



CENTRO UNIVERSITÁRIO FAEMA - UNIFAEMA

PATRÍCIA PERES DA SILVA ARAÚJO

**OS BENEFÍCIOS DA DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL ATRAVÉS DO MÉTODO
VODDER NO TRATAMENTO DO EDEMA GESTACIONAL**

ARIQUEMES - RO

2022

PATRÍCIA PERES DA SILVA ARAÚJO

**OS BENEFÍCIOS DA DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL ATRAVÉS DO MÉTODO
VODDER NO TRATAMENTO DO EDEMA GESTACIONAL**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao curso de Fisioterapia
do Centro universitário FAEMA –
UNIFAEMA como pré-requisito para
obtenção do título de bacharel em
Fisioterapia

Orientadora: Prof.^a Ma. Patrícia
Caroline Santana.

Ariquemes - RO

2022

FICHA CATALOGRÁFICA
Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

A663b Araújo, Patrícia Peres da Silva.

Os benefícios da drenagem linfática manual através do método Vodder no tratamento do edema gestacional. / Patrícia Peres da Silva Araújo. Ariquemes, RO: Centro Universitário FAEMA – UNIFAEMA, 2022.

28 f. ; il.

Orientador: Prof. Ms. Patricia Caroline Santana.

Trabalho de Conclusão de Curso – Graduação em Fisioterapia – Centro Universitário FAEMA – UNIFAEMA, Ariquemes/RO, 2022.

1. Gravidez. 2. Drenagem Linfática Manual. 3. Edema. 4. Edema Gestacional. 5. Fisioterapia. I. Título. II. Santana, Patricia Caroline.

CDD 615.82

Bibliotecária Responsável
Herta Maria de Açucena do N. Soeiro
CRB 1114/11

PATRÍCIA PERES DA SILVA ARAÚJO

**OS BENEFÍCIOS DA DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL ATRAVÉS DO MÉTODO
VODDER NO TRATAMENTO DO EDEMA GESTACIONAL**

Trabalho de conclusão de curso
apresentado ao curso de Fisioterapia
do Centro Universitário FAEMA–
UNIFAEMA, como pré-requisito para
obtenção do título de Bacharelado em
Fisioterapia.

BANCA EXAMINADORA

Prof.^a Orientadora Ma. Patricia Caroline Santana
Centro Universitário – FAEMA - UNIFAEMA

Prof.^a Ma. Jessica Castro dos Santos
Centro Universitário – FAEMA - UNIFAEMA

Prof.^a Ma. Clediane Molina Sales
Centro Universitário – FAEMA - UNIFAEMA

**ARIQUEMES- RO
2022**

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar eu agradeço a Deus que me permitiu chegar até aqui, me dando força e direção em cada momento vivido nessa trajetória, porque nos momentos que eu pensei em fraquejar, ele sempre me sustentou com sua infinita misericórdia, e eu sei que sem ele eu não chegaria na realização desse sonho.

Agradeço também a minha família que são minha base, meu alicerce, todos em geral tem a sua parcela de contribuição em minha trajetória acadêmica. Minha mãe, com suas orações sempre ao meu favor perante Deus, e eu sei que ela sempre estará lá torcendo pela minha vitória, meus irmãos que com seu jeito cada um me ajudou da sua forma, e em especial meu esposo e filhos que partilham de perto os meus anseios e desejos, eles que se abdicam de seu tempo para que eu possa realizar o meu sonho, sonho esse que passou a ser deles também, minha gratidão é eterna a vocês.

Agradeço meus colegas de turma por cada momento partilhados em sala, aprendemos cada dia uns com os outros, cada um com seu jeito e particularidades sempre tem um pouco a ensinar e um pouco a aprender. E o que dizer do nosso grupo A, do estágio supervisionado foi simplesmente fantástico viver essa experiência com todos vocês, juntos partilhamos medos, anseios, desejos e sobre tudo a alegria de ver que estamos terminando uma etapa linda em nossa vida para que possamos iniciar outra ainda melhor, gratidão a todos vocês.

Por último quero dedicar meu agradecimento a minha Professora e Orientadora Mestre Patrícia Caroline Santana, que com seu jeitinho meigo e simpático sempre me cativou, a forma linda que conduz o ensino, o respeito com cada acadêmico é lindo de ver e vivenciar, quero que saiba que te admiro não só como profissional, mas como um ser de luz que ilumina o caminho de muitos nessa intensa jornada. Peço a Deus que siga te abençoando cada dia mais e mais e que você continue sendo essa profissional brilhante que és.

Também gratidão a todos os professores que nos auxiliaram nessa jornada acadêmica, desejo lhes muito sucesso!

RESUMO

Durante o período gestacional, o corpo da mulher sofre diversas alterações anatômicas e fisiológicas. Essas alterações ocorrem principalmente a nível hormonal, onde hormônios como estrogênio e progesterona são produzidos em maior quantidade, provocando desequilíbrio no sistema linfático durante a gravidez. O Sistema linfático é formado por uma densa rede de vasos que produzem e transportam os líquidos dos tecidos e órgãos para o sistema circulatório. Quando surge alguma alteração nesse sistema, e ocorre um bloqueio, forma-se o edema, que é o resultado do aumento do volume de fluídos no meio intersticial ou nas cavidades corporais, e resultantes de um desequilíbrio das pressões hidrostáticas e oncóticas que agem no transporte de líquidos para os capilares sanguíneos. A drenagem linfática manual é um método semelhante a massagens, aplicado por meio de manobras no sentido das vias linfáticas e dos linfonodos, que tem como finalidade a vazão dos fluídos em excesso que circundam as células, mantendo a homeostase hídrica do interstício, permitindo a expulsão e eliminação de resíduos provindos do metabolismo celular. A Drenagem Linfática utilizando o método Vodder, que consiste em quatro manobras simples, realizadas apenas pelas mãos do profissional da área da Fisioterapia Dermatofuncional, produz excelentes resultados na redução de edemas e homeostase do sistema hídrico do organismo. Este estudo consistiu em uma revisão de literatura integrativa de caráter qualitativo, tendo por objetivo discorrer sobre os benefícios da aplicação da Drenagem Linfática Manual através da aplicação do método Vodder na resolução de edema gestacional. Para execução deste trabalho foram acessadas as Bases de dados virtuais: Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), Google Acadêmico, Scientific Electronic Library Online (SciELO) e biblioteca virtual da Faculdade de Educação e Meio Ambiente (FAEMA), utilizando-se dos descritores em saúde: gravidez, drenagem Linfática Manual, edema e Fisioterapia. Após a finalização desta pesquisa, foi possível concluir que a Drenagem Linfática Manual método de Vodder é uma das melhores técnicas a serem utilizadas para resolução de quadros de edema gestacional.

Palavras-chave: gravidez, drenagem linfática manual, edema e fisioterapia.

ABSTRACT

During the gestational period, the woman's body undergoes several anatomical and physiological changes. These changes are mainly at the hormonal level, where the system during are estrus and progest is more scholastic. The lymphatic system is formed by a dense network of vessels and transport of tissues from organs to the circulatory system. When some peculiarity arises, static occurs one that is a flu, it forms the blockage volume increase, it is not meioticated and resulting from a volume blockage, nor from a secure system that results in a predicted transport of a blockage, or that is, a resulting system that is not the result of a flu that is anticipated from the hydrology. of fluids into the blood capillaries. Manual lymphatic drainage is a method similar to massage, applied by means of maneuvers towards the lymphatic and lymphatic pathways, which aims at an outflow of excess fluids that surround the cells, maintaining a hydric homeostasis of the interstitium, allowing the expulsion of and control of cellular metabolism deliveries. Lymphatic reduction using the Vodder method, which consists of four simple maneuvers, performed only by the hands of the Dermatofunctional Physiotherapy professional, produces excellent results in the area of edema and homeostasis of the body's water system. This study consists of a qualitative integrative literature review, aiming to discuss the benefits of applying Manual Lymphatic Drainage through the application of the Vodder method in the resolution of gestational edema. To perform this work, the virtual databases were accessed: Virtual Health Library (BVS), Google Scholar, Scientific Electronic Library Online (SciELO) and virtual library of the Faculty of Education and Environment (FAEMA), using the descriptors in health: pregnancy, manual lymphatic drainage, edema and physiotherapy. After completing this research, it was possible to conclude that the Manual Lymphatic Drainage Vodder Method is one of the best used for the resolution of gestational edema.

