagem é considerada uma técnica terapêutica complementar e benéfica, muito utilizada no meio estético cujos benefícios são de reconhecimento científico mundial (AMARAL; SATO; SIMÕES, 2016).

Visando uma melhoria mais rápida e eficaz no pós operatório no processo do edema e redução de líquidos adquiridos nas cirurgias plásticas (BENEVINUTO; MONTEIRO, 2018). Para a SBD (SOCIEDADE BRASILEIRA DE DERMATOLOGIA, 2017) a drenagem linfática atua com o objetivo de drenar líquidos adquiridos no corpo, para evitar linfedemas, jogando para as linfas, pois o excesso de fluido persistente podem afetar negativamente o conforto, a função e a qualidade de vida.

Para tanto é de suma importância seguir toda e qualquer norma de segurança estabelecida pela ANVISA no que se baseia com relação ao corpo humano, todo e qualquer profissional do ramo deve obter ficha de anamnese e liberação médica para realização de procedimento no pós cirúrgico e proceder conforme uso de EPIS adequados para que não haja de fato erros, trazendo consigo conforto, segurança e bem-estar para o paciente (NERY; NERY, 2020).

Com base nos conteúdos apresentados o principal objetivo desse trabalho é trazer ao leitor de que forma a drenagem linfática pode ser benéfica com relação ao pós operatório da cirurgia de abdominoplastia, além de melhorar a textura da pele, e que minimiza possíveis aderências teciduais, auxiliando no processo de cicatrização e redução das áreas com hipoestésias.

## 2 DELINEAMENTO METODOLÓGICO

Os dados apresentados foram realizados através de uma estratégia de pesquisa com base em um estudo bibliográfico descritivo entre o mês de agosto á setembro de 2021 e a análise preliminar surgiu a partir de material publicado em meio eletrônico, onde foram coletados artigos científicos publicados entre o ano de 2014 a 2021 traduzidos do idioma português e inglês.

Foram consultados bases de dados com referência como: Scielo e Google Acadêmico, cujas palavras-chaves utilizadas foram aplicadas a drenagem linfática, estética, pós operatório e a segurança do paciente. Os artigos consistiram em uma pesquisa elegível para a inclusão em detalhes sobre o benefício da drenagem na estética e como o tratamento ajuda no pós operatório da cirurgia de abdominoplastia e sobre suas complicações, tivemos como exclusões assuntos irrelevantes com base que não compete a área da estética.

## 3 REFERENCIAL TEÓRICO

### 3.1 O Sistema Linfático e sua função no organismo humano.

Diante de pesquisas históricas observou-se que o sistema linfático foi mencionado por Hipócrates no século V a.C, mostrando que os gânglios linfáticos já eram observados posteriormente muito cedo, pode-se dizer que o sistema linfático foi um assunto muito comentado e pesquisado ao longo dos séculos, para cada pesquisador e doutor teoria era diferente. Hipócrates foi um dos primeiros a observar (FURTADO et. al.,2019).

Para Perez e Vasconcelos (2014, p.65 e 66) o sistema linfático é vascular formado por um conjunto de capilares linfáticos, vasos coletores e troncos linfáticos, além de linfonodos e órgãos linfoides. As principais funções é transportar liquido intersticial retirado dos tecidos para os ganglios linfoides.

Segundo o Frazão (2019), são órgãos compostos do sistema linfáticos a medula óssea, timo, linfonodos e o baço. Tendo importante função ao responder sempre que ocorre uma infecção ou inflamação no organismo.

O SL (sistema linfático) é parecido com sistema sanguíneo a principal diferença é que o sanguíneo possui o coração para fazer o bombeamento do sangue para o corpo e o linfático precisa de ajuda para impulsionar o líquido das linfas. O sistema linfático atua como um órgão de defesa contra agentes infecciosos, ao produzir células de defesas chamadas linfócitos, o mesmo evita a disseminação de doenças causadas por agentes internos e externos (PEREZ; VASCONCELOS, 2014, p.65 e 66).

