

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA
TECNÓLOGO EM ESTÉTICA E COSMETOLOGIA

BEATRIZ CRISTINA BARBOSA QUINTINO
BEATRIZ VALENTIM BACELAR
ISABELY SANTANA TOSCANO DE BRITO
VIVIAN KETHYLIN VENTURA PESSOA

IMPORTÂNCIA DA DRENAGEM LINFÁTICA NA GRAVIDEZ

RECIFE

2022

IMPORTÂNCIA DA DRENAGEM LINFÁTICA NA GRAVIDEZ

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

Professor(a) Orientador(a): Hugo Felix

RECIFE

2022

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 1745.

I34 Importância da drenagem linfática na gravidez. / Beatriz Cristina Barbosa
 Quintino [et al]. Recife: O Autor, 2022.
 17 p.

Orientador(a): Prof.Hugo Felix.

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

Inclui Referências.

1. Drenagem linfática. 2. Edema. 3. Gestaçao. I. Bacelar, Beatriz Valentim.
II. Brito, Isabely Santana Toscano de. III. Pessoa, Vivian Kethylin Ventura.
IV. Centro Universitário Brasileiro - Unibra. V. Título.

CDU: 646.7

AGRADECIMENTOS

Agradeço a todos que nos apoiaram para que chegássemos até aqui.

Ao meu orientador por nos auxiliar a todo momento.

“Deixem que o futuro diga a verdade e avalie cada um de acordo com o seu trabalho e realizações. O presente pertence a eles, mas o futuro pelo qual eu sempre trabalhei pertence a mim” (Nikola Tesla)

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	01
2 DELINEAMENTO METODOLÓGICO.....	03
3 REFERENCIAL TEÓRICO.....	04
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	06
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	07
REFERÊNCIAS.....	08

RESUMO

O método mais utilizado para reduzir o edema na gestação é a drenagem linfática manual (Leduc e Leduc, 2000). O objetivo deste estudo foi identificar a importância da realização da drenagem linfática durante o período da gravidez e seus benefícios para a gestante. Para o desenvolvimento da pesquisa, foi realizada uma revisão bibliográfica de caráter descritivo. Conclui-se com este estudo as potencialidades desta técnica no contexto da gravidez, podendo ser utilizada na prevenção e tratamento no edema gestacional.

Palavras-chave: Drenagem linfática. Edema. Gestação

1. INTRODUÇÃO

A gravidez é um momento muito especial na vida mulheres. Durante ela, são necessárias várias modificações no corpo humano para que a criança se adapte e cresça normalmente. Nesse momento ocorre mudanças biológicas, psicológicas e hormonais. Segundo Rodrigues (2004) essas mudanças são intensas, fazendo com que a gestante se preocupe com o aspecto da beleza, com o feto, e se as alterações ocorridas durante a gravidez desaparecem após o nascimento do filho. Os profissionais da área da estética possuem recursos para tratar estas mudanças, entendendo que existe a particularidade do período gestacional que necessita de precaução para selecionar o adequado tratamento para as alterações.

Os pesquisadores apontam que as mudanças hormonais durante este período contribuem para a formação de edema nas pernas e pés durante a gravidez, isso é acentuado nos últimos três meses. Eles também acreditam que o extravasamento e a retenção de líquidos contribuem para o ganho de peso em gestantes. (SILVA E BRONGHOLI, 2011; CARDOSO, 2003; RIBAS, 2006).

O edema gestacional não é patológico, mas causa fadiga nas pernas, além de reduzir as atividades diárias de uma gestante. Tem vários tratamentos que podem ser feitos durante a gravidez, mas o método mais utilizado para reduzir o edema da gravidez é a drenagem linfática. Leduc e Leduc (2000) relata que esta técnica visa remover o excesso de líquido intersticial e ajuda na eliminação de produtos residuais produzidos pelo metabolismo.

Sabendo do benefício do uso da drenagem linfática manual, surgiu o interesse em ver a disseminação da drenagem linfática em gestantes, já que durante a gravidez, todas as mulheres, experimentam desconforto muscular, às vezes sintomas incapacitantes que requerem cuidados médicos.

Entre as mudanças que as gestantes sofrem estão as alterações do metabolismo proteico, lipídico e glicídico, aumento do débito cardíaco, da volemia, hemodiluição e alterações na pressão arterial, aumento do fluxo glomerular; alterações na dinâmica respiratória, modificações do apetite, náuseas e vômitos, refluxo gastroesofágico, constipação, e alterações imunológicas variadas.