Keywords: pregnancy, Manual Lymphatic Drainage, edema and Physiotherapy.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

FIGURA 1: Edema em membro inferior	9
FIGURA 2: Circulação sanguínea e linfática	13
FIGURA 3: Sentido das vias linfática	17
FIGURA 4: A: Movimentos Círculos Fixos, B: Bombeamento, C: Doador e D: Giratório ou Rotação.....	18

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	4
1.1 JUSTIFICATIVA	5
1.2 OBJETIVOS	5
1.2.1 Geral	5
1.2.2 Específicos	5
1.4 HIPÓTESE	6
2 METODOLOGIA.....	7
3 REVISÃO DE LITERATURA.....	8
3.1 ALTERAÇÕES ANATÔMICAS.....	8
3.2 DISFUNÇÃO DO SISTEMA LINFÁTICO.....	10
3.2.1 EDEMA GESTACIONAL.....	11
3.3 SISTEMA LINFÁTICO.....	12
3.4 DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL MÉTODO VODDER.....	15
3.4.1 Aplicação do método Vodder	17
APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS DA PESQUISA.....	23
CONSIDERAÇÕES FINAIS	25
REFERÊNCIAS	26
ANEXO A- RELATÓRIO DE VERIFICAÇÃO DE PLÁGIO	29

1 INTRODUÇÃO

Durante o período da gestação, o corpo da mulher passa por várias modificações anatômicas e fisiológicas. Essas alterações ocorrem principalmente a nível hormonal, com o aumento da produção de estrogênio e progesterona, que são os principais hormônios responsáveis pela regulação do sistema hídrico do organismo, provocando desequilíbrio no sistema linfático durante a gravidez (DE FREITAS; SILVA, 2017).

O sistema linfático é o responsável por promover a eliminação de líquidos que permaneçam em excesso nos tecidos, além disso, também executa a função de absorver ácidos graxos e transportar consecutivamente a gordura para o sistema circulatório, agindo simultaneamente ao sistema Cardiovascular (MARQUES; SILVA, 2020).

Fisiologicamente, o sistema linfático é fundamental na homeostase hídrica do organismo, portanto, qualquer alteração nesse sistema promove um desequilíbrio, que pode acarretar em acúmulo de fluídos no tecido intersticial, conseqüentemente originando um quadro de desordem vascular denominado edema, um problema este que afeta cerca de 80% das gestantes, podendo acometer qualquer segmento corporal (MARQUES; SILVA, 2020).

Os sintomas mais comuns decorrentes de edema são: aumento da circunferência do membro (inchaço), dor, sensação de ardência ou formigamento. Esses sintomas interferem no bem-estar da grávida, afetando as suas atividades de vida diária, fazendo com que a mesma procure por profissionais da saúde que entendam e possam tratar o problema (DE BRITO; ANGELIM; CASSEB, 2021).

A Fisioterapia é uma das áreas da saúde que visa a prevenção, promoção e recuperação de indivíduos com distúrbios dermatológicos, metabólicos, endocrinológicos, circulatórios e musculoesqueléticos. Os profissionais Fisioterapeutas com especialização em Fisioterapia Dermatofuncional são os mais procurados para intervir em quadros de edema gestacional, sendo que o tratamento atualmente mais indicado nesses casos é a Drenagem Linfática (DA SILVA, BRONGHOLI, 2012).

A Drenagem Linfática, consiste em uma técnica de massagem realizada com movimentos suaves e rítmicos que acompanham a anatomia do Sistema Linfático, estimulando principalmente os linfonodos, estruturas responsáveis pela filtragem de

substâncias nocivas no organismo, propiciando a eliminação dos líquidos acumulados, eliminando o edema (DA SILVA, BRONGHOLI, 2012).

Uma das técnicas de Drenagem Linfática mais utilizada é o método de Vodder, realizada a partir de movimentos que ativam o sistema linfático proporcionando o alívio da dor, melhora da circulação, redução de edemas, diminuição do estresse e outros benefícios. Ela pode ser aplicada no tratamento de diversas patologias, distúrbios, e em mulheres grávidas, garantindo uma melhor qualidade de vida (LOHN, 2021).

1.1 JUSTIFICATIVA

Diante do exposto, o presente trabalho justifica-se pela necessidade em fornecer o conhecimento acerca da fisiologia do sistema Linfático e do processo de formação de edemas, e os benefícios proporcionados pela Drenagem Linfática através do método de Vodder no tratamento de edemas gestacionais, visto que a Drenagem Linfática é uma das técnicas mais utilizadas pelo Fisioterapeuta Dermato Funcional na resolução de edemas.

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 Geral

Discorrer sobre os benefícios da aplicação da Drenagem Linfática Manual através da aplicação do método Vodder na resolução de edema gestacional.

1.2.2 Específicos

- Discorrer as alterações anatômicas e fisiológicas da gravidez;
- Discorrer sobre a Fisiologia do Sistema Linfático;
- Descrever sobre a Drenagem Linfática Manual como recurso da Fisioterapia;
- Elencar sobre os benefícios da aplicabilidade do Método Vodder na resolução de edema gestacional.

1.4 HIPÓTESE

A Drenagem Linfática do método de Vodder é o melhor tratamento para reduzir o quadro de edema gestacional, pois possui diversas técnicas de aplicação não invasiva, na qual se utiliza as mãos, e se realiza manobras semelhantes a massagens que tem a finalidade de ativar as estruturas do sistema Linfático responsáveis pela eliminação de líquidos retidos no organismo da mulher grávida.

2 METODOLOGIA PROPOSTA

Este trabalho se trata de uma revisão integrativa da literatura, de caráter qualitativo, onde o objetivo foi apurar dados sobre os benefícios da aplicação da Drenagem Linfática Manual através da aplicação do método Vodder na resolução de edema gestacional.

A revisão de literatura Integrativa proporciona a inserção de variados tipos de pesquisas, incluindo trabalhos empíricos e teóricos, propiciando uma compreensão maior do tema abordado. A pesquisa de caráter qualitativo é composta através da interpretação e observação criteriosa da literatura publicada em artigos, livros, editoriais ou revistas (BOTELHO; CUNHA; MACEDO, 2011).

A pesquisa limitou-se aos registros eletrônicos encontrados nas seguintes bases de dados virtuais: Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), Google Acadêmico, Scientific Electronic Library Online (SciELO) e biblioteca virtual da Faculdade de Educação e Meio Ambiente (FAEMA). Os principais descritores utilizados durante a pesquisa foram: gravidez, drenagem Linfática Manual, edema e Fisioterapia.

Como critérios de inclusão, foram utilizados somente pesquisas produzidas entre 2009 e 2022 e artigos escritos nos idiomas português, inglês e espanhol. Os estudos desenvolvidos após esse intervalo de tempo, ou escritos em outras línguas além de português, espanhol e o inglês, foram excluídos desta revisão.

3 REVISÃO DE LITERATURA

3.1 ALTERAÇÕES ANATÔMICAS E FISIOLÓGICAS NA GESTAÇÃO

A gravidez é um período de intensas mudanças fisiológicas no corpo da mulher, e essas mudanças ocorrem a nível hormonal, físico e psicológico. Já no início da gravidez ocorre a liberação do hormônio HCG (Gonadotrofina Coriônica Humana), que possui como função manter o corpo lúteo, uma glândula endócrina que se desenvolve no interior do ovário, e secreta os dois hormônios mais importantes para o período: o estrogênio e a progesterona. Outra função do HCG é inibir a menstruação, impedindo assim uma nova ovulação, garantindo a gravidez e mantendo o desenvolvimento do bebê (ALVES; BEZERRA, 2020).

No início da gestação é normal a mulher sentir dores nas mamas e dores abdominais, o que facilmente é confundido pelas mulheres como indicativo para início do ciclo menstrual, a famosa TPM (Tensão Pré-Menstrual). Porém quando a menstruação não ocorre, o exame beta HCG pode determinar uma gravidez, ou descartá-la. Durante a realização do teste, o que determina a condição positiva é o acúmulo do hormônio HCG na urina ou no sangue da mulher, o que popularmente deu a esse hormônio a alcunha de “hormônio da gravidez” (WOLF; THEISS; DELL’ANTONIO, 2011).