Marques e Silva (2020) o SL é originado no mesoderma deriva dos tecidos conjuntivo, muscular e vascular, possuindo uma ampla rede de vasos, estando associado ao sistema circulatório e cuja função é a remoção de líquidos intersticiais, ao entrar nos capilares o mesmo passa a ser chamado de linfa, cujo líquido é viscoso e bem parecido com o plasma sanguíneo, sendo necessário conhecermos bem o SL para podermos mencionar como ocorre a drenagem linfática.

### 3.2 Drenagem Linfática e suas técnicas.

A busca por teorias e explicações, foram passadas de geração em geração até que no ano de 1936 um biólogo e fisioterapeuta dinamarquês unido com sua esposa começou a estudar os efeitos da drenagem linfática no corpo humano, Emil Vodder e Estrid Vodder ao se deparar com pacientes em quadros gripais crônicos, realizaram massagens nos locais afetados e começaram a verificar uma melhora (GODOY; GODOY, 2020).

Perez e Vasconcelos (2014, p. 69) considera a DLM como sendo uma técnica terapêutica, onde é realizada algumas manobras, a principal é feita com as mãos, dando mais ênfase no procedimento, através de manobras suaves e lentas, não se deve realizar pressão no local, pois pode acontecer o efeito rebote (PEREZ; VASCONCELOS 2014 p.69).

Segundo Pinheiro (2021) a drenagem linfática é um tipo de massagem corporal cujo objetivo é eliminar toxinas e excesso de líquidos presente no meio intersticial, aliviando edemas, melhorando a celulite, bastante utilizada em pós-operatório de cirurgia plástica deve-se ser aplicada por um profissional, a mesma não emagrece, porém ao realizar as manobras corretas é perceptível a diminuição do inchaço no corpo, dando uma leve impressão de perda corporal, mesmo assim não é feita a retirada de gordura na técnica aplicada.

Para Perez (2014), existem várias formas de se trabalhar a drenagem linfática manual, ao longo dos séculos muitos estudiosos desenvolveram técnicas diferentes de manobras são eles: Vodder, Leduc, Godoy, Foldi, dentre outros cada qual com sua percepção de melhorar o edema para benefício do paciente. Faz-se necessário seguir alguns pontos, como pressão correta, o ritmo e o sentido correto para levar o líquido intersticial.

Em 1969, a esteticista Waldtraud Ritter Winter, participou de um curso ministrado pelo casal dinamarquês Vodder na Alemanha, que montou seu próprio consultório alugado em Belo Horizonte colocando em prática todo o aprendizado através da técnica de DLM, de antemão a esteticista notou uma melhora nos pacientes com relação ao stress e a ansiedade e também é mencionado um médico nefrologista que criou seu próprio método de DLM através de movimentos circulares com os dedos, o Dr. Albert Leduc (FURTADO et al., 2019).

Há diversos tipos de manobras de drenagem, sendo uma delas o método de Godoy que consiste em usar rolinhos, chamados roletes, com o objetivo de pressionar levemente o trajeto linfático assim aumentando o fluxo. Também existe a técnica de Leduc que se diz a respeito ao uso dos dedos, tal como o uso do polegar para movimentos circulatorios, combinados e pressão em bracelete, tudo com o propósito da região ser drenada (MELLO, [20??] apud LEAL, 2017).

Rocha (2017) alega que a técnica de bomba que se utiliza uma pressão *circle-shaped* onde a palma da mão e as falanges superiores é feita em um movimento na pele através do pulso. Sendo utilizadas com o objetivo de manipular os vasos linfáticos. Da mesma forma, é possível fazer manobras nas partes inferiores em um movimento espiral, sendo essa técnica chamada de *Scoop*. Rocha (2017) também afirma que o procedimento pode ser aplicado com ambas mãos movendo a palma sobre a pele. Assim o movimento é de fácil almejo usando o pulso, juntamente com pronação do antebraço e supinação do tronco. Essa técnica é muito eficaz no quesito a estimular os nódulos linfáticos para que todo o fluido possa sobressair.