Linfedema ou edema linfático são sinônimos de aumento de volume de segmentos corpóreos causado por distúrbios do sistema linfático. Pelo fato de este sistema possuir funções importantes, além do controle dos fluidos teciduais, o edema linfático possui características que o diferem de edemas que acompanham doenças de outros órgãos e sistemas. (O'SULLIVAN & SCHMITZ, 1993)

Antes de ser feita a drenagem linfática deve haver avaliação e realizado por um profissional devidamente capacitado na área que irá obedecer à anatomia do sistema linfático. A massagem não deve provocar dor, eritema e hematoma, pressões muito bruscas podem lesionar os capilares linfáticos que por sua vez são extremamente frágeis, durante a atuação da drenagem linfática manual é essencial ter muita atenção, pois estas manobras sendo realizadas de forma inapropriadas pode ocasionar lesões aos pacientes, por estas razões devemos obedecer à integridade dos tecidos a serem manipulados e ser executado corretamente as manobras da massagem (CARDOZO; OLIVEIRA; SERPA, 2013).

2. DELINEAMENTO METODOLÓGICO

Este artigo é um estudo bibliográfico de caráter descritivo, que, segundo o autor Moresi (2003) permite mapear o que já foi escrito e publicado sobre o assunto, fornecendo assim informações suficientes sobre a importância da drenagem linfática na gravidez. As fontes foram estudadas através de uma revisão bibliográfica, seu método foi baseado em artigos científicos utilizando os sites Scielo, Google Scholar, Pubmed.

O processo de coleta de dados é realizado por meio da descoberta de fontes de informação que se baseou no método de revisão bibliográfica, que se entende como um estudo qualitativo, desde a natureza até o uso e discussão dos dados. Pela riqueza agregada da pesquisa foram excluídos os artigos que não correspondiam aos temas abordados nesta análise.

3. REFERENCIAL TEÓRICO

Segundo Douglas (2006), o período de gestação de uma mulher corresponde em média 280 dias, ou seja, quarenta semanas. Neste momento, a fisiologia de uma mulher que está grávida é muito diferente, e essas mudanças afetam o corpo todo.

Na gravidez de acordo com Guyton (2006), as diversas reações de afeto da mãe com o filho ocorrem devido ao excesso de hormônios e a proliferação de diversos órgãos, como útero, mamas e genitália.

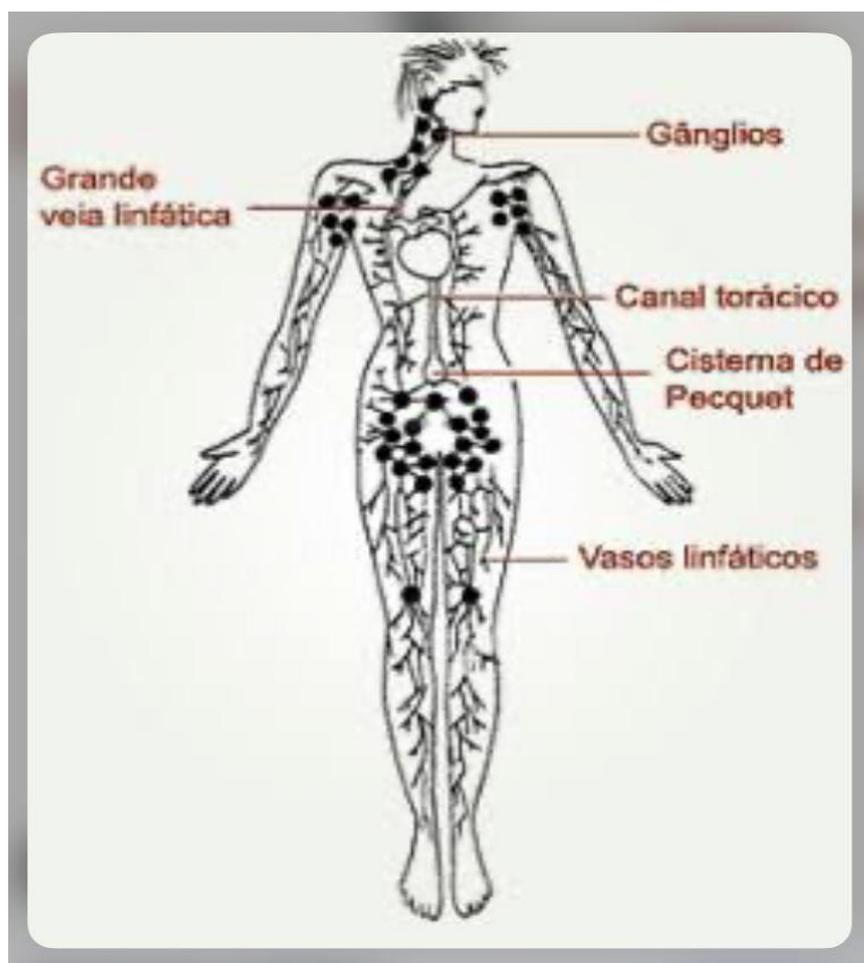
Os hormônios podem causar alterações importantes na aparência de uma mulher grávida, o desenvolvimento de edema, acne, entre outras mudanças.

