

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA  
TECNÓLOGO EM ESTÉTICA E COSMETOLOGIA

JÉSSIKA CELLI SOARES DO NASCIMENTO

## **OS BENEFÍCIOS DA MASSAGEM MODELADORA**

RECIFE/2021

JESSIKA CELLI SOARES DO NASCIMENTO

## **OS BENEFICIOS DA MASSAGEM MODELADORA**

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

Professor(a) Orientador(a): Lenio Pontes.

RECIFE/2021

Ficha catalográfica elaborada pela  
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 2338/ O.

N244f Nascimento, Jéssika Celli Soares do Nascimento  
Os benefícios da massagem modeladora. / Jéssika Celli Soares do  
Nascimento. - Recife: O Autor, 2021.  
12 p.  
  
Orientador(a): Lênio José de Pontes Costa.  
  
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário  
Brasileiro – UNIBRA. Tecnólogo em Estética e Cosmética, 2021.  
  
Inclui Referências.  
  
1. Massagem. 2. Drenagem. 3. Rejuvenescimento. I. Centro  
Universitário Brasileiro - UNIBRA. II. Título.

CDU: 646.7

*Dedicamos esse trabalho a nossos pais e professores.*

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço à primeiramente a DEUS e mina família.

À minha orientadora ....

Aos ...

DEUS É O NOSSO REFUIO E FORTALEÇA  
SOCORRO PRESENTE NA ANGUSTIA  
*(BIBLIA SARADA*

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	<b>07</b>
--------------------------	-----------

Arial, tamanho 12,  
entrelinhas 1,5,  
alinhamento justificado

# OS BENEFÍCIOS DA MASSAGEM MODELADORA

JÉSSICA CELLI SOARES DO NASCIMENTO

Lenio Pontes<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Acadêmicos do curso Tecnólogo em Estética e Cosmética UNIBRA

<sup>2</sup> Docente UNIBRA Esp . E-mail : leniopontes@gmail.com

**Resumo:** Sobre os benefícios e atuação da massagem modeladora.

**Palavras-chave:** massagem, drenagem e rejuvenescimento.

## 1. INTRODUÇÃO

Buscando por um padrão de beleza perfeito ao ponto de vista social, os procedimentos estéticos vem crescendo cada vez mais. Esse avanço se dá por questões da praticidade, menos esforço, e resultados imediato. Dentre os procedimentos não invasivos incluídos na área está a massagem modeladora, uma técnica manual que possui o objetivo de promover a mobilização da gordura, melhora na circulação vascular periférica e eliminação de toxinas (MACHADO,2017) além da utilização de cosméticos específicos com princípios ativos redutores e descongestionantes (COSTA, 2014). A massagem modeladora é realizada sobre a epiderme, ou seja, a camada superior da pele, onde será absorvido através dos poros e potencializados. Diante disso, o objetivo deste trabalho é buscar conhecimentos específicos sobre a massagem modeladora e destacar detalhadamente ao longo do trabalho acadêmico, partindo de alguns estudos científicos da área da saúde e exclusivamente da estética.

## 2. OBJETIVOS

### 2.1 Objetivo Geral

Verificar que a massagem modeladora pode ser efetiva na redução de gordura localizada.



## **2.2 Objetivo específico**

- Realizar revisão bibliográfica para elucidar as alterações no organismo através da massagem modeladora;
- Apontar os fatores que influenciam no tratamento deste protocolo;
- Descrever os componentes químicos dos produtos utilizados nesse processo estético.

## **3. MATERIAIS E MÉTODOS**

### **3.1 A influência da massagem modeladora em tratamentos estéticos.**

Para a elaboração desse projeto, usou-se a pesquisa em bancos de dados e livros, a fim de encontrar materiais que se relacionassem com o tema a ser abordado, e deste modo formular um trabalho direcionado à influência da massagem modeladora em tratamentos estéticos.