Segundo Nunes (2019) as técnicas de drenagem usada no pós-operatório de cirurgia plástica podem ser fundamentadas na drenagem reversa, sendo muito indicada após a cirurgia, onde ela direciona o líquido intersticial a um gânglio distal a lesão, seguindo um fluxo na região axilar, evitando assim possíveis rupturas e danos ao processo sofrido no pós operatório, cujo objetivo está associado a diminuição de

edemas, complicações. Ela é baseada na técnica de Leduc e Vodder que se baseia na trajetória de coletores de linfas e linfonodos. Essa técnica é apenas para vias integras.

### 3.3 Indicações e contra Indicações da drenagem linfática manual.

Ao realizar a DLM melhoramos o sistema circulatório, reduzimos inchaços no corpo, eliminando toxinas, diminuimos edemas, ocorre também um melhora mais rápida no processo cirurgico de imediato (PINHEIRO,2021). Como todo tratamento há contraindicações e indicações.

São indicadas para reduzir linfedemas, para gestação, celulite, em pós operatorio de cirurgias estéticas para reduzir líquidos no meio intersticial e contra indicadas em pacientes com neoplasias(câncer), insuficiência cardíaca, hipertensão, asma, trombose venosa profunda e infecções também pelo fato do risco do trombo se romper e ir para a corrente sanguínea acarretando piores complicações, como embolia pulmonar entre outras doenças (SBD, 2017).

Segundo a ISAPS (SOCIEDADE INTERNACIONAL DE CIRURGIAS PLÁSTICAS). O Brasil é hoje um dos países que mais realizam cirurgias plásticas estéticas comparado com outros países no mundo, são cerca de mais de 1.493.673 só no ano de 2019 comparado com o resto do mundo que no total chega a mais de 11.000.000 milhões, só houve uma queda no ano de 2020 devido a pandemia, porém ainda assim lideramos esse ranking (CORDEIRO,2021).

Na realização da drenagem linfática em paciente pós cirurgiado, o procedimento cirurgico deixa o paciente com muitos edemas e inchaços no corpo devido ao movimento causado na hora e a agressão sofrida pelo paciente (SERODIO,2014).

A drenagem vai entrar com o papel de eliminar os edemas acometidos e enviar o líquido intersticial para os gânglios linfáticos, trazendo uma melhoria de imediato ao paciente e aliviando as dores, devendo ser feita por uma indicação médica, pois no pós operatorio deve ser seguir todos os cuidados e verificar qual cirurgia foi realizada podendo ser realizado em cirurgias de abdominoplastia, prótese mamária, lipoaspiração, mamoplastia dentre outras, a quantidade de sessões deverão ser sempre indicada pelo profissional, na maioria são indicadas 10 sessões (SERODIO, 2021).

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para Silva et al. (2018) a visão com relação ao corpo perfeito gera frustrações nas diferentes classes sociais, o que no passado dizia significar abundância, hoje é sinônimo de tristeza, pessoas estão cada vez mais tendo uma imagem de belo a magreza atenuada a perfeição. A procura por beleza está ao que se funde como um processo imposto por uma sociedade preconceituosa e por meios de comunicação e concursos visando mostrar curvas e pesos na balança perfeitos, ao qual deve-se seguir padrões estéticos frente ao público em geral.

A mídia vem sendo influenciável para o corpo atualmente, é nela que é imposta o falso corpo para o meio social. Essa responsabilidade que a mídia carrega tem grande incentivo na distorção de conceito de corpos, se espelhando em mulheres para o uso de remédios, cintas, cremes e variadas farsas, além da procura por intervenções estéticas (CÂNDIDO et al., 2020).

O Brasil encontra-se em alta com relação a padrões de beleza, tendo altas incidências em processos cirúrgicos estéticos corporais. Em termo geral a procura por procedimentos invasivos tornou-se crucial devido a propaganda de famosas mostrando seus corpos perfeitos, através das redes sociais (EVANGELISTA; BAPTISTA; 2017).

De acordo com Baptista e Evangelista (2017) "Além do corpo perfeito, para ser bela é mesmo necessário ter qualidades capazes de seduzir e chamar para se o olhar do outro. Ser bela é ser atraente e sensual. E também feminina no graciosa, virtuosa, submissa ao ponto de não ameaçar os conceitos tradicionalmente demarcados para cada sexo" (apud GOELNER,1999, p.49).

