

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA
TECNÓLOGO EM ESTÉTICA E COSMETOLOGIA

AKYZA JHENNIFFER FERREIRA DE SOUZA MENEZES FREITAS

GIOVANNA DA SILVA DE SANTANA

JÉSSICA FLORENTINO LINS

MONIKY JORDANYA DE LIMA CARVALHO CALVANCANTI

**A RELEVÂNCIA DA REALIZAÇÃO DA DRENAGEM
LINFÁTICA MANUAL NO PÓS-OPERATÓRIO DA
LIPOASPIRAÇÃO HD**

RECIFE

2022

AKYZA JHENNIFFER FERREIRA DE SOUZA MENEZES
FREITAS
GIOVANNA DA SILVA DE SANTANA
JÉSSICA FLORENTINO LINS
MONIKY JORDANYA DE LIMA CARVALHO CALVANCANTI

A RELEVÂNCIA DA REALIZAÇÃO DA DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL NO PÓS-OPERATÓRIO DA LIPOASPIRAÇÃO HD

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

Professora Orientadora: Camila Bezerra Correia Neves

RECIFE
2022

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

R382 A relevância da realização de drenagem linfática manual no pós-operatório da lipoaspiração HD / Akyza Jhennifer Ferreira de Souza Menezes Freitas [et al]. - Recife: O Autor, 2022.

16 p.

Orientador(a): Camila Bezerra Correia Neves.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA. Tecnólogo em Estética e Cosmetologia, 2022.

Inclui Referências.

1. Drenagem linfática manual. 2. Lipoaspiração HD. 3. Pós-operatório. I. Santana, Giovanna da Silva de. II. Lins, Jéssica Florentino. III. Cavalcanti, Moniky Jordanya de Lima Carvalho. IV. Centro Universitário Brasileiro - UNIBRA. V. Título.

CDU: 646.7

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente a Deus pelo dom da vida e por ter me proporcionado chegar até aqui.

Aos meus pais, minha família que me auxiliaram e me apoiaram em cada momento.

Primeiramente à Deus que me deu oportunidades, força de vontade e coragem. A minha família, Maria (mãe), Myckaelle (irmã), Dayvson (Irmão), Daniel (irmão), Heitor (sobrinho), Apólo (sobrinho), Paula Cristina (tia), Glycia (prima), Sheila (tia), Doca (tio), Maria Neide (sogra), Moisés (sogro) .

E ao meu esposo Kelvyn Matheus, por toda paciência, por todo cuidado, por sempre segurar a minha mão quando não tinha forças, obrigada por acreditar em mim. Aos meus familiares, minhas colegas de faculdade, Trabalho. A minha amiga Jayne, por todo apoio e incentivo. E principalmente aos meus queridos avós José Pedro e Maria da soledade, dedico essa vitória a eles.

Agradeço a Deus, a todos os professores, a nossa orientadora Camila, aos meus pais, minha família, por sempre acreditar em mim , sem eles não teríamos chegado até aqui .

Quero agradecer ao meu pai por ter me ajudado a minha vida inteira fazendo o possível e o impossível é a Professora Camila Neves por nos orientar para que o trabalho fosse concluído com excelência.

*“Mas tá tudo bem
Um bem tão batalhado
Um bem tão merecido
De pernas e costas doendo
Mas coração tranquilo.”
(Caio Fernando Abreu)*

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	8
2 DELINEAMENTO METODOLÓGICO.....	9
3 REFERENCIAL TEÓRICO.....	10
3.1 DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL.....	11
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	12
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	14
REFERÊNCIAS.....	16

A RELEVÂNCIA DA REALIZAÇÃO DA DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL NO PÓS OPERATÓRIO DA LIPOASPIRAÇÃO HD