## **4. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A massagem é tão antiga quanto o homem. Estudos apontam que já na pré-história, as lesões e infecções eram tratadas por meio de fricções no corpo, por isso o nome massagem, de origem grega, que significa amassar. Há registro em pinturas, murais, túmulos e em cerâmicas, do uso das técnicas de massagem no oriente (China, Japão, Egito e Pérsia), há mais de 5000 anos. Na China, a massagem era usada como tratamento de várias doenças e lesões, usada desde 1800 A.C. Já os gregos valorizavam muito a saúde, a forma física, o potencial atlético e a beleza, a massagem era utilizada por atletas, para preparar a musculatura, antes e depois dos esportes. Hoje existem diversos tipos de massagem e cada uma delas tem uma função, foram criadas por pessoas e anos diferentes, as mais procuradas são:

drenagem linfática, que tem o objetivo de levar as linfas até as glândulas linfáticas. A massagem modeladora, que utiliza técnicas de amassamento e deslizamento, que tem o objetivo de eliminar a gordura localizada e modelar o corpo, e por fim a massagem relaxante, que seu principal objetivo é relaxar o corpo, que através do toque leve, o terapeuta busca estimular a produção de hormônios relaxantes.

Dentre as diversas funções fisiológicas exercidas pelo organismo humano, a drenagem linfática tem um importante papel na manutenção da homeostase corporal quanto aos líquidos contidos no corpo. Os vasos linfáticos apresentam células endoteliais que possuem conexões com o tecido conjuntivo, seu transporte se dá por meio de coletores linfáticos que direcionem-se para as cadeias ganglionares. Os gânglios expressam-se através do formato de cápsulas conjuntivas periféricas, onde estas se ligam ao tecido adiposo. A função ganglionar é preservar o organismo contra possíveis substâncias estranhas. Sua contribuição é vista por dois tipos de células, as reticulares, que absorvem as substâncias líquidas e as células linfóides, que caracterizam-se pela sua memória imunológica, são especializadas e podem reagir frente a um antígeno.(LEDUC, LEDUC; 2003) O sistema linfático manifesta uma camada celular lisa, sendo estas inervadas ao sistema nervoso simpático que através de um estímulo, como o da massagem modeladora, ocasiona efeitos de espasmos nos vasos, relaxando conseqüentemente o sistema vascular. ( WITTLINGER et al; 2013) A massagem modeladora trata-se de uma técnica que confere uma melhor efetividade na circulação vascular periférica, a eliminação de toxinas e a mobilização de gordura, sendo essa última o maior objetivo de procura para a realização deste procedimento. A gordura corporal denomina-se de tecido adiposo, tal tecido referenciado é composto pelo tecido conjuntivo e um aglomerado de células adiposas. (MACHADO et al; 2017)

De acordo com Cassar (1999), os efeitos da massagem estética pelo estímulo do metabolismo local, pode gerar uma situação genérica de estresse, aumentando a ação das catecolaminas, além de aumentar a absorção de líquidos ou edemas intersticiais. A situação de estresse promovida por manobras estimulantes levam á maior reação simpáticas. A massagem modeladora é uma que pode ser trabalhada, visto que os autores obtêm as respostas localizadas. Normalmente utiliza-se para essa massagem um produto cosmético com princípios ativos redutores e descongestionante (VAZ, 2008). O princípio ativo do óleo ou creme usado na massagem modeladora é responsável pelos efeitos que os produtos causam na pele. Eles definem as ações que serão potencializadas. ( Peres et al; 2014) . Os ativos que mais usamos e que possuem