A pele é o maior órgão do corpo humano, geralmente o excesso de pele no abdômen é resultado do emagrecimento rápido, causado por grande perda de peso, cirurgia de redução de estômago, gravidez, envelhecimento, entre outros. O abdômen é um dos pontos cruciais para definição do contorno corporal. A abdominoplastia é uma cirurgia plástica com o objetivo de tirar o excesso de pele e tecido adiposo para reduzir a flacidez e proporcionar mais firmeza aos músculos da região abdominal (BRAGA et al.,2019).

A cirurgia tem duração entre duas e quatro horas e é feita a partir de um corte no formato de um semicírculo na região acima dos pelos pubianos até a linha alba. A pele presente na parte superior do abdômen é esticada até a parte inferior, e suturada. Por fim, é acertada a posição do umbigo. A abdominoplastia é feita com anestesia peridural, sendo necessária a internação por um ou dois dias (ZUÑIGA et al., 2019).

Piozevan (2019) existem alguns cuidados com a postura e uso de faixa abdominal no qual pode chegar a durar 90 dias de repouso, juntamente como a utilização de drenagem pós operatório. O procedimento realizado através da cirurgia de abdominoplastia continua sendo perigoso, pois há complicações como toda e qualquer cirurgia, por isso a importância da procura de um bom profissional faz-se necessário sempre.

Após a cirurgia é esperado como parte da reação normal de cura alguns edemas. Em cirurgias como a abdominoplastia, muitos fatores contribuem para o edema pós-operatório que persiste além da fase aguda de recuperação. O sistema linfático superficial pode ser danificado durante a lipoaspiração pelos golpes de cânula ao remover o tecido adiposo (PEREZ; VASCONCELOS, 2014).

Pode ser ainda mais danificado quando a pele abdominal é elevada, o que leva a uma descontinuidade do sistema linfático, e pela incisão abdominal baixa, que corta os canais linfáticos. Sem o sistema de drenagem linfática, resulta em excesso de fluido, conhecido como linfedema (PEREZ; VASCONCELOS, 2014).

Para Perez e Vasconcelos (2014) o excesso de líquido aumenta a resposta inflamatória à qual o tecido é exposto podendo por sua vez levar à fibrose da pele, acúmulo de tecido adiposo e maior acúmulo de líquido em pacientes cirúrgicos, principalmente em home care, esse excesso e fluido persistente podem afetar negativamente o conforto, a função e a qualidade de vida.

O pré-operatório e pós operatório é algo para ser discutido antes com o profissional, para definir estratégias a serem adotadas e quais procedimentos atuar, visando uma melhoria mais rápida e eficaz no processo do edema e redução de líquidos adquiridos na cirurgia (BENEVINUTO; MONTEIRO;2018).

Para a Sociedade Brasileira de Dermatologia (2017) a drenagem linfática

atua reduzindo os edemas, dando uma maior nutrição e hidratação, melhorando a cicatrização após processos cirúrgicos contra os hematomas, podendo ser mecânica ou manual, ativando a circulação sanguínea.

A drenagem linfática manual estimula o sistema linfático para aumentar a circulação do tecido linfático e do sistema por todo o corpo e com esse aumento o material linfático agiliza a remoção de dejetos dentro dos tecidos do corpo, também melhora a dinâmica dos fluidos, o que facilita a redução do edema do paciente que ao realizar a drenagem os vasos linfáticos encaminham para os canais coletores, onde ocorre o esvaziamento do líquido em duas veias subclávias (DOUKETIS, 2020).

A cirurgia de abdominoplastia promove lesões e traumas, mas pode ser ajudado com a drenagem buscando ter uma resolução eficaz no que diz respeito ao funcionamento superficial do sistema linfático que é estimulado de forma que ajude a diminuir disfunções. Dando importância também na re-acumulação de fluidos, é preciso impedir que todo o fluido se esvazie nas extremidades, portanto é de maior importância saber o tratamento correto (NAVEGANTES; CORRÊA, 2016; SANTOS apud BORGES; CRUZ, 2016, pag. 07).