Durante a gestação ocorrem alterações imunológicas, endócrinas, metabólicas e vasculares, de modo que a mulher fica vulnerável a alterações cutâneas, tanto físicas quanto patológicas.

Silva e Brongholi, (2007), ao retratar sobre o edema durante a gestação, afirma que vários fatores contribuem para esta alteração como o aumento da permeabilidade e da pressão capilar, hipoproteinemia, compressão das válvulas venosas e disfunções hormonais. Além destas alterações, também acontece uma maior retenção de hídrica, ocasionando edema em metade das gestantes, o surgimento do edema pode estar ligado ao aumento da pressão sanguínea capilar favorecendo a formação de líquido intersticial onde não consegue ser absorvido pelo sistema linfático. Ele é mais comum em membros inferiores como nos pés, tornozelos e pernas, mas também pode ocorrer no rosto e nas mãos.

O edema gestacional é definido como aumento do acúmulo de quantidades anormais de líquidos nos espaços intercelulares, dificultando a permeabilidade capilar. A drenagem linfática entendida como uma técnica de massagem especializada, é representada por um conjunto de manobras que visam drenar o excesso de líquido acumulado no interstício, essa técnica é importante pois estimula a circulação, elimina toxinas e nutre os tecidos, podendo ser utilizada nos casos de edema gestacional. (SILVA e BRONGHOLI, 2007)

As manobras utilizadas podem ser uni ou bi manual no sentido de proximal para distal, a pressão deve seguir o sentido da drenagem fisiológica. É importante ter ciência de onde se encontra os linfonodos para aplicar a técnica correta da drenagem. A Drenagem dos linfonodos é feita com os dedos indicadores e médio da esteticista com a pele da gestante, a posição dos dedos deve ser perpendicular aos vasos e ao nível dos linfonodos. A massagem é realizada com uma leve pressão e movimentos circulares com os dedos, os movimentos devem ser leves e rítmicos, obedecendo uma pressão na área edemaciada. Quando o edema atinge grandes áreas é realizado da mesma forma descrita anteriormente, porém é feita somente com o polegar. O procedimento pode ser uni ou bimanual e o sentido de distal para proximal ou vice-versa, sendo que a pressão deve sempre seguir o sentido da drenagem fisiológica (GUIRRO, 2002)