Após a descoberta, juntamente com a nova produção e liberação hormonal, ocorre as alterações psicológicas na gestante, é quando a gestante fica mais suscetível emocionalmente, passando por diversas instabilidades de humor, sonolência, cansaço anormal, estresse e dores de cabeça. Com a evolução da gravidez, a mulher precisa também se adaptar as mudanças físicas, como ganho de peso, aumento das mamas, enjoos, náuseas, dores no corpo e alterações posturais (ALVES; BEZERRA, 2020).

Outras mudanças que ocorrem são: o aumento do fluxo sanguíneo, a fim de suprir as necessidades do bebê, alterações nos sistemas urinário, digestivo e respiratório, que leva a mulher a urinar com mais frequência, sentir mais fome que o normal e ter uma respiração mais rápida e profunda, juntamente com os enjoos e náuseas. Essas alterações também recebem influência da ação do útero aumentado

pressionando os principais órgãos de cada sistema, como por exemplo, a bexiga e o diafragma (ALVES; BEZERRA, 2020).

As alterações surgem em decorrência do processo de concepção e desenvolvimento do feto, e vão surgindo conforme a evolução da gravidez, que pode ser contada em trimestres. O primeiro trimestre engloba o período da 1ª à 12ª semana de gestação, nele ocorre os primeiros sintomas e mudanças: dores de cabeça, crescimento e hipersensibilidade dos seios, surgimento de manchas na pele (Melasma) e estrias, gengivas mais sensíveis ou inchadas, e os enjoos matinais (BARROS et al., 2022).

É importante que a mulher consulte um obstetra e faça todos os exames de pré-natal, se vacine adequadamente, se alimente de forma saudável, beba bastante água, hidrate a pele, não realize atividades físicas de alto impacto, não se automedique, não use drogas, cigarro ou álcool. Esses cuidados devem ser mantidos até o final da gestação, cerca de 40 à 42 semanas (BARROS et al., 2022).

O segundo trimestre se inicia a partir da 13ª semana e vai até a 24ª semana de gestação, o aumento de peso fica mais visível, assim como o crescimento do abdômen, causando desconfortos para a grávida na hora de dormir, dores musculares e principalmente da lombar, provocado pelo crescimento do útero, pelo esforço dos músculos internos, pelo peso e pressão do útero sobre a coluna, causando uma sobrecarga nessa estrutura, alterando a postura da mulher (BARROS et al., 2022).

O terceiro trimestre engloba da 25ª semana até a 42ª semana de gestação, é a fase final da gravidez, onde os desconfortos da grávida aumentam mais ainda por conta do ganho de peso do bebê no útero. Embora esses sintomas ocorrem durante todo o período da gestação, quanto mais perto do parto, mais desconfortável a mulher pode ficar. É comum nesse trimestre o aumento da dor lombar, da insônia, e da azia, bem como o surgimento de varizes e edema (PEDREIRA; LEAL, 2015).

O edema é um fator importante a ser considerado, pois é uma condição que provoca intenso incômodo, sensação de peso e dores no corpo da gestante, e ocorre devido a uma retenção de líquidos no organismo da mulher grávida, provocado pelas alterações hormonais, que atingem e alteram o Sistema Linfático (BORGES, 2016).

3.2 DISFUNÇÕES DO SISTEMA LINFÁTICO

O edema é o resultado do aumento do volume de fluídos no meio intersticial ou nas cavidades corporais, e resultantes de um desequilíbrio entre as forças de Starling, que correspondem as pressões oncóticas e hidrostáticas que atuam no equilíbrio de transporte líquido para os capilares sanguíneos. A pressão hidrostática é a força responsável por expulsar os líquidos do meio intracelular, e a pressão oncótica é a força que atrai líquidos para o meio intracelular. Logo, a principal causa de edema é o desequilíbrio entre essas duas forças, uma vez que se houver aumento da pressão oncótica haverá um aumento de hidrofilia intracelular (MARQUES; SILVA, 2020).

Denota-se que o Sistema Linfático atua como um meio de drenagem de fluídos presentes no interstício para as vias linfáticas, onde os líquidos dos tecidos não devem retornar aos vasos sanguíneos, evitando seu acúmulo. Porém, quando por algum desequilíbrio, esse sistema não consegue efetuar a filtragem correta da linfa, e retornar o material filtrado para o sistema circulatório, ocorre o acúmulo de líquido entre os tecidos ocasionando o edema e promovendo o inchaço de alguns membros, como pode ser observado na figura 1 (PIVETTA et al., 2017).

Figura 1- Edema em membro inferior



Fonte: Marques; Silva (2020).

O edema é a consequência do desequilíbrio entre o aporte de fluídos removidos dos capilares sanguíneo através da filtração e da drenagem de líquidos. Uma vez que o Sistema Linfático é formado por uma densa rede de capilares por todo o organismo, como a pele, tecidos subcutâneos, músculos, tendões e órgãos, o acúmulo de líquidos, ou edema, pode ocorrer em qualquer parte do corpo (PICCININ et al., 2009).

Os locais mais propícios para acometimento de edemas são os pés, pernas, mãos, braços e barriga, podendo até mesmo atingir alguns órgãos internos. Edemas são distúrbios muito comuns, que podem acometer pacientes idosos, acamados, ou indivíduos que passem longas horas sentados sem muita mobilidade dos membros. Outro público bastante afetado por esse distúrbio linfático é as mulheres grávidas, pois ao longo da gestação, ocorrem inúmeras alterações hormonais responsáveis por um desequilíbrio no funcionamento normal do sistema linfático feminino (CARDOSO; DE SOUZA L.; DE SOUZA N., 2017).

3.2.1 Edema Gestacional

O edema gestacional é o acúmulo de líquidos (inchaço), que ocorre durante o período da gestação. Esse fenômeno ocorre por conta de diversos fatores, como: aumento da produção de hormônios e da ação vasodilatadora, e a compressão da veia cava inferior, promovida pelo crescimento do útero pressionando a veia que traz o retorno líquido dos membros inferiores e abdômen, aumentando a pressão sanguínea, com extravasamento de líquido para o interstício, gerando na maioria das vezes retenção hídrica em membros inferiores (normalmente os mais afetados), podendo provocar o aumento da pressão arterial (WOLF; THEISS; DELL'ANTONIO, 2011).

Na gravidez também ocorre o aumento da permeabilidade e da pressão dos capilares, hipoproteinemia e compressão das válvulas venosas, influenciando o sistema cardiovascular e linfático feminino. Estima-se que cerca de 1/3 das mulheres grávidas apresentem edema nos últimos três meses de gestação, sendo mais comum em torno da 38ª semana da gestação (DE FREITAS; SILVA, 2017).

Esse aumento da permeabilidade, e da pressão capilar, associado com a diminuição da pressão coloidosmótica (responsável pela insuficiência das válvulas venosas) são os principais fatores etiológicos do mecanismo do edema gestacional. Os cuidados profissionais durante uma gravidez são importantes para identificar e prevenir hipertensão ou pré-eclâmpsia, que é uma alteração no desenvolvimento e fixação dos vasos sanguíneos da placenta materna, levando a contrações desses vasos, alterando a capacidade de coagulação e circulação sanguínea (DE FREITAS; SILVA, 2017).

Outro fator a ser considerado é a relação entre edema e varicosidade, que pode promover o desenvolvimento de complicações sérias como tromboflebite e trombose venosa profunda. O retorno venoso na gestação deve ser um dos pontos de observação do profissional responsável pela gestante, pois o aumento da pressão adicionada no sistema venoso pode propiciar a insuficiência valvular e alterações do aspecto das veias superficiais. O acúmulo anormal de edema em membros inferiores podendo comprimir o nervo cutâneo femoral, situado na região lateral das coxas passando pelo ligamento inguinal. Já o edema localizado nos tornozelos propicia a compressão do nervo tibial posterior ao longo de seu percurso posterior ao maléolo medial, causando sensação de formigamento e fraqueza muscular (BORGES, 2016).

Apesar de incômodo, o edema gestacional não é um fator patológico, porém provoca diversos desconfortos como aumento de peso, cansaço e dores nas pernas, dificultando a realização de suas atividades de vida diária. Existem vários métodos que podem ser utilizados durante a gestação para tratar o edema e melhorar o metabolismo da grávida, sendo a drenagem linfática um dos meios mais utilizados para restabelecer a Homeostasia do sistema Linfático (WOLF; THEISS; DELL'ANTONIO, 2011).