Os efeitos da drenagem linfática são benéficos em toda a atividade do sistema linfático para a melhora da cicatrização e tecido. Esse procedimento tem como principal objetivo reduzir ou retirar o líquido total em excesso acumulado no interstício, sem a drenagem pode haver um desequilíbrio resultando um linfedema, sua técnica de manobra é suave e com o cuidado excepcional ao deslizamento na área (MELLO, [20??] apud LEAL, 2017).

A recomendação é que às sessões tenham início a princípio no 4º e 7º dia após a cirurgia, necessariamente nos pós a drenagem linfática deve ser feita de forma suave, com movimentos leves, para evitar dores ao paciente (NUNES, 2019).

Sendo dessa forma natural que o inchaço desapareça cerca de três semanas após a abdominoplastia, resultando uma satisfação ao paciente, no entanto o corpo continuará eliminado líquidos da região por até um ano ou mais, melhorando a aparência cada vez mais (NUNES, 2019).

Para Leal (2017) o mesmo ressalta que é de extrema importância o profissional que realiza o procedimento ter conhecimento tanto anatômico quanto



fisiológico para um melhor resultado, respeitando sempre a linha de drenagem pela cirurgia. Nesse tratamento o edema tende a dar uma resposta significativa e com isso entra um método mais abrangente, estimular a regeneração linfática.

No início e no final da sessão desta terapia, a técnica de respiração profunda é feita no intuito de ajudar na abertura das vias linfáticas profundas. Ela ajuda na movimentação do fluido até o coração, esta técnica condiz ao relaxamento também (LYMPHCARE, 2021, tradução nossa).

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Entende-se que o corpo perfeito é aquele que está imposto na sociedade por uma ideia difundida pela mídia. No Brasil, essa procura pelo corpo perfeito é frequente e isso gera intervenções estéticas em alta demanda, como a abdominoplastia, que é vista como uma cirurgia muito procurada dentro da estética.

Tendo em vista os aspectos mencionados, vimos que procura da drenagem vem sendo recorrente no que diz respeito ao pós-operatório para promover melhora no desconforto de toda a área.

Dessa forma o trabalho realizado demonstrou a necessidade na qual pacientes com pós abdominoplastia e dentre outras cirurgias devem seguir com orientações para evitar futuras complicações e ajudar na melhoria de linfedemas ocasionados no pós-cirúrgico, compreendendo que o estudo de todo o sistema linfático é crucial para uma boa manobra da técnica de drenagem e que é de suma importância o conhecimento amplo anatômico e fisiológico para promover uma melhor qualidade de vida ao paciente e um bom prognóstico.

Ao longo das pesquisas foram observadas que a DLM tem um papel muito eficaz e faz jus aos métodos que são realizados, não só podemos realizar de forma manual, como também existem usos de aparelhos que podem ser utilizados em conjunto para uma maior eficácia.

## REFERÊNCIAS

AMARALG. S. G; SATO, G. A; SIMÕES, N. P. **Drenagem linfática: uma revisão bibliográfica.** 2016. Disponível em

< [http://www.kleberpersonal.com.br/artigos/artigo\\_068.pdf](http://www.kleberpersonal.com.br/artigos/artigo_068.pdf)>. Acesso em 13 de set. De 2021

BAPTISTA, R. J. T. EVANGELISTA, M. C. K. **MULHER NOVA, BONITA E CARINHOSA: uma análise de conteúdo da revista Ludovica.** Revista Café com Sociologia. Universidade Federal de Goiás (UFG). v. 6. n. 2, 2017. Disponível em: <<http://revistacafecomsociologia.com/revista/index.php/revista/article/view/740>>. Acesso em: 29 de ago. de 2021.

BENEVINUTO, A.J. MONTEIRO, O.M.E. **Benefícios da drenagem linfática manual em pacientes mulheres no pós operatório de abdominoplastia.** v. 4, n. 1. 2020. Disponível em:<<http://revista.liberumaccesum.com.br/index.php/RLA/article/view/50>>. Acesso em:29 de ago. de 2021.

BORGES, M. V. D. CRUZ, S. S. C. Z. **Contribuições da drenagem linfática no pós-operatório de cirurgias estéticas.** Orientadora: Prof. Dr. Vanessa Migliaccio. Curso de pós-graduação em Estética Dermato Funcional do Centro Universitário São Lucas, 2018. Disponível em:<<https://bitly.com/fqBmF>>. Acesso em: 29 de ago. de 2021.