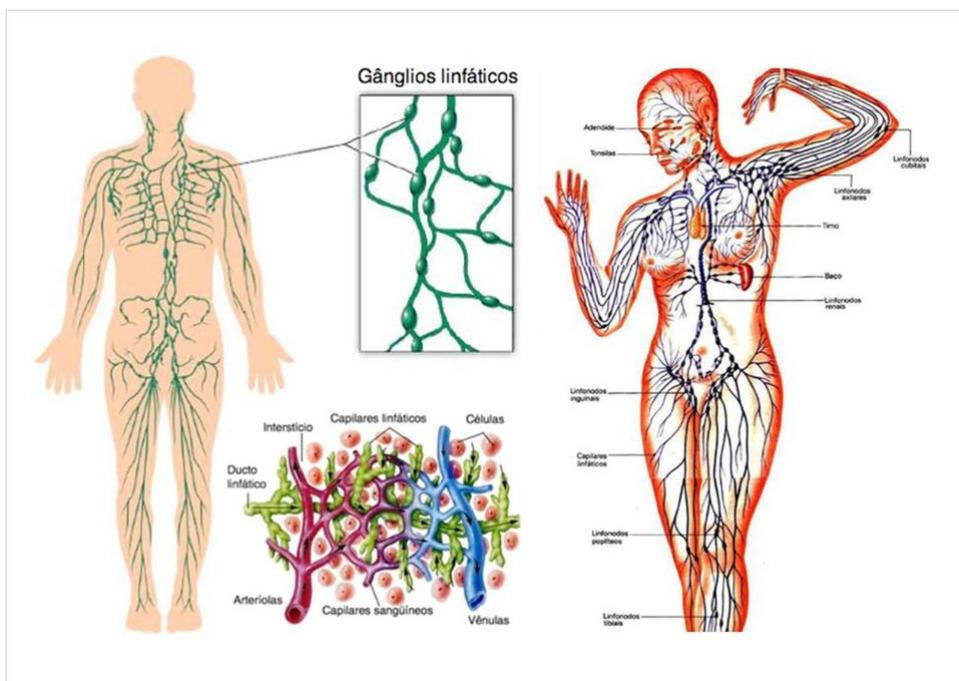


FONTE: <https://clinicawulkan.com.br/tratamento-estetica-corporal>

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Segundo Ribeiro (2008) quando circula o líquido no vaso linfático, a linfa atravessa os linfonodos. Neles, quaisquer substâncias estranhas (antígenos) transportadas pela linfa são concentradas e expostas aos linfócitos, o que provoca um fluxo de etapas que formam uma resposta imune.

Nos capilares linfáticos é onde inicia-se a rede linfática, estabelecendo plexos que se enrolam com os capilares sanguíneos, através dos vasos pré-coletores e coletores. Os vasos linfáticos eventualmente atraem a linfa para a corrente sanguínea à medida que se juntam às veias jugular interna e subclávia no pescoço.



FONTE: <https://ateliiebelezaestilo.files.wordpress.com/2012/06/dl.jpg>

Estudos de Guirro e Guirro (2004), confirma a existência de grupos de linfonodos nas regiões de axilas (axilares), virilha (inguinais), pescoço (ângulo venoso, subclavicular), pernas (poplíteos e maléolos) e demais regiões profundas do corpo humano. Essas manobras propõem o aprimoramento do fluxo da linfa e precisam seguir o sentido natural da drenagem nos diferentes segmentos. No membro inferior

os vasos superficiais e profundos dirigem-se para os linfonodos da região da virilha, também chamados de inguinais superficiais.

O sistema linfático que drena a parte inferior do corpo se une ao estômago, às vezes fazendo uma bolsa coletora alargada, a cisterna do quilo, a partir desse saco, ou da função do tronco, o ducto torácico ascendente, entra no poço e passa por ele. Entrar no ângulo venoso esquerdo, embora este seja o padrão de drenagem da maior parte da linfa, os vasos linfáticos comunicam-se livremente com as veias em muitas partes do corpo (MOORE, 2007).

Wener et al (2008) enfatizam que os efeitos fisiológicos da drenagem são muitos, incluindo o aumento e reabsorção de proteínas, que promovem a expulsão dos meios intersticiais, aumentam a velocidade da linfa, relaxam os músculos, beneficiam a filtração e absorção da linfa, proteínas nos capilares linfáticos.

Eles auxiliam a distribuir hormônios e medicamentos no organismo, melhora o sistema imunológico entre outras coisas.

Colaborando com autores que lidam com o tema da drenagem linfática Miranda (2005) demonstrou reduzir o edema, suavizar o tecido cicatricial em alto nível, acelerar a cicatrização do tecido, incluindo queimaduras, feridas e rugas, aliviar o congestionamento de seus espaços, reduzir os sintomas da síndrome da fadiga crônica e da síndrome da fibromeulogia, reduz a hipertonicidade muscular, alivia a constipação, promove o relaxamento para melhorar a insônia, o estresse e a perda de energia. Belinha

Como aponta Cardoso (2008), durante a gravidez há um aumento na produção de hormônios, alguns hormônios são responsáveis pela retenção de água, aumentando o volume sanguíneo, que varia de 30% a 50%, que temos a capacidade de armazenar em nosso organismo. cerca de 8 litros de água durante a gravidez. Portanto, a drenagem é benéfica, necessária e eficaz, podendo ser executada em todo período da gestação.