3.3 SISTEMA LINFÁTICO

O corpo humano é formado por muitos órgãos, que agrupados originam diversos sistemas responsáveis pelo desempenho e equilíbrio do organismo. Um desses sistemas é o Linfático, formado por uma densa rede de vasos capilares linfáticos, vasos pré-coletores e coletores, troncos linfáticos, ducto linfático, linfonodos e linfa. Cerca de 60% do peso corporal de um indivíduo é composto por líquidos, sendo

que dois terços dessa quantidade se encontram no meio extracelular (MARQUES; SILVA, 2020; BORGES, 2016).

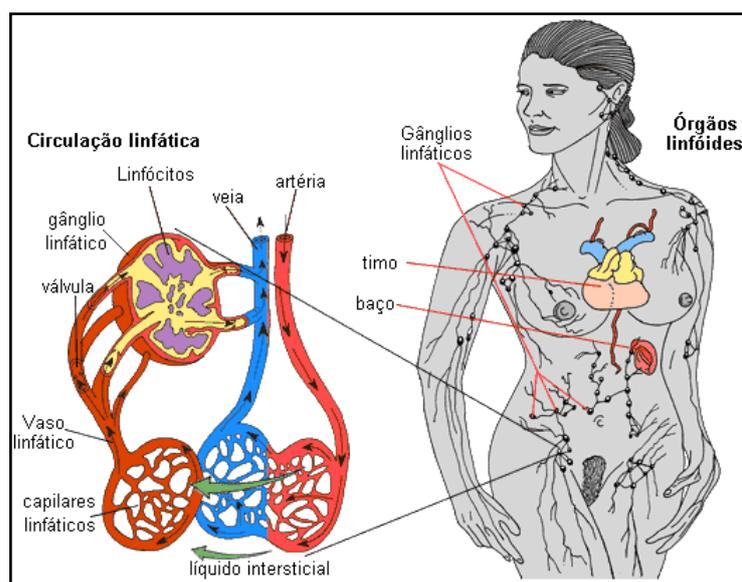
Os capilares Linfáticos consistem nos menores vasos de condução do sistema linfático, formados por tubos de revestimento fino constituído de apenas uma camada de células endoteliais superpostas. Os pré-coletores são estruturas intermediárias entre os capilares e os vasos linfáticos, e sua função é transportar a linfa até os vasos coletores, e esses por sua vez, são responsáveis por transportar a linfa até os linfonodos. (MARQUES; SILVA, 2020).

Os vasos linfáticos se originam dos capilares e possuem camada mais espessa, formada por três camadas de células sobrepostas, muito semelhante á parede das veias. Os ductos linfáticos são os maiores vasos do Sistema Linfático, e dividem se em: ducto linfático torácico e ducto linfático direito. Os Linfonodos ou gânglios linfáticos são estruturas pequenas, com formato oval e interpostas no percurso dos vasos linfáticos que possuem como a finalidade de elaborar um filtro ou barreira, contra a entrada de micro-organismos estranhos, substancias tóxicas e/ou nocivas ao organismo pela corrente sanguínea (MARQUES; SILVA, 2020).

O líquido que pode ser encontrado no meio intercelular pode ter dois destinos: ser recolhido pelos capilares sanguíneos, formando o plasma sanguíneo, ou pelos capilares linfáticos, formando a Linfa. A linfa absorvida pelos capilares linfáticos é conduzida até os vasos pré-coletores e coletores, passa através de vários linfonodos, para então ser filtrada e reposta na circulação até alcançar os vasos sanguíneos. O resultado final da filtração da linfa é excretado através da respiração, da urina ou do suor (RAMIRES et al., 2018).

A função primordial do sistema linfático é drenar o excesso de fluídos no meio intersticial e transportar esse líquido de volta para o sangue. Acontece que, no momento em que o sangue passa pelos vasos capilares, uma parte desse fluído extravasa para o meio extracelular e uma boa parte deste líquido tissular é novamente absorvida pelos capilares, sendo reintegrada a corrente sanguínea (figura 2) (BORGES, 2016).

Figura 2- Circulação sanguínea e linfática



Fonte: Borges (2016).

Além das estruturas já citadas, existem ainda três órgãos que fazem parte do sistema Linfático: o baço, as tonsilas e timo. O baço tem uma importante participação na produção de glóbulos brancos e vermelhos, e na destruição de agentes invasores. As tonsilas possuem a função de intervir na forma de uma barreira para a entrada de agentes nocivos que possam entrar no organismo através da região oral e faríngea. O timo age no desenvolvimento do sistema imunológico, influenciando o processo de maturação dos linfócitos T e convertendo-os em imunocompetentes (MONTEIRO, 2019).

O sistema linfático é o responsável por promover a eliminação de líquidos que permaneçam em excessos nos tecidos, além disso, também executa a função de absorver ácidos graxos e transportar consecutivamente a gordura para o sistema circulatório, agindo simultaneamente ao sistema Cardiovascular (MARQUES; SILVA, 2020).

Apesar de ser um sistema bastante organizado, existem algumas alterações que podem afetar seu desempenho. A gravidez, por exemplo, pode desencadear um desequilíbrio na homeostase linfática. Isso pode acontecer porque no período gestacional alguns hormônios como a progesterona e o estrogênio tem sua produção

aumentada, e esse aumento na produção hormonal acaba tendo como consequência a retenção hídrica (DE FREITAS; SILVA,2017).

A relação entre o comprometimento do sistema cardiovascular e o linfático compreende no aumento da permeabilidade do capilar, elevação da pressão capilar, hipoproteinemia, e compressão das válvulas venosas, causando danos no retorno venoso. Além desses, outro fator preocupante é a compressão da veia cava inferior em decorrência do crescimento do útero, aumentando a pressão sobre esse vaso e promovendo o extravasamento de líquidos para o interstício, promovendo o surgimento de edemas (WOLF; THEISS; DELL'ANTONIO, 2011).

3.4 DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL MÉTODO VODDER

A drenagem linfática tem por objetivo esvaziar os líquidos exsudados e os resíduos metabólicos acumulados no organismo. Para isso são utilizadas diversas manobras semelhantes a massagens no sentido das vias linfáticas, a fim de colocar em movimento os líquidos acumulados, levando-os através das estruturas linfáticas responsáveis pela expulsão de líquidos do organismo (DE FREITAS; SILVA, 2017).

Os principais efeitos da drenagem é o efeito relaxante e sedativo, ativando o sistema nervoso parassimpático (responsável por acalmar o organismo após situações de estresse, diminuindo os batimentos cardíacos, a pressão arterial e a adrenalina), além de melhora da sensação de cansaço nos membros inferiores, melhora da disposição nas atividades do cotidiano e melhora da qualidade do sono (DE FREITAS; SILVA, 2017).

Ao avaliarem um grupo de 28 mulheres gestantes com idade média de 30 anos, Wolf, Theiss e Dell'Antonio (2011) comprovaram que a técnica de DLM produz benefícios como redução do inchaço, da dor e melhora da disposição. Porém, o benefício mais observado foi a melhora do emocional dessas mulheres, que após o tratamento se sentiam com a autoestima mais elevada, sendo que algumas ainda associavam a DLM com outras massagens modeladoras, acentuando a preocupação estética das mulheres durante a gravidez.

Cardoso, Braz e Brongholi (2012) estudaram o caso de uma gestante no terceiro trimestre gestacional, com edema em membros inferiores. Após a avaliação e perimetria dos membros inferiores da paciente, foram realizadas 8 sessões de DLM, sendo 3 sessões por semana, com duração de uma hora. Ao final das sessões, os autores constataram que além da redução do edema, houveram outros benefícios como: moderação da dor, relaxamento e diminuição da pressão arterial.

A Drenagem Linfática Manual método Vodder, foi criada em 1936 por um biólogo dinamarquês chamado Emil Vodder e por sua esposa Estrid Vodder, esta técnica foi criada baseada na experiência do casal com métodos de massagens em Cannes, Riviera Francesa. Eles perceberam que vários indivíduos apresentavam quadros de gripe crônicos com aumento dos linfonodos na região cervical, e que após as massagens na região, notaram uma diminuição do inchaço, a partir dessas observações desenvolveram então a Drenagem Linfática Manual (DE GODOY; GODOY, 2020).