Akyza Jhenniffer Ferreira de Souza Menezes Freitas

Giovanna da Silva de Santana

Jessica Florentino Lins

Moniky Jordanya de Lima Carvalho Calvancanti

Camila Correia Bezerra Neves¹

Resumo: A realização de procedimentos estéticos está cada vez mais em alta, uma vez que o padrão estético de beleza vem mudando com influência das mídias digitais, com o aumento expressivo em números de pessoas que se submetem a realização de lipoaspiração. O principal objetivo do trabalho é revisar na literatura os benefícios que a drenagem linfática manual possui no pós-operatório da lipoaspiração HD. Consultando os artigos disponíveis nas bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciência e Saúde LILACS, Scientific Electronic Library Online SCIELO e Medical Literature Analysis and Retrieval System On-line (MEDLINE), U.S. National Library of Medicine National Institutes Health (PubMed) e com a ferramenta de busca Google Scholar, dos últimos cinco anos. O presente trabalho se caracteriza como uma pesquisa bibliográfica, com uma abordagem qualitativa, que busca a compreensão sobre relevância de realizar a drenagem linfática manual em pacientes que se submeteram a lipoaspiração HD. Conclui-se que a drenagem linfática manual se configura como uma importante técnica que está aliada a recuperação das áreas lesionadas, uma vez que proporciona benefícios como a nova vascularização e a diminuição dos sinais inflamatórios que tendem a existir.

Palavras-chave: Drenagem Linfática Manual. Lipoaspiração HD. Pós-operatório.

¹ Professora da UNIBRA. E-mail: Camilabcneves@gmail.com

1 INTRODUÇÃO

De acordo com estudo realizado pela plataforma de descontos CupomValido.com.br com os dados da Sociedade Internacional de Cirurgia Plástica Estética (ISAPS) juntamente com a Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBPCP), o patamar de cirurgia plástica realizada com maior frequência mundialmente é o implante de silicone, com aproximadamente 1.8 milhões de procedimentos, ao qual demonstra 15,8% do total de cirurgias realizadas. No entanto, em segunda posição, em torno de 15% está a realização de da lipoaspiração, que é um procedimento em que há a aspiração da gordura localizada através de um aparelho que faz sucção. Dados da mesma pesquisa referente ao Brasil, mostram que é o país que lidera os números em contexto de submissão de pessoas a procedimentos estéticos invasivos, uma vez que aproximadamente são realizadas 1,5 milhões de cirurgias ao ano. Em contexto nacional, a lipoaspiração é a onda tendenciosa no país, representa a porcentagem de 15,5% do total de procedimentos invasivos realizados.

Em vista dos argumentos supracitados, é de suma importância articular sobre a influência do padrão estético sobre os corpos. Michel Foucault ao desmiuçar sobre o mecanismo do biopoder que é o gerenciamento da vida do ser humano, as técnicas de regulação e vigilâncias em os corpos são “dócies”, ou seja, que são de fácil manejo, domínio: “se esquematiza o poder sob a forma jurídica e se definem seus efeitos como obediência. Em face de um poder, que é lei, o sujeito é constituído como sujeito – que é, “sujeitado” - e aquele que obedece.” (FOUCAULT, 2004, p. 93). Nesse sentido, a ditadura da beleza imposta através da indústria estética, tendencia aos corpos que fogem de um “padrão”, buscarem procedimentos estéticos corporais. Cada vez mais pessoas desejam o tão sonhado corpo perfeito e acabam a recorrer por procedimentos relativamente mais rápidos e mais fáceis que a prática de exercício físico, tendo como uma boa opção a lipoaspiração HD, criada em 2012 pelo cirurgião Alfredo Hoyos. Esse tipo de procedimento feito cada vez mais sucesso entre homens e mulheres por sua função de deixar o corpo mais definido em locais desejados, como abdômen, panturrilha, braços, pernas e glúteos. Ela é uma evolução da lipoaspiração convencional, extrai uma grande quantidade de gordura através de uma pequena incisão na pele (SANTOS, 2017).

É relevante trazer a importância da realização da drenagem linfática manual após a realização da cirurgia estética de lipoaspiração para uma melhor recuperação

e eficácia do procedimento, já que possui como benefício a diminuição do edema, acelera o metabolismo, além da desintoxicação dos tecidos e a promoção da cicatrização mais rápida (OLIVEIRA; TOKARS. 2017). Uma vez o procedimento não sendo feito corretamente pode ocorrer inchaço na região, e a inflamação pode trazer desconforto, e, concomitantemente os resultados estéticos indesejáveis. É importante abordar que todo pós-operatório tem seus eventos comuns, no entanto o acompanhamento com profissional adequado que realize as técnicas corretas de aplicação da drenagem linfática vai ser o ideal para obtenção do resultado mais eficiente e claro, cuidados como repouso durante a recuperação, alimentação, ingestão de água e utilizar cinta compressiva (VILLAÇA, 2018).