Segundo Polden e Mantle (2007), durante a gravidez no terceiro trimestre há uma grande retenção hídrica que pode levar a diferentes níveis de edema dos tornozelos e pés em muitas mulheres, reduzindo a taxa de convergência.

O edema também pode causar pressão nos nervos, como na síndrome do túnel do carpo, onde o inchaço nos braços e nas mãos causa parestesia e fraqueza muscular, afetando as últimas partes das distribuições dos nervos mediano e ulnar.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo buscou verificar a literatura existente sobre drenagem linfática na gravidez que garantem eficácia do tratamento, mostrando que ela deve ser lembrada não apenas para fins estéticos, mas também para prevenção e tratamento de patologias. É função do sistema linfático concentrar antígenos em determinados órgãos linfoides, circulando linfócitos por esses órgãos, os antígenos passam a transportar os produtos da resposta imune (linfócitos T efetores, anticorpos humorais) para os tecidos onde são necessários e remover o antígeno do corpo.

Nesse contexto, é evidente a importância da drenagem linfática durante a gravidez, pois esta é uma forma eficaz de diminuir o edema, é também um dos tratamentos mais indicados, pois auxilia reduzir a retenção de líquidos no organismo, melhorando a oxigenação das células musculares e reduz o inchaço, que é especialmente evidente no primeiro e último trimestres da gravidez. Esta técnica é realizada com movimentos leves e suaves, direcionando o excesso de líquido para eliminar toxinas e assim melhorar a dor e a circulação sanguínea, ajudando assim a dar mais conforto à gestante.

É importante ressaltar que para realizar este procedimento o profissional de estética possua uma documentação com informações sobre a gestante, como também autorização do médico para a realização da drenagem.

No processo do presente estudo, foi identificado a escassez de literatura sobre o assunto, visando a importância de novas pesquisas na área da obstetrícia quanto à indicação do procedimento. Como conclusão do estudo, pode-se entender que as pacientes que receberam drenagem linfática manual apresentam resultados positivos, contribuindo para uma melhor saúde durante a gestação. Dessa forma, é sugerida a realização e publicação de novos estudos para identificar a eficácia desse sistema no tratamento de gestantes, e aumentar a investigação do método que comprove a prática clínica de forma segura e adequada.

REFERÊNCIAS

- BARROS, M. H.. Fisioterapia: drenagem linfática manual. 5ª ed., São Paulo: Robe, 2010.
- BORELLI, Shirlei S. As idades da pele: Orientações e Prevenção. 2 ed. São Paulo: SENAC, 2004.
- BORGES, Fabio dos Santos. Dermato-funcional: modalidades terapêuticas nas disfunções estéticas. 1. ed. São Paulo: Phonte, 2006
- CASSAR, Mario-Paul. Manual de massagem terapêutica: um guia completo de massoterapia para o estudante e para o terapeuta. 1. ed. Barueri: Manole, 2001.
- DENCKER, Ada de Freitas Maneti. Métodos e técnicas de pesquisa em turismo. 6. ed. São Paulo: Futura, 2002.
- DOUGLAS, Carlos Roberto. Tratado de Fisiologia Aplicada às Ciências Médicas. 6. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.
- FIGUEIREDO, Marcondes; LEAL, Flávia de Jesus; COUTO, Renata Cardoso. Elastocompressão. Publicado em 2009.
- GUIRRO, E. GUIRRO, R. Fisioterapia em estética: fundamentos, recursos e patologias. 2. ed. São Paulo: Manole, 1996.
- GUYTON, A. C.; HALL, J. E. Tratado de fisiologia médica. 5ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.
- LOPES, M. L. M. Drenagem linfática manual e a estética. Blumenau: Odorizzi, 2009.
- LEDUC A.; LEDUC, O. Drenagem linfática teoria e prática. 3.ed. São Paulo: Manole; 2000. Disponível em: <http://portalbiocursos.com.br/docs>.
- OLIVEIRA, Silvio Luiz de. Tratado de metodologia científica: projetos de pesquisas, TGI, TCC, monografias, dissertações e teses. 2. ed. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2002
- O´SULLIVAN S.B., SCHIMITZ T.J. Fisioterapia: avaliação e tratamento. 2. ed. São Paulo: Manole, 1993.
- SILVA, Morgana Duarte da; BRONGHOLI, Karina. Drenagem linfática corporal no edema gestacional Rev. Interbio. v.1 n.2. Dourados: Jan./ jun. 2007.