



## DRENAGEM LINFÁTICA

OTTENS, Carine<sup>1</sup>; MALDANER, Indianara; PORTELA, Jordana; GIACOMOLLI;  
Cristiane<sup>2</sup>.

**Palavras-chave:** Sistema Linfático; Drenagem; Linfonodos.

### 1 INTRODUÇÃO

A Drenagem Linfática Manual (DLM) é uma técnica de massagem altamente especializada, feita com pressões suaves, lentas, intermitentes e relaxantes, que seguem o trajeto do sistema linfático, aprimorando algumas de suas funções. (Leduc, 2004).

Emil Vodder e sua esposa Estrid, desenvolveram a drenagem linfática manual na década de 30 utilizando-a no tratando de pacientes com caso clínico de sinusite e gripe. Em seguida, vários adeptos como Leduc e Godoy passaram a multiplica-la, tornando-a um dos principais recursos no tratamento de linfedema.

### 2 METODOLOGIA E/OU MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica cuja pesquisa foi realizada em bases de dados de artigos científicos nacionais do Google e Google Acadêmico e também o acervo bibliográfico disponível na Biblioteca Visconde de Mauá da Universidade de Cruz Alta. Buscando abordagem e aprofundamento do conhecimento sobre drenagem linfática.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A drenagem linfática manual drena os líquidos excedentes que banham as células, mantendo, desta forma, o equilíbrio hídrico dos espaços intersticiais. Ela é também responsável pela evacuação dos dejetos provenientes do metabolismo celular. (LEDUC *et al.*, 2004).

Vários autores já a descreveram, entre eles Albert Leduc e Emile e Astrid Vodder. A primeira diferença entre os dois está no tipo de movimento usado. Vodder utiliza uma combinação ampla de movimentos passivos e técnicas manuais de drenagem linfática. Leduc

---

<sup>1</sup> Alunas do Tecnólogo em Estética e Cosmética da Universidade de Cruz Alta – RS ([carine\\_3.17@hotmail.com](mailto:carine_3.17@hotmail.com); [indianaramaldaner@hotmail.com](mailto:indianaramaldaner@hotmail.com); [jordana\\_portela@hotmail.com](mailto:jordana_portela@hotmail.com);) )

<sup>2</sup> Docente do Curso de Estética e Cosmética da Universidade de Cruz Alta – RS ([cgiacomolli@unicruz.edu.br](mailto:cgiacomolli@unicruz.edu.br))



possui uma combinação mais restrita de movimentos e propõem protocolos de tratamentos com base no tipo de distúrbio encontrado e utiliza bandagens compressivas após as técnicas de drenagem linfática. (DE BARROS *et al.*, 2001).

As manobras estimulam a circulação da linfa quando realizadas sobre o trajeto linfático, induzindo a retirada de macromoléculas do interstício direcionando-os para a circulação sanguínea. Uma de suas principais funções é promover a redução do linfedema e edema, sendo muito comumente encontrado em quadros de fibro edema gelóide (FEG), pós-operatório de lipoaspiração, dentre outras cirurgias plásticas, como, por exemplo, abdominoplastias, mamoplastias, colocação de próteses de silicone, podendo ser associada a recursos eletroestéticos como o ultrassom e endermoterapia, favorecendo a recuperação do paciente de modo mais efetivo.

Há duas etapas a serem seguidas na drenagem linfática, sendo, em ambas, realizadas sempre no sentido dos linfonodos. Essas duas etapas são chamadas de evacuação e de captação. (DE BARROS *et al.*, 2001).

O primeiro processo é a captação que é realizada no mesmo nível da infiltração. O segundo processo consiste na evacuação que é a transparência dos líquidos captados longe da zona de captação. (LEDUC *et al.*, 2004). O objetivo da evacuação é proporcionar um aumento do fluxo linfático na região proximal, deixando essa descongestionada e preparada para receber a linfa de outras regiões mais distais. Ao se facilitar e melhorar a circulação linfática dessa região, não haverá sobrecargas maiores a esses vasos. O objetivo da captação é absorver os líquidos excedentes da região com estase (com edema, celulite, etc.) e transportá-la através dos vasos linfáticos de volta para a circulação venosa. (DE BARROS *et al.*, 2001)

De acordo com Guirro e Guirro (2002) as manobras de DLM possuem várias indicações como edemas, tratamentos pré e pós-operatórios, insuficiência venosa, lindemas, fibro edema gelóide e queimaduras.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÃO**

Conclui-se que a Drenagem Linfática Manual é um recurso eficaz para a diminuição de distúrbios no sistema linfático.



## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Artigo: “A Drenagem Linfática Manual na Estética”.

<http://www.ebah.com.br/content/ABAAABYIQAK/drenagem-linfatica-revisao>

DE BARROS, M. H. Fisioterapia: Drenagem Linfática Manual. São Paulo: Robe; 2001.

GODOY, José Maria Pereira de; GODOY, Maria de Fátima Guerreiro; Série Curso de Estética – Recursos Técnicos em Estética – Vol.1. Cap.11 – Drenagem Linfática manual: método Godoy & Godoy.

GUIRRO, E. C.; GUIRRO, R. R.; Fisioterapia Dermato - Funcional: Fundamentos - Recursos Patologias. 3ª ed. São Paulo: Manole, 2002.

LEDUC, Albert; LEDUC, Oliver; Drenagem Linfática – Teórica e Prática; 2ª Edição. Editora Manole Ltda. São Paulo/SP; 2004.

MAYALL, Antônio Carlos; DIAS, Antônio Dias; Artigo: “Drenagem Linfática Manual”.

<http://www.ebah.com.br/content/ABAAAAP4gAB/drenagem-linfatica-manual>

ZAFANELI, Ana Paula Mendes; DUARTE, Marcelo Silva; Artigo “Drenagem Linfática Manual”.

<http://www.leviter.com.br/portal/artigos/154-drenagem-linfatica-manual-artigo.html>.