Nesse mesmo ano, a técnica foi publicada em Paris, e através dessa divulgação, a técnica obteve o reconhecimento de diversos profissionais como esteticistas e biólogos. Recentemente com a comprovação dos resultados desse método, mais profissionais tornaram-se adeptos a Drenagem Linfática Manual como: os médicos, enfermeiros, Fisioterapeutas, terapeutas ocupacionais, dentre outros (DE GODOY; GODOY, 2020).

Outro marco importante para o reconhecimento da técnica foram os trabalhos de Asdonk, realizados em 1963, incorporando a Drenagem Linfática como parte do tratamento médico, contribuindo com novas considerações e procedimentos. Por volta de 1967 foi fundada a Sociedade de Drenagem Linfática Manual, incorporada em 1976 á sociedade alemã de Linfologia. Os principais grupos que utilizaram a técnica foram: Földi, Leduc, Casley-Smith, Nieto, Ciucci, Beltramino Mayall, cada um incluindo suas contribuições, porém mantendo os princípios idealizados por Vodder (CORRÊA et al., 2011).

Em 1999, Godoy & Godoy criaram um novo método de drenagem linfática, utilizando roletes com instrumentos de drenagem. Essa nova técnica questionava a utilização dos movimentos circulares preconizados por Vodder, atestando que deveria ser utilizado os conhecimentos de anatomia, fisiologia e de hidrodinâmica, afirmando

que, uma vez que os vasos linfáticos são condutores de líquidos (a linfa), deveriam seguir as leis da hidrodinâmica (DE GODOY, 2019).

Outra técnica criada pelos professores Albert Leduc e Oliver Leduc em 1977 levava em consideração o fato de que o Sistema Linfático alcança maiores níveis de absorvimento quando os pacientes são enfaixados com ataduras inelásticas, e então submetidos aos exercícios musculares, mantendo essas malhas compressiva durante e depois dos exercícios, e continua a utiliza-las mesmo depois do término do tratamento, por tempo indeterminado. As malhas compressivas demandam certos gastos financeiros, uma vez que essas malhas devem ser prescritas sobre medida, de acordo com o comprimento do membro, tornando essa técnica menos usual que as demais (DA SILVA; MEJIA, 2013).

Segundo Da Silva; Mejia (2013), os métodos de Drenagem Linfática mais utilizados atualmente são o de Vodder e o de Godoy e Godoy. As duas técnicas já foram amplamente avaliadas em estudos de casos e de comparação, e atestado que ambas produzem resultados semelhante e satisfatórios na resolução de edemas, sendo que as principais diferenças entre as duas são a velocidade e o direcionamento (DOS SANTOS; MEJIA, 2014).

Outra característica importante que diferem uma da outra é que enquanto o método Vodder utiliza-se somente as mãos como instrumento de terapia, a técnica de Godoy e Godoy utiliza além das mãos, roletes, rolos e bastões, além de possuir manobras mais intrincadas. São essas diferenças que levam muitos profissionais a preferirem utilizar em suas clínicas e consultórios o método de Vodder (DOS SANTOS; MEJIA, 2014).

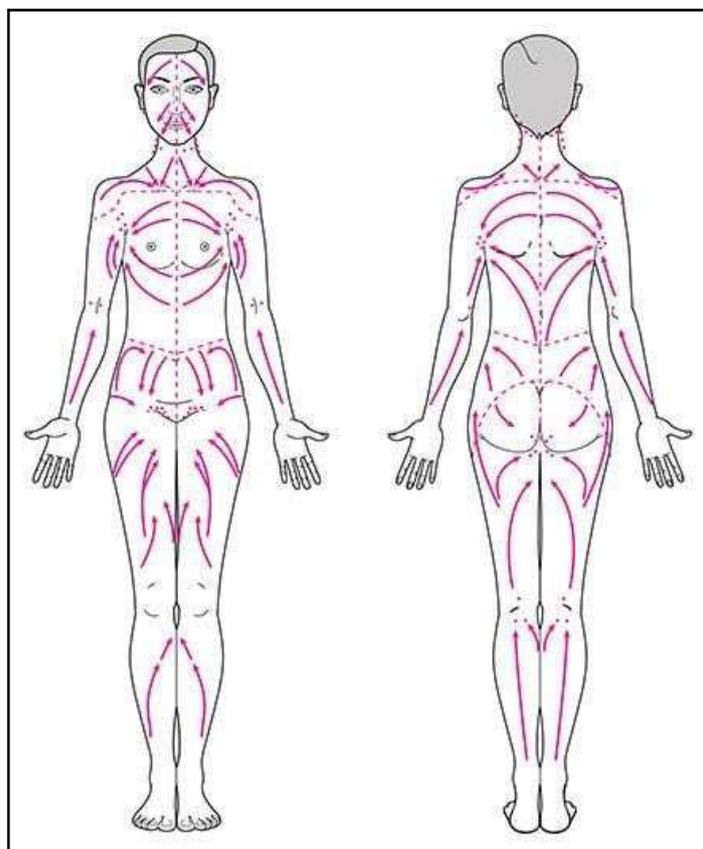
3.4.1 Aplicação do método Vodder

O método de Vodder quando aplicado de forma correta apresenta ótimos resultados na redução de edemas. Porém, a técnica não deve ser realizada na região abdominal de gestantes, pois as manobras realizadas durante a terapia podem induzir contrações uterinas, o que possivelmente resultará em um parto prematuro ou até aborto. Além disso, recomenda-se um limite de duas a três sessões dessa técnica por

semana, no intuito de evitar a sobrecarga do Sistema Linfático da grávida (DE FREITAS; SILVA, 2017).

Esta técnica, semelhante a uma massagem, abrange somente a superfície cutânea da pele, seguindo as vias linfáticas do organismo. As vias linfáticas (Figura 3) correspondem ao caminho que a linfa deve percorrer através dos vasos linfáticos até atingir os linfonodos, locais onde a linfa é filtrada de qualquer corpo estranho antes de voltar para o sistema venoso. Essas vias seguem um sentido unidirecional auxiliando na vazão dos fluídos em excesso que circundam as células, mantendo a homeostase hídrica do interstício, permitindo a expulsão e eliminação de resíduos provindos do metabolismo celular (BORGES, 2016).

Figura 3- Sentido das vias linfáticas



Fonte: Marques; Silva (2020).

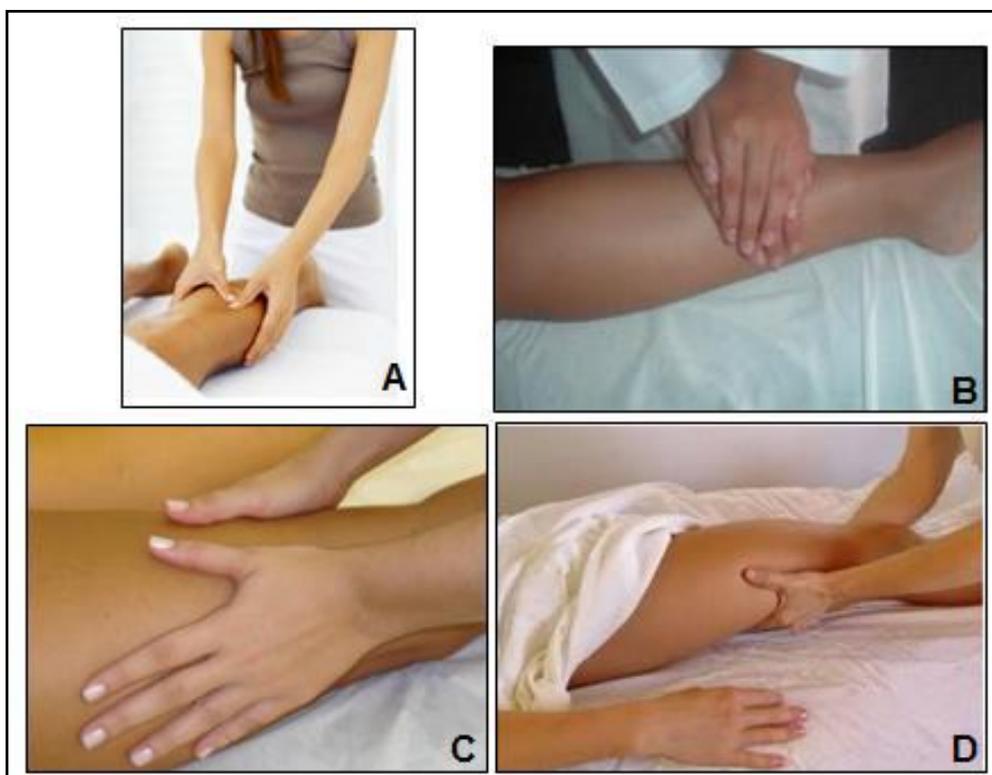
Além de ser uma manobra superficial, a técnica também deve ser realizada de modo lento e contínuo, de forma que a linfa possa ser conduzida de forma rítmica e progressiva. A pressão exercida sobre a pele deve ser suave e leve, excedendo a

pressão fisiológica interna, podendo chegar aproximadamente á uma pressão de 25 á 40 mmHg nos grandes vasos linfáticos (MARQUES; SILVA, 2020).