É recomendado uma média de 10 sessões, no então a questão vai depender da evolução clínica de cada paciente, em razão da superfície tratada. A drenagem tem ação estimulante, diminui o inchaço, e ainda relaxa o corpo com suas manobras, aumenta o metabolismo e ainda diminui a gordura localizada. Normalmente os cirurgiões fazem as recomendações para os cuidados pós-operatórios e indicam que o paciente procure um fisioterapeuta ou um esteticista para a realização da drenagem corretamente. Os pacientes que não fazem acompanhamento do protocolo das sessões ficam com os sinais flogísticos de inflamação ainda mais aguçados: bastante edema, sente mais dor, tem mais incidência de fibrose e acaba por prejudicar o seu resultado final (GODOY, 2018).

Diante disso, o objetivo desse trabalho é relatar a relevância da drenagem linfática manual no pós-operatório da lipoaspiração HD. Este estudo se justifica uma vez que vemos a tendência de mais pessoas se submeterem à procedimentos cirúrgicos sem saber, muitas vezes, que existem protocolos de cuidados pós-operatórios a serem feitos após as cirurgias plásticas.

2 DELINEAMENTO METODOLÓGICO

O presente trabalho se caracteriza como uma pesquisa bibliográfica, com uma abordagem qualitativa, que busca a compreensão sobre relevância de realizar a drenagem linfática manual em pacientes que se submeteram a lipoaspiração HD. Desse modo, segundo Severino:

A pesquisa bibliográfica é aquela que se realiza a partir do registro disponível, decorrente de pesquisas anteriores, em documentos impressos, como livros, artigos, teses etc. Utiliza-se de dados ou de categorias teóricas já trabalhados por outros pesquisadores e devidamente registrados. Os textos tornam-se fontes dos temas a serem pesquisados. O pesquisador trabalha a partir das contribuições dos autores dos estudos analíticos constantes dos textos (1941, p. 106).

Considerando o objetivo desse estudo, a formulação do problema foi embasada pela seguinte questão norteadora: “quais benefícios a drenagem linfática manual confere ao paciente submetido a lipoaspiração HD?”. Para base de pesquisa foram utilizadas as bases de dados eletrônicos: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciência e Saúde LILACS, Scientific Electronic Library Online SCIELO e Medical Literature Analysis and Retrieval System On-line (MEDLINE), U.S. National Library of Medicine National Institutes Health (PubMed) e com a ferramenta de busca Google Scholar, scielo e redalyc.org, com restrição dos últimos 5 anos. Foi utilizado o booleano and para a busca nas bases de dados. Os descritores em português selecionados para a busca bibliográfica foram: “drenagem linfática manual”, “lipoaspiração hd”, “pós-operatório”.

Segundo a abordagem dos critérios de inclusão e exclusão na leitura de títulos e resumos, foram selecionados nas bases de dados um total de quinze artigos. Foi feita uma leitura síntese desta amostra a fim de filtrar as informações mais relevantes sobre a questão que norteia o estudo. Nesse íterim, foram selecionados para compor o estudo os artigos que se enquadravam nos critérios inclusivos, os quais são referentes a: drenagem linfática manual aplicada no pós operatório da lipoaspiração. Além disso foi observado os artigos foram originalmente publicados a partir do ano de 2018; disponíveis online na base de dados e publicados na íntegra; gratuitos e que contemplassem a questão norteadora, um importante tema de promoção da saúde.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

As intervenções cirúrgicas podem ocorrer por duas razões: médicas ou estéticas. As formas são realizadas com o objetivo corretivo de alterações ou

imperfeições, no entanto, quando o paciente é submetido as cirurgias, ocorrem bastantes alterações significativas no sistema linfático, em nível de funcionamento, que pode comprometer e dar início a formação do edema (ALENCAR et al., 2009). Desse modo, a técnica de lipoaspiração, criada nos anos 80, é um procedimento que é realizado com pequenas incisões com intuito de drenar gordura localizada através de cânulas que geram uma pressão negativa, pois, através esse método, é possível retirar gordura em qualquer lugar do corpo. Porém, vale ressaltar que é importante que a/o paciente deverá ter boa elasticidade da pele.