BRAGA, X. L. et al. **Técnica Ronaldo Pontes de abdominoplastia em bloco.** Instituição: Hospital Niterói D'Or, Rio de Janeiro. 2019. Disponível em: <<http://www.rbc.org.br/export-pdf/2688/v34n4a04.pdf>>. Acesso em: 29 de ago. de 2021.

CÂNDIDO, R.T. et al. **Corpo padrão: um estudo sobre as concepções do corpo feminino exposto pela a mídia.** Revista latino-americana de psicologia corporal, no.9, p.120-145, jun, 2020. Disponível em:<<https://psicorporal.emnuvens.com.br/rlapc/article/view/98>>. Acesso em: 29 de ago. de 2021.

CORDEIRO, C. **Procura por cirurgia plástica tem aumento de 50 no início de 2021.** JORNAL DE CAMPINAS. Campinas, 7 de jan.de 2021. Disponível em: <https://jornaldecampinas.com.br/procura-por-cirurgias-plasticas-tem-aumento-de-50-no-inicio-de-2021>. Acesso em: 06 de out. de 2021.

DOUKETIS, J. **CONSIDERAÇÕES GERAIS SOBRE O SISTEMA LINFÁTICO,2020( MSD MANUALS).**MD,MCMMASTER UNIVERSITY. nov. 2020. Disponível em: <<https://www.msmanuals.com/pt-br/casa/dist%C3%BArbios-do>>

cora%C3%A7%C3%A3o-e-dos-vasos-sangu%C3%ADneos/dist%C3%BArbios-do-sistema-linf%C3%A1tico/linfedema>. Acesso em: 29 de ago. de 2021.

FRAZÃO, A; **O QUE É O SISTEMA LINFÁTICO, COMO FUNCIONA E DOENÇAS RELACIONADAS**. 13 de dez. de 2019. Disponível em: <<https://www.tuasaude.com/sistema-linfatico/>>. Acesso em: 29 de ago. de 2021.

GODOY, J.M.P. GODOY, M.F.G. **Drenagem linfática manual: novo conceito**. *Jornal Vascular Brasileiro*, 2020. Disponível em:<<http://www.jvb.periodikos.com.br/article/5e205e690e8825125e11f7b1>>. Acesso em: 29 de ago. de 2021.

LEAL, L. S. **Atuação da Fisioterapia dermatofuncional nas complicações da abdominoplastia**. Orientadora: Patrícia Caroline Santana. TCC (Bacharel). Curso de Fisioterapia da Faculdade de Educação e Meio Ambiente. 2017. Disponível em:<<http://repositorio.faema.edu.br/handle/123456789/1220>>. Acesso em: 29 de ago. de 2021.

LYMPHCARE. Manual Lymphatic Drainage (MLD). **Lymphcare**. USA/Canadá. 11 de mai. de 2021. Disponível em: <<https://www.lymphcare.com/na-en/treating-your-condition/treating-lymphedema/manual-lymphatic-drainage-mld/>>. Acesso em: 30 de ago. de 2021

MAC, A.;RICCI, L.;PEREIRA, I.M. **Jornal Estado de Minas**. Minas Gerais, 8 de out. de 2020. Disponível em:<[https://www.em.com.br/app/noticia/gerais/2020/10/04/interna\\_gerais,1191429/como-as-redes-sociais-aumentam-pessao-estetica-sobre-corpo-da-mulher.shtml](https://www.em.com.br/app/noticia/gerais/2020/10/04/interna_gerais,1191429/como-as-redes-sociais-aumentam-pessao-estetica-sobre-corpo-da-mulher.shtml)>. Acesso em:29 de ago. de 2021.

MARQUES, T. M. L. S.; SILVA, A. G. Anatomia e fisiologia do sistema linfático: processo de formação de edema e técnica de drenagem linfática. **Scire Salutis**, v.10, n.1, p.1-9,18 de fev. de 2020. Disponível em: <<http://doi.org/10.6008/CBPC2236-9600.2020.001.0001>>. Acesso em:29 de ago. de 2021.