O posicionamento correto da gestante durante a aplicação da técnica é imprescindível para ativar o fluxo da drenagem. O fisioterapeuta deve posicionar a grávida em decúbito dorsal, e em seguida na posição de decúbito lateral esquerdo e direito. Com os membros inferiores apoiados em um travesseiro, e posicionados com elevação de aproximadamente 45°. Primeiramente deve fazer a estimulação em bombeamento dos linfonodos localizados nas axilas, e nas regiões supra e infraclaviculares, externos, inguinais, poplíteos e posteriores aos maléolos, seguindo a ordem de realizar as manobras do sentido distal para proximal (BORGES, 2016).

Este método destaca-se por quatro tipos de movimentos diferentes: círculos fixos, movimentos de bombeamento, movimentos do doador e movimento giratório ou de rotação (figura 4), sendo que cada um desses movimentos deve ser realizado em torno de 5 á 7 vezes na mesma região (BORGES, 2016).

Figura 4 – A: Movimentos Círculos Fixos, B: Bombeamento, C: Doador e D: Giratório ou Rotação



Fonte: Borges (2016).

Os movimentos de círculos fixos são realizados no sentido de círculos com auxílio dos dedos do terapeuta, promovendo o alongamento do tecido causando uma pressão e descompressão durante a manobra, visando ativar a captação da linfa. Os movimentos de bombeamento é uma manobra no qual as mãos do profissional devem ser posicionadas no tecido a ser drenado, realizando movimentos ondulatórios, que deve ocorrer no sentido das vias linfáticas exercendo pressões decrescentes da palma da mão para os dedos de modo não contínuo de compressão e descompressão (DOS SANTOS; DOS SANTOS LIMA, 2020).

No movimento de doador, a posição correta das mãos do terapeuta deve ser com as palmas das mãos perpendicular às vias de drenagem, com movimentos que se repetem imediatamente na região anexa ao local da manipulação, realizando movimentos parecidos com o de arrastar, podendo ser posicionadas proximal ou distal, seguindo sempre no sentido da linfa. Já no movimento de rotação ou giratório, o posicionamento da região palmar do terapeuta deve ficar sobre o local a ser drenado, realizando então movimentos de desvio ulnar com as mãos no sentido da drenagem proposta sendo que todas as manobras devem ser realizadas de 5 a 7 vezes na região (DOS SANTOS; DOS SANTOS LIMA, 2020).

O objetivo primordial do método Vodder é de recolocar em movimento o sistema linfático e também de estimular o sistema imunológico. As manobras devem conter ritmos lentos e uniformes, para promover sensações relaxantes. O procedimento deve ser realizado com movimentos na frequência determinada e tempo indicado, sempre obedecendo o sentido da circulação linfática de retorno, para não provocar sobrecarga no membro afetado, elevando a absorção com a pressão apropriada e suficiente para impulsionar o líquido do interstício para dentro dos capilares linfáticos (BORGES, 2016).

Segundo Da Silva (2021), a drenagem linfática deve ser indicada de acordo com seus efeitos e disfunções relatadas pelo paciente, como: cicatrizes aderentes, hematomas, edemas, dor, diminuição da amplitude de movimento, tensão muscular e existem algumas doenças em que a drenagem linfática é contra indicada, como: trombooses, Infecções agudas, insuficiência cardíaca descompensada, flebite, tromboflebites, hipertensão, síndrome seno carotídeo, câncer, algumas doenças de

pele, asma brônquica e bronquite asmática, hipertireoidismo, alergias agudas, insuficiência renal com dependência de medicamentos diuréticos ou diálise.

As contraindicações da Drenagem Linfática estão associadas aos efeitos da terapia em si, tais como aumento da circulação sanguínea, aumento da pressão arterial (perigosa no caso de hipertensão) ou mesmo associada com a trombose ou doenças inflamatórias, onde existe o risco de deslocamento de trombos ou de espalhar células infecciosas através de todo o sistema linfático, atingindo o corpo inteiro do indivíduo (DOS SANTOS; DOS SANTOS LIMA, 2020).

A drenagem linfática só deve ser realizada por um profissional competente, pois apesar dos benefícios, pode ser uma manobra perigosa quando realizada de forma incorreta, podendo inclusive estimular contrações no útero, precipitação do parto, provocar prejuízos ao sistema circulatório, promover o surgimento de hematomas, deslocamento de trombos, eritema, microvarizes ou até mesmo Hipertensão arterial. Além disso, o profissional deve monitorar antes e depois da aplicação do método de DLM: a pressão arterial, a frequência cardíaca, o peso corporal e a perimetria do membro afetado (DE FREITAS; SILVA, 2017; BORGES, 2016).

A Fisioterapia Dermatofuncional é a especialidade da área que utiliza diversos recursos para promoção, prevenção e tratamento de afecções no sistema tegumentar, isto é, da pele e de seus anexos. O comprometimento desse sistema pode estar associado a algum tipo de distúrbio metabólico, endócrino, dermatológico, ósseo, muscular ou mais comumente com distúrbios do sistema linfático (VIEIRA; MEJIA, 2021).

O fisioterapeuta especialista em Dermatofuncional possui o conhecimento acerca da melhor forma de tratar edemas, bem como de identificar dentro da Drenagem linfática, qual tipo de manobra é a mais eficaz em cada caso. Em casos de edema na gravidez, é importante que a paciente procure esse tipo de especialista, pois é uma situação que se não for bem modulada e resolvida, pode ter desfechos desagradáveis como eclampse ou trombose (VIEIRA; MEJIA, 2021).

A especialidade da fisioterapia dermatofuncional foi reconhecida pelo COFFITO através da resolução nº 362 em 2009, é uma área que atua na prevenção, promoção e recuperação do sistema tegumentar, na resolução de distúrbios e alterações endocrinológicas, metabólicas, circulatórias, osteomioarticulares, neurológicas e

dermatológicas. Este profissional pode atuar em todos os níveis de atenção à saúde, incluindo programas de promoção, manutenção, prevenção, proteção e recuperação (FERNANDES, 2019).

4 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS DA PESQUISA

Rebello e Mejia (2017) avaliou o caso de uma paciente no sétimo mês de gestação com edema em membros inferiores. No início do estudo foi realizada uma avaliação da participante do estudo, onde foi realizada uma ficha de avaliação Dermato-funcional, e também a perimetria dos membros inferiores antes do início das sessões, e após cada uma das sessões. Após 9 sessões de drenagem Linfática método de Vodder, com duração de uma hora, realizadas 3 vezes por semana, ele observou que houve uma diminuição significativa do edema, com variação de aproximadamente 2 cm de redução da perimetria inicial.

Delgado et al. (2019) avaliou os efeitos da DLM em uma população de 10 gestantes no segundo e terceiro trimestre da gravidez. A abordagem escolhida pelo autor foi de realizar a drenagem método Vodder com as pacientes em decúbito dorsal a 45°, realizando a técnica por todo o corpo da gestante, com início da estimulação na região da coluna cervical por 15 minutos e em seguida, estimulação nos membros inferiores, sendo 20 minutos para cada lado.

Como resultados, ele observou que logo após a sessão já era possível identificar uma diminuição de 2 cm, e no efeito tardio foi possível averiguar que houve diminuição de até 5 centímetros em relação à primeira avaliação física. Não foi possível para o autor definir uma quantidade exata de sessões, porém a maioria das grávidas conseguiram realizar 7 ou mais sessões, sendo os resultados do autor baseado nessa quantidade de atendimentos. Além da redução do edema, houve também a diminuição da dor e fadiga, tanto na fase aguda quanto tardia do tratamento (DELGADO et al., 2019).