As cânulas grossas que aspiram a gordura com rapidez causam um dano mecânico no tecido, ocasionando o sangramento maior, já as cânulas finas demoram mais para retirada da mesma quantidade de gordura que a cânula grossa, no entanto causa sangramento menor, porém o mesmo traumatismo aos tecidos (SANTOS, EP; LIMA, MS. 2020). Os movimentos realizados com as cânulas são para frente e para trás, fazendo a sucção das células de gordura que são retiradas para fora do corpo, com bastante precaução para evitar irregularidades e ondulações teciduais. De acordo com a Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica, é considerável um limite para a retirada de gordura, que consiste na representação de 7% do peso corporal do paciente, ou até dois litros de volume aspirado. Uma vez se tratando de um procedimento subcutâneo, várias consequências são percebidas a nível do sistema linfático, que por fragilizar bastante os vasos linfáticos, há a formação de linfodemas.

É importante abordar os aspectos fisiológicos atuantes da drenagem linfática em pós-operatório, uma vez que os sintomas causados pelo pós-operatório de lipoaspiração podem ser minimizados quando utilizados as manobras da drenagem linfática manual. Hoje, considera-se uma das técnicas mais eficaz no pós-operatório, pois faz a promoção da reparação tecidual, previne as fibroses, ajuda na otimização do tempo de cicatrização e dores provenientes nos-pós cirúrgicos (SANTOS, EP; LIMA, MS. 2020). A tendência é que quanto mais rápido seja feita as sessões, melhor recuperação o paciente submetido a lipoaspiração HD obtenha.

3.1 DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL: REDUÇÃO DE DANOS

O profissional de estética deve observar diversas questões que envolve o pós cirúrgico de uma lipoaspiração, como as irregularidades da cútis, depressões e ondulações, observando detalhes relacionados a espessura. Nesse sentido pode

haver surgimento de fibrose, que é uma formação anormal do tecido em que a passagem do fluxo sanguíneo e linfático é extremamente dificultado, pois as estruturas próximas estão com aderências de colágeno e elastina; o rompimento de vasos sanguíneos, equimoses e hematomas, onde a pele apresenta-se de coloração arroxeadada. Além disso, ainda mais evidente, a formação de edema que se configura como o excesso de líquido na área da cirurgia; a necrose, que por sua vez se conjuntura como a morte tecidual; a diminuição da sensibilidade e o processo de recuperação, formando a cicatriz (RISSARDI et al. 2017). A recomendação é que logo no primeiro dia do pós-operatório inicie a realização das sessões de drenagem linfática manual nas áreas não lesionadas, com manobras leves com intuito de captação das redes ganglionares e as vias linfáticas.

A drenagem linfática manual é representada pelas técnicas de Leduc e de Vodder e acarreta em inúmeros benefícios e bons resultados após a cirurgia, pois atua absorvendo os líquidos que banham as células, auxiliando na manutenção do equilíbrio hídrico dos espaços intersticiais, aumentando a movimentação da unidade linfática, diminuindo fibroses linfostática (LIMA, W; SERRA, C. S. 2018) Além do aumento da oxigenação dos tecidos e a eliminação das toxinas. Deve ser realizado por profissional capacitado que saiba aplicar as manobras e acompanhar o estágio evolutivo de recuperação, de modo a melhorar a dor, diminuir a congestão do tecido e fazer com que haja o retorno da sensibilidade cutânea de modo mais rápido.

A delimitação da pesquisa bibliográfica no quadro 1.0, evidenciou a realização de procedimentos estéticos está para além do padrão de beleza, mas condição de vida melhora e bem estar avançado. Nesse ínterim, percebe-se que as sessões de drenagem linfática manual em pacientes submetidos a lipoaspiração HD, estimula a melhora do quadro clínico em otimização de tempo, como a homeostase da fisiologia dos tecidos lesionados.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Pontes et al. (2018) mostrou que a realização da drenagem linfática manual, a partir de um número superior a onze sessões, os pacientes submetidos a cirurgia de lipoaspiração que apresentavam dor nas regiões de incisura, além de edema, equimoses, fibrose e os sinais flogísticos, apresentam melhora da resposta fisiológica pós-operatória. Nesse sentido, entende-se que é uma relação proporcional: quanto

maior o número de sessões de DLM após o procedimento cirúrgico, maior é a melhora da qualidade de vida do paciente na recuperação. Além da questão cicatricial, evidencia-se concomitantemente a redução da distensão abdominal do paciente, o que remete a estimulação da drenagem de líquidos intracelulares.