MEYER, C. A. **Os benefícios da drenagem linfática no pós-operatório de abdominoplastia**. v.5. n.1. Uni Brasil Centro Universitário, Rio grande do Sul, 2020. Disponível em:<<https://portaldeperiodicos.unibrasil.com.br/index.php/anaisvinci/article/view/4970>>. Acesso em: 29 de ago. de 2021.

NERY, G. K. M. M., Nery, J. F. **Biossegurança no ensino técnico: de que maneira os**

**esteticistas associam este tema a prática de suas atividades.** 2020. 12p. Instituto Nacional do Semiárido (INSA). Paraíba, 2020.v.6, e10135. Disponível em:<[10.15628 / holos.2020.10135](https://holos.2020.10135)>. Acesso em:29 de ago. de 2021.

PACHECO\_P.P. **Cuidados e tratamentos estéticos realizados por mulheres antes e após realização de cirurgia plástica na região abdominal.** Orientadora: Graciela Freitas Zarbato. Repositório, Santa Catarina. 2019. Disponível em:<<https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/11567>>. Acesso em: 29 de ago. de 2021.

PACHECO. M.N.L. **Tratamentos estéticos realizados no pós operatório de abdominoplastia.** 2020. Disponível em:<<https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/15852>>. Acesso em: 29 de ago. de 2021.

PEREZ, E. VASCONCELOS, M. G. **TÉCNICAS ESTÉTICAS CORPORAIS.** 1. ed. São Paulo. 2014. 136 p. Acesso em: 9 de set. de 2021.

PINHEIRO,M.Como é feita a drenagem linfática manual. **Tua Saúde.**12 mai. 2021. Disponível em: <<https://www.tuasaude.com/drenagem-linfatica/>>. Acesso em: 6 de set. de 2021.

ROCHA, L. M. **Drenagem Linfática terapêutica.** São Paulo, Consultor Editorial, 2017. Acesso em: 30 de ago. de 2021.

SBD(Sociedade Brasileira de Dermatologia). **Diretrizes da Sociedade Brasileira de Dermatologia.**Drenagem Linfática. São Paulo. c2017. Disponível em:<[HTTPS://www.sbd.org.br/dermatologia/pele/procedimentos/drenagem-linfatica/19/](https://www.sbd.org.br/dermatologia/pele/procedimentos/drenagem-linfatica/19/)>. Acesso em: 29 de ago. de 2021.

SERODIO, S. Benefícios da drenagem linfática no pós operatório. **Tribuna de Minas.** Minas Gerais. 16 de jul. de 2021. Disponível em: <<https://tribunademinas.com.br/colunas/life-style-sa/16-07-2021/beneficios-da-drenagem-linfatica-no-pos-operatorio.html>>. Acesso em: 6 de set. de 2021.

SILVA, S. F. A. et al. **A magreza como normal, o normal como gordo”: reflexões sobre corpo e padrões de beleza contemporâneos.** 2018. Disponível em: <<http://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/refacs/article/view/3296/pdf>>. Acesso em: 30 de ago. de 2021.

THIESEN, L.C. ZANATTA, F. G. **Drenagem Linfática**. Indaial: UNIASSELVI. [s.n]. 2019. Disponível:  
<<https://www.uniasselvi.com.br/extranet/layout/request/trilha/materiais/livro/livro.php?codigo=36382>>. Acesso em:29 de ago. de 2021.

VIEIRA, S. C. A. QUIROGA. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. **RS.Rev. Psicol. IMED** [online]. vol.10, n.2, pp. 161-177. 2018. Disponível em:<[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S2175-50272018000200011&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2175-50272018000200011&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em:29 de ago. de 2021.

ZUÑIGA, R. A. J. et al. Indicações de neo-onfaloplastia em pacientes submetidos a abdominoplastia. **Revista Brasileira de Cirurgia Plástica (RBCP) - Brazilian Journal of Plastic Surgery** · Jan, 2019. Disponível:  
<<http://www.rbc.org.br/details/2393/indications-of-neo-omphaloplasty-in-patients-undergoing-abdominoplasty>>. Acesso em: 29 de ago. de 2021.