Fonseca et al (2009) compararam os benefícios da drenagem do método de Vodder associada a atividades físicas. A pesquisa foi realizada em um grupo de 15 mulheres com idade entre 18 a 35 anos, no terceiro trimestre de gestação. Após a anamnese e o exame físico, as mulheres foram divididas em 3 grupos: grupo A (somente atividade física), grupo B (apenas DLM) e grupo C (atividade física e DLM).

As gestantes do grupo A relataram melhora da circulação, diminuição da dor, maior disposição, autoestima e relaxamento, além de diminuição do peso extra,

melhora da postura e redução de edema. As gestantes do grupo B relataram benefícios como: melhora da circulação, da disposição, do relaxamento e da autoestima, além de diminuição do edema e da dor. Porém nenhuma delas comprovou redução do peso corporal extra somente com a DLM (FONSECA et al., 2009).

As gestantes do grupo C observaram os ganhos conjuntos dos grupos A e B, e ao serem questionadas sobre qual a melhor técnica, atividade física ou DLM método Vodder, todas afirmaram que não havia uma melhor, mas que ambas se complementavam. Sendo assim, os autores confirmaram que a prática da drenagem linfática manual método Vodder juntamente com a atividade física é a melhor opção para redução de edema e melhora da qualidade de vida em mulheres gestantes (FONSECA et al., 2009).

Segundo Pereira et al (2020), o melhor benefício advindo da DLM método de Vodder é a redução da dor. Ele chegou a essa conclusão ao avaliar um grupo de 40 mulheres no terceiro trimestre de gestação com edema em membros inferiores, cuja principal queixa era a dor. As mulheres foram divididas em grupos, e após a pesquisa ele concluiu que as pacientes que realizaram drenagem linfática manual método de Vodder apresentaram alívio de dor em MMII, comparadas às que não realizaram drenagem linfática manual.

A partir dos estudos e dos casos analisados, é possível observar os benefícios advindos da Drenagem Linfática manual método Vodder, sendo reconhecido como um ótimo recurso para redução de edema, dor e desconforto de mulheres grávidas, melhorando a qualidade de vida dessas mulheres.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante o período gestacional a mulher passa por diversas alterações anatômicas como aumento de peso, crescimento das mamas e desvio postural. Ocorre também as alterações fisiológicas, como o aumento da produção hormonal, vasodilatação, e crescimento do útero pressionando a veia cava inferior. Sendo essas as principais alterações que desregulam o Sistema Linfático, promovendo o surgimento de edemas.

O método de Drenagem Linfática através do método de Vodder é um recurso muito utilizado por fisioterapeutas Dermatofuncional, pois promove de forma satisfatória a redução de edemas em gestantes, que além de ser um método não invasivo, possui evidências que comprovam seus efeitos na melhora do funcionamento do sistema Linfático e promovendo o retorno circulatório adequado, resultando na redução de edemas.

Além da diminuição do edema, foi comprovado pelos autores apresentados na pesquisa que existem outros benefícios advindos da DLM, como o relaxamento, resolução da dor, melhora da autoestima, da disposição e redução da pressão arterial. Esses benefícios contribuem para a melhora do estado global das gestantes, promovendo a melhora da qualidade de vida e uma gestação mais confortável e segura.

Sugerem-se que novos estudos sejam realizados para verificar a eficácia da técnica e seus benefícios, visto que os estudos já realizados possuem data mais antiga, e não acompanham a gestante durante um período mais longo da gravidez. Sugerindo-se também que estudos mais atualizados abordem a importância do Fisioterapeuta Dermatofuncional na realização da Drenagem Linfática.

REFERÊNCIAS

- ALVES, Tuanne Vieira; BEZERRA, Martha Maria Macedo. Principais alterações fisiológicas e psicológicas durante o Período Gestacional/Main Physiological and Psychological changes during the management period. **Id On Line Revista de Psicologia**, v. 14, n. 49, p. 114-126, 2020. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/2324>. Acesso em 20 mai. 2022.
- BARROS, Camila Saraiva et al. OS BENEFÍCIOS DO METODO PILATES NA GESTAÇÃO: um estudo bibliográfico The benefits of the pilates method in pregnancy: a bibliographical study. **Revista Cathedral (ISSN 1808-2289)**, v. 4, n. 1, 2022. Disponível em: <http://cathedral.ojs.galoa.com.br/index.php/cathedral/article/view/408>. Acesso em 09 jun. 2022.
- BORGES, Magda Beatriz Andreola De Carvalho. MÉTODO VODDER COMO TRATAMENTO DE EDEMA GESTACIONAL. 2016. Disponível em: <https://repositorio.faema.edu.br/handle/123456789/144>. Acesso em 15 dez. 2021.
- BOTELHO, Louise Lira Roedel; CUNHA, Cristiano Castro De Almeida; MACEDO, Marcelo. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. **Gestão e sociedade**, v. 5, n. 11, p. 121-136, 2011. Disponível em: <http://www.gestoesociedade.org/gestoesociedade/article/view/1220>. Acesso em: 08 dez. 2021.
- CARDOSO, Caroline Mazon; BRAZ, Melissa Medeiros; BRONGHOLI, Karina. Drenagem linfática manual no edema de membros inferiores de uma paciente no terceiro trimestre de gestação. Manual lymphatic drainage in inferior members oedema on a third quarter pregnant. 2012. Disponível em: <https://www.academia.edu/download/31555119/artigocarolinemazoncardoso.pdf>. Acesso em 01 set. 2022.
- CARDOSO, Maria dos Prazeres Carneiro; DE SOUSA, Iara Laís Lima; DE SOUZA, Narjara Araújo. Efeitos da Drenagem Linfática Manual aplicada em gestante. **Essentia-Revista de Cultura, Ciência e Tecnologia da UVA**, v. 18, n. 1, 2017. Disponível em: <https://essentia.uvanet.br/index.php/ESSENTIA/article/view/104>. Acesso em 09 dez. 2021.
- CORRÊA, Viviane da Silva Martins Lopes et al. Intervenção fisioterapêutica nos sinais e sintomas do pós-operatório de blefaroplastia. 2011. Disponível em: <https://tede2.unisagrado.edu.br:8443/handle/tede/217>. Acesso em 10 dez. 2021.
- DA SILVA, Marises Costa; MEJIA, Dayana Priscila Maia. Gestação: Benefícios da drenagem linfática no terceiro trimestre da gravidez. 2013. Disponível em: https://www.portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/39/06_-_GestaYyo_BenefYcios_da_drenagem_linfYtica_no_terceiro_trimestre_da_gravidez.pdf. Acesso em: 09 dez. 2021.
- DA SILVA, Morgana Duarte; BRONGHOLI, Karina. Drenagem linfática corporal no edema gestacional. Santa Catarina: **Universidade do Sul de Santa Catarina–UNISUL**. 2012. Disponível em: <https://sandrabarbosa.webnode.com.br/files/200000127-c3432c43cf/ARTIGO%20OBSTETR%20C%8DCIA.pdf>. Acesso em 09 dez. 2021.
- DA SILVA, Renata Inácia. Os benefícios da drenagem linfática: uma revisão de literatura. **Medicus**, v. 3, n. 1, p. 1-13, 2021. Disponível em: <http://www.cognitionis.inf.br/index.php/medicus/article/view/128>. Acesso em 12 fev. 2022.
- DE BRITO, Paloma Kassia Sousa; ANGELIM, Carolina Cabral; CASSEB, Samir Mansour Moraes. Uma revisão sistemática sobre os benefícios da drenagem linfática manual no tratamento do edema em membros inferiores. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 4, p. e14810413968-e14810413968, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/13968>. Acesso em 06 dez. 2021.

DE FREITAS, Thalita Bastos; SILVA, Maria Sílvia Bergo Guerra. ASPECTOS FISIOLÓGICOS DA DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL NA GESTAÇÃO PHYSIOLOGICAL ASPECTS OF MANUAL LYMPHATIC DRAINAGE IN PRAGNANCY. 2017. Disponível em: http://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2018/06/064_manualgestacao.pdf. Acesso em 14 mai. 2022.

DE GODOY, José Maria Pereira. Drenagem linfática manual: método Godoy & Godoy. **Recursos Técnicos em Estética I**, p. 237, 2019. Disponível em: https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=V-VBEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA237&dq=drenagem+linf%C3%A1tica+godoy&ots=tmmHUG8Dg&sig=ssL_ejcMMaSs0oiLz793StjEcJl8. Acesso em: 09 dez 2021.