Santos et al. (2020) que o atendimento profissional com a conduta correta de aplicação da drenagem linfática manual faz com que haja a diminuição dos hematomas e os edemas, uma vez que promove a neovascularização da área lesionada através de manobras precisas, lentas, rítmicas e leves, onde empurra tangencialmente a pele e vão percorrer o caminho dos vasos linfáticos sem proporcionar fricção, deslizamento, dor ou eritema. Nesse sentido, previne a formação de cicatrizes aderentes, hematomas, edemas, dor, diminuição da amplitude de movimento, tensão muscular. Mas, destaca que existem algumas situações clínicas as quais a drenagem não pode ser aplicada, para que não ocorra iatrogenia – complicações que podem decorrer de tratamento profissional -. Dessas, destacam-se: infecções agudas, insuficiência cardíaca descompensada, trombozes, flebite, tromboflebites, síndrome seno carotídeo, hipertensão, certos tipos de afecções da pele, câncer, asma brônquica e bronquite asmática, hipertireoidismo, reações alérgicas agudas, insuficiência renal dependente de diuréticos ou diálise

Ozolins et al. (2018) ratifica a melhora da oxigenas e nutrição a nível celular, além da redução de edema em todas os pacientes submetidos a drenagem, como também redução nos sintomas de dor, formigamento, sensação subjetiva de “pernas pesadas” ocasionadas pelo inchaço.

QUADRO 1: Artigos selecionados (2018-2021)

Título	Autores	Ano	Objetivo	Conclusão
Drenagem Linfática Manual – Revisão de literatura	Bárbara Cristine Ozolins; Aryane Freire Gomide Mendes; Liliane Pereira Pinto; Isabela Bacelar de Assis.	2018	é as manobras de drenagem linfática manual, se atribuídas de forma correta, faz uma simulação do bombeamento fisiológico que o corpo faz	Melhora da reparação tecidual, com a otimização de tempo do pós operatório, além da redução de possíveis danos

Drenagem linfática no pós operatório de lipoaspiração de abdome: uma revisão da literatura	Cleuma Regina 2018 Freitas de Almeida Pontes; Luiz Aurélio Rodrigues Watanabe.	é revisar na literatura sobre a eficácia da correta aplicação das técnicas de drenagem linfática manual no pós operatório de lipoaspiração de abdomen	a DLM é eficiente no tratamento de diversas patologias e amplamente utilizada tanto para fins terapêuticos quanto para fins estéticos.
Drenagem linfática no pós operatório em lipoaspiração	SANTOS, E. P.; 2020 LIMA, M. S.	Compreender os sentidos atribuídos aos benefícios e vantagens da drenagem linfática manual no pós-cirúrgico de lipoaspiração.	Quanto mais precoces o início do tratamento, mais rápido é sua cicatrização e recuperação.
Benefícios da drenagem linfática pós cirúrgica na lipoaspiração em homens	GUARINO, T. et al. 2021	Analisar os benefícios da Drenagem Linfática em paciente do sexo masculino submetidos à Lipoaspiração.	A busca por procedimentos estéticos nos homens está relacionado a melhora a qualidade de vida, a interação social e o cuidado de si .

. Fonte: Os autores, 2022.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em suma, conclui-se que o padrão estético da beleza foi-se performando durante o passar dos anos, com forte influência das mídias sociais que contemplam uma unicidade de corpos. Nesse sentido resultante da busca por procedimentos cirúrgicos, em especial no Brasil a lipoaspiração, é importante a articulação sobre os desdobramentos causados no sistema fisiológico dos indivíduos que se submetem. A drenagem linfática manual se configura como uma importante técnica que está aliada a recuperação das áreas lesionadas, uma vez que proporciona benefícios como a

nova vascularização e a diminuição dos sinais inflamatórios que tendem a existir. Nessa circunstância, é crucial que as sessões aconteçam logo em seguida a realização da cirurgia, pois evitará que os efeitos adversos.