essas características são: O óleo essencial de Grapefruit bem utilizado na massagem modeladora possui propriedades anti-sépticas, antitóxicas, adstringente, bactericida, desinfetante, solvente, estimulante e tônico. ( WNF. 2ª ed. P 56.) Cafeína, que estimula as enzimas a reduzirem e degradarem a reserva de gordura, diminuindo o volume corporal, aumenta o gasto energético celular, é lipolítica e liporredutora. Centelha asiática, é uma planta que age na eliminação das células de gordura e melhora a circulação do sangue e possui propriedades adelgaçantes (que combate eficazmente a celulite, a falta de firmeza e as estrias, graças aos seus compostos ativos, que atuam sob as células que armazenam gordura) e anti-inflamatórias, além de hidratar a pele. Castanha da Índia, aumenta o tônus e a resistência das veias e diminui a fragilidade capilar. Auxilia no tratamento da celulite, sendo adstringente, anti-inflamatória, antilipêmica, descongestionante e vaso protetor. E Algas marinhas, plantas ricas em vitaminas e sais minerais que estimulam a circulação da pele, promovendo a redução de gorduras e eliminação de toxinas e possuem efeito hidratante e protetor da pele. A utilização de cosméticos amplificam os resultados obtidos através da massagem, objetivam a redução da flacidez, gordura localizada, celulite e distúrbios circulatórios conforme a composição de cada produto. Esses produtos podem ter efeito vasodilatador, ativando a circulação sanguínea e linfática, aumentando a oxigenação e diminuindo o inchaço. Lipolítico que ajuda na quebra da molécula de gordura, hidratante para amaciar o tecido, ou antifibrótico que ajuda na mobilização das travas de colágeno (celulite). Em um mesmo produto, você pode encontrar todos esses ativos. As massagens estéticas auxiliam na redução das medidas de edemas (TACANI, 2010). Segundo Orsi (1985), a massagem desempenha um grande papel no processo de emagrecimento das gordurinhas localizadas, quando auxiliada por exercícios e uma dieta macrobióticas. Segundo Cassar (2001), além do relaxamento e do apoio emocional que oferece, a massagem terapêutica é benéfica devido a sua influência sobre diversos processos orgânicos. Existe o efeito mecânico que age sobre os tecidos moles e influência a circulação, ativando o retorno venoso.

## 5. CONCLUSÕES

Visto que a massagem modeladora possui método e benefícios em prol da saúde e do bem está do indivíduo, podemos concluir que o seu crescimento é visível pela sua praticidade onde o foco maior são as mulheres, por buscarem um padrão de beleza posto pela sociedade, pois o corpo é um vetor semântico (BRETON 2010) onde reflete aquilo que é posto pela maioria se baseado em questões culturais e costumes. A busca pela inclusão

social pode trazer sérios riscos a saúde, então é importante que todo o processo seja acompanhado por profissionais capacitados e ter uma alimentação adequada além de exercícios físicos para ter o resultado desejado.

## REFERÊNCIAS

ALBERT Leduc. ; OLIVER Leduc. **Drenagem Linfática: teoria e prática**. 3.ed. São Paulo, 2007

AMARAL, F. **Óleo essencial de grapefruit**. 2011. WNF, 2° ed. Pág 56

MACHADO, A.T.O.M. et al. **Benefícios da Massagem Modeladora na Lipodistrofia Localizada**. Revista Multidisciplinar e de Psicologia. V.11, n.35, p. 542-553, 2017

MARQUES, C. **Benefícios da massagem modeladora**. 2017. Disponível em: <https://www.esteticistacomovoce.com.br/beneficios-da-massagem-modeladora/>. Acesso em: 14/03/2019

MOZONI, M.; PINHEIRO, A. M. **Estudo dos efeitos da massagem modeladora na redução de gordura localizada**. Revista de Iniciação Científica, p 1-13, 2012.

PAULA, A. **Massagem modeladora**. 2015 Disponível em: <http://arevistadamulher.com.br/corpo-e-pele/content/2159100-saiba-tudo-sobre-a-massagem-modeladora>. Acesso em:23/03/19

PINHEIRO, R. **A importância dos componentes do óleo ou creme de massagem**. 2014. Disponível em: <http://gnt.globo.com/bem-estar/materias/a-importancia-dos-componentes-do-seu-oleo-ou-creme-de-massagem.htm> Acesso em: 14/03/2019

RODRIGUES, P. **Massagem modeladora**. 2014. Disponível em:

<http://www.poderdasmaos.com.br/historia-da-massagem/#respond> . Acesso em: 23/03/2019

TAVARES, A. **Massagem modeladora**. 2017. Disponível em:

<https://blog.shopfisio.com.br/evolucao-da-massagem/> . Acesso em:23/03/19

WITTLINGER, H. et al. **Drenagem Linfática Manual: método Dr. Vodder**. Buenos Aires, 2013

ANEXOS;