DE GODOY, José Maria Pereira; GODOY, Maria de Fátima Guerreiro. Drenagem linfática manual: novo conceito. **Jornal Vascular Brasileiro**, v. 3, n. 1, p. 77-80, 2020. Disponível em: <http://www.jvb.periodikos.com.br/article/5e205e690e8825125e11f7b1/pdf/jvb-3-1-77.pdf>. Acesso em 10 dez. 2021.

DELGADO, Alexandre et al. Efeitos da Drenagem Linfática Manual na diminuição do edema de membros inferiores em gestantes. **Revista Pleiade**, v. 13, n. 28, p. 49-59, 2019. Disponível em: <https://pleiade.uniamerica.br/index.php/pleiade/article/view/545>. Acesso em 23 Ago. 2021.

DOS SANTOS, Euzivane Pereira; DOS SANTOS LIMA, Marizete. Drenagem linfática no pós-operatório em lipoaspiração. **Medicus**, v. 2, n. 2, p. 30-36, 2020. Disponível em: <http://cognitionis.inf.br/index.php/medicus/article/view/76>. Acesso em 10 dez. 2021.

DOS SANTOS¹, Daniella Andrade Ferreira; MEJIA, Dayana Priscila Maia. Análise comparativa das técnicas de drenagem linfática manual: Método Vodder e Método Godoy & Godoy. 2014. Disponível em: https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/18/114_-_AnYlise_comparativa_das_tYcnicas_de_drenagem_linfYtica_manual.pdf. Acesso em 08 dez. 2021.

FERNANDES, Marília Isadora Silva. Atuação da fisioterapia dermatofuncional na reabilitação de pacientes queimados: uma revisão integrativa de literatura. **Revista uningá**, v. 56, n. 3, p. 176-186, 2019. Disponível em: [View of ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA DERMATOFUNCIONAL NA REABILITAÇÃO DE PACIENTES QUEIMADOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA \(uninga.br\)](http://www.uninga.br/revista/view_of_ATUAÇÃO_DA_FISIOTERAPIA_DERMATOFUNCIONAL_NA_REABILITAÇÃO_DE_PACIENTES_QUEIMADOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA). Acesso em 30 nov. 2022.

FONSECA, FM da et al. Estudo comparativo entre a drenagem linfática manual e atividade física em mulheres no terceiro trimestre de gestação. **Fisioterapia ser**, v. 4, n. 4, p. 225-33, 2009. Disponível em: <https://www.academia.edu/download/30985738/80feda297f20c391bb289271315079f2.pdf#page=13>. Acesso em 01 set. 2022.

LOHN, Rayane Hames. OS EFEITOS DA DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL NO PACIENTE DIABÉTICO-UMA REVISÃO INTEGRATIVA. 2021. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/17822>. Acesso em 07 dez. 2021.

MARQUES, Tauge Marione Lea Da Silva; SILVA, Adriane Garcia. 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, 2020. Disponível em: <http://sustenere.co/index.php/sciresalutis/article/view/3802>. Acesso em: 08 dez. 2021.

MONTEIRO, Raquel Fernandes. Ensino Fundamental II. 2019. Disponível em: <https://canal.cecierj.edu.br/032020/d4a2c2a00923300ecd93f29a6f7e2760.pdf>. Acesso em 06 dez. 2021.

PEDREIRA, Marta; LEAL, Isabel. Terceiro trimestre de gravidez: expectativas e emoções sobre o parto. **Psicologia, Saúde e Doenças**, v. 16, n. 2, p. 260-273, 2015. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/362/36242128010.pdf>. Acesso em 09 jun. 2022.

PEREIRA, Ana Julia Araujo et al. Drenagem linfática reduz dor durante a gestação?. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 10, p. 74486-74498, 2020. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/17654>. Acesso em 02 set. 2022.

PICCININ, Aline Martinelli et al. Redução do edema em membros inferiores através da drenagem linfática manual: um estudo de caso. **Rev Inspirar Mov Saude**, v. 1, n. 2, p. 10-4, 2009. Disponível em: https://www.inspirar.com.br/wp-content/uploads/2010/05/revista_cientifica_inspirar_edicao_2_2009-1.pdf#page=11. Acesso em: 10 dez. 2021.

PIVETTA, Hedioneia Maria Foletto et al. Efeitos do Kinesio Taping sobre o edema linfático. **Fisioterapia Brasil**, v. 18, n. 3, p. 382-390, 2017. Disponível em: <http://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/1067>. Acesso em 10 dez. 2021.

RAMIRES, Trueycen Kely Pires et al. ATUAÇÃO DA DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL NO EDEMA DE MEMBROS INFERIORES EM IDOSOS. **REVISTA DE TRABALHOS ACADÊMICOS-CAMPUS NITERÓI**, v. 1, n. 15, 2018. Disponível em: <https://scholar.archive.org/work/uloisoujwjdboctybdpjabuz4/access/wayback/http://www.revista.universo.edu.br/index.php?journal=1reta2&page=article&op=viewFile&path%5B%5D=2848&path%5B%5D=1841>. Acesso em 08 dez. 2021.

REBELLO, Patrícia Correa; MEJIA, Dayana Priscila Maia. Benefícios da drenagem linfática manual em paciente com edema de membros inferiores no sétimo mês gestacional. **Faculdade Ávila. Disponível em:** http://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/14/20_Ben._da_dren._linfYtica_m_an._em_paciente_c_edema_de_membr_os_inf._na_paciente_no_sYtimo_mYs_gestacional.pdf Acesso em, v. 14, 2017. Disponível em: https://www.portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/14/20_-_Ben._da_dren._linfYtica_man._em_paciente_c_edema_de_membros_inf._na_paciente_no_sYtimo_mYs_gestacional.pdf. Acesso em 23 Ago. 2022.

VIEIRA, Lilliane Moreira; MEJIA, Dayana Priscilla Maia. Fisioterapia dermatofuncional utilizando o recurso da drenagem linfática manual em pacientes pós cirurgia bariátrica. 2021. Disponível em: https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/18/84_-_Fisioterapia_dermato-funcional_utilizando_o_recurso_da_drenagem_linfYtica_manual_em_pacientes_pYs_cirYrgia_bariYtrica.pdf. Acesso em 02 set. 2022.

WOLF, Evelin Roberta; THEISS, Tatiane; DELL'ANTONIO, Fabiane. Importância da realização de drenagem linfática em gestantes. **Universidade do Vale do Itajaí, Balneário Camboriú**, 2011. Disponível em: <http://siaibib01.univali.br/pdf/Evelin%20Wolf,%20Tatiane%20Theiss.pdf>. Acesso em 03 dez. 2022.

ANEXO A- RELATÓRIO DE VERIFICAÇÃO DE PLÁGIO



DISCENTE: Patricia Peres da Silva Araújo

CURSO: Fisioterapia

DATA DE ANÁLISE: 17.10.2022

RESULTADO DA ANÁLISE

Estatísticas

Suspeitas na Internet: **1,59%**

Percentual do texto com expressões localizadas na internet 

Suspeitas confirmadas: **1,59%**

Confirmada existência dos trechos suspeitos nos endereços encontrados 

Texto analisado: **94,07%**

Percentual do texto efetivamente analisado (frases curtas, caracteres especiais, texto quebrado não são analisados).

Sucesso da análise: **100%**

Percentual das pesquisas com sucesso, indica a qualidade da análise, quanto maior, melhor.

Analisado por Plagius - Detector de Plágio 2.8.3
segunda-feira, 17 de outubro de 2022 09:08

PARECER FINAL

Declaro para devidos fins, que o trabalho da discente **PATRICIA PERES DA SILVA ARAÚJO**, n. de matrícula **6724**, do curso de Fisioterapia, foi aprovado na verificação de plágio, com porcentagem conferida em 1,59%. Devendo a aluna fazer as correções necessárias.

(assinado eletronicamente)
HERTA MARIA DE AÇUCENA DO N. SOEIRO
Bibliotecária CRB 1114/11
Biblioteca Central Júlio Bordignon
Centro Universitário Faema – UNIFAEMA

Assinado digitalmente por: Herta Maria
de A?ucena do Nascimento Soeiro
Razão: Faculdade de Educação e Meio
Ambiente - FAEMA