Desse modo, a aplicação das técnicas de drenagem linfática manual em pacientes que se submetem a lipoaspiração HD torna-se uma estratégia de promoção à saúde, uma vez que reduz riscos de possíveis intercorrências e internamentos por causa de problemas como fibroses, hemorragias, entre outros.

REFERÊNCIAS

- ALENCAR, T. P.; MEJA, D. P. M. **A influência da drenagem linfática manual no pós-operatório imediato de cirurgia vascular de membros inferiores**. Monografia (Pós-graduação em Fisioterapia Dermato Funcional) – Faculdade Ávila, 2009.
- BELLINI, E; GRIECO, M.P; REPOSIO, E. **A journey through liposuction and liposculture: Review**. Ann Med Surg (Lond) 2017 Dec; 24: 53–60. Published online 2017 Nov 6. doi: 10.1016/j.amsu.2017.10.024)
- FOUCAULT, M. História da Sexualidade 1: a vontade de saber. Paz e Terra. 1º ed. São Paulo: 2004.
- GODOY, J. M. P.; GODOY, M. F. G. **Drenagem linfática manual: uma nova técnica**. São José do Rio Preto: Lin Comunicação, 1999.
- GODOY, M. F. G.; GODOY, J. M. P.; BRAILE, D. M.. **Tratamento do linfedema de membros superiores: Atividades e Exercícios Linfomocinéticos**. Rio de Janeiro: Di Livros, 2006.
- GUARINO, T. A. O. et al. **Benefícios da drenagem linfática pós-cirúrgica na lipoaspiração em homens**. Revista Liberum Accessum 2021 nov.; 13(1): 30-36.
- LIMA, W; SERRA, C. **Avaliação da eficácia terapêutica da drenagem linfática manual no pósoperatório** . Pesquisa desenvolvida na disciplina de Drenagem Linfática Manual, Curso Superior de Tecnologia em Estética e Cosmética, Instituto Federal Farroupilha- Santo Ângelo,2018.
- NUNES, E.C.; SANTOS, I.J. **Drenagem Linfática no pós-operatorio em abdominoplastia e lipoaspiração**. Trabalho de conclusão de curso de Fisioterapia do Centro Universitário Unifacvest.Lages,2019.
- OLIVEIRA, T. P.; TOKARS, E. **Os benefícios da drenagem linfática manual no pós-operatório de mamoplastia de aumento**. 2017.
- PONTES, C. R. F. A.; WATANABE, L. A. R. **Drenagem linfática no pós operatório de lipoaspiração de abdome: uma revisão da literatura**. Scire Salutis, v.8, n.1, p.37-43, 2018.
- RISSARDI, A.; GENEROSO, S. A. FELLIPIN, T. R. **Os benefícios da drenagem linfática no pós operatório de abdominoplastia**. ECCI 15º Encontro Científico Cultural Internacional, 2017.
- SANTOS, E. P.; LIMA, M. S.. **Drenagem linfática no pós-operatório em lipoaspiração**. Medicus, v.2, n.2, p.30-36, 2020.
- SANTOS, EP; LIMA, MS. **Drenagem linfática em pós operatório de lipoaspiração**. Revista Médicos,2020.
- SANTOS, J. M. P. S.; COSTA, N. J. **Apendicite como complicação em pós operatório de lipoaspiração**. Rev. Bras. Cir. Plást. 2017

SEVERINO, A. J. **Metodologia do trabalho científico**. 1º ed. São Paulo: Cortez, 2013.

SILVA, S. **Os benefícios da drenagem linfática no pós-operatório imediato de lipoaspiração**. Pós graduação em Procedimentos Estéticos e pré e pós operatório, Faculdade FASERRA,2019)

VILLAÇA, F. **Lipoaspiração: 7 cuidados essenciais no pós-operatório**. Cirurgia Plástica. 2018.

ZANELLA, B. I.; RUCKL, S.; VOLOSZIN, M.. **A importância da drenagem linfática manual no pós-operatório da abdominoplastia**. Monografia (Bacharelado em Tecnologia em Cosmetologia e Estética) - Universidade do Vale do Itajaí, 2011.