

Efeitos Fisiológicos e Benefícios da Drenagem Linfática Manual em Edema de Membros Inferiores: Revisão de Literatura

Physiological Effects and Benefits of Manual Lymphatic Drainage in Lower Limb Edema: Literature Review

Camila Pinheiro de Franca¹

Giseli Ferreira Aguiar²

Cristina Cardoso Parra³

Resumo

A drenagem linfática manual (DLM), é definida como uma técnica de massagem especializada representada por um conjunto de manobras, que visam drenar o excesso de líquido acumulado no interstício. Este estudo teve como objetivo, avaliar e descrever os efeitos fisiológicos, e os benefícios da DLM em membros inferiores com etiologias diversas. Foi realizada revisão sistemática incluindo artigos encontrados de 2006 a 2013. O edema de membros inferiores estudado nesta revisão é ocasionado por múltiplos fatores. A DLM atua eficientemente o sistema linfático, reduz feridas, sensações de cansaço, diminui algias, proporciona ganhos de amplitude de movimentos, sendo potente não só em tratamentos estéticos, mas preventivos, curativos em pré e pós-operatórios. Concluiu-se que há melhoras na circulação sanguínea, reabsorção de edema e melhora na coloração da pele.

Palavras-Chave: Benefícios, drenagem linfática, edema, membros inferiores.

Abstract

Manual lymphatic drainage (MLD), is defined as a specialized massage technique represented by a set of maneuvers, aimed drain excess fluid accumulated in the interstitium. This study aims to assess and describe the physiological effects and the benefits of MLD in the lower limbs with different etiologies.. It performed a systematic review including articles found from January 2005 to July 2015. The lower extremity edema studied in this review is caused by multiple factors Active DLM efficiently the lymphatic system, reduces wounds, tiredness sensations, lessens pains, provides movements amplitude gains, and powerful not only in aesthetic treatments, but preventive, curative pre and postoperative. It was concluded that there are improvements in blood circulation, edema reabsorption, and improves skin color.

Key words: Benefits, lymphatic drainage, edema, lower limb.

Introdução

A drenagem linfática é definida como uma técnica de massagem especializada, representada por um conjunto de manobras que visam drenar o excesso de líquido acumulado no interstício. Esta técnica de massagem é

¹ Acadêmica do 10º termo do curso de Fisioterapia no Centro Universitário Católico Salesiano Auxilium de Araçatuba SP.

² Acadêmica do 10º termo do curso de Fisioterapia no Centro Universitário Católico Salesiano Auxilium de Araçatuba SP.

³ Professora Especialista do curso de Fisioterapia no Centro Universitário Católico Salesiano Auxilium de Araçatuba SP.

importante pois estimula a circulação, elimina toxinas e nutre os tecidos. O sistema linfático percorre todo o corpo e não pode ser ignorado, desta forma percebe-se a importância da drenagem linfática, quer para manter a juventude, ou para manter o sistema imunitário ativo, assim como, para criar bem-estar e melhorias de saúde em todo organismo. Com este recurso terapêutico, o intuito é a indução do líquido intersticial até os gânglios linfáticos para que sejam eliminados pela urina [1,2,3,4]

Edema é uma disfunção caracterizada pelo acúmulo de macromoléculas no interstício celular devido ao mau funcionamento do sistema linfático. Ele é definido como um aumento aparente do volume do fluido intersticial que pode ser localizado ou generalizado. Quando ocorre somente nos membros inferiores (MMII) é denominado como edema periférico, podendo ser em ambas as pernas, ou somente em uma, acometendo joelhos, tornozelos e pés [4,5].

Sistema linfático é um sistema vascular que se assemelha ao sistema sanguíneo, o que os diferencia é que no sistema linfático não há um órgão bombeador central. Ele é uma via secundária por onde líquidos, proteínas e células vindas do interstício são devolvidas a corrente sanguínea, contribuindo para a diminuição da formação de edemas e dores. É formado por: capilares linfáticos, linfa, vasos linfáticos, linfonodos, troncos linfáticos e ductos linfáticos.

Os capilares linfáticos são os menores vasos do sistema linfático, porém possuem um potencial muito grande de regeneração. São nos capilares linfáticos que o líquido intersticial recebe o nome de linfa. A linfa é um líquido pálido e espesso carregado de gordura e leucócitos, de cor esbranquiçada ou amarela clara, se parecendo muito com o plasma sanguíneo [6,7]. Ela é responsável por levar as toxinas para os órgãos excretores, além de transmitir O₂ e nutrientes para os tecidos. Os vasos linfáticos conduzem a linfa até os linfonodos, estes vasos são divididos em pré-coletores (vasos de calibres menor) e coletores (vasos de calibre maior), e neles existem válvulas que impedem o refluxo da linfa, movimentando-a sempre unidirecionalmente [8,9].

A água corporal está dividida no meio intracelular (LIC) e extracelular (LEC). As forças fisiológicas que são responsáveis pela manutenção do equilíbrio de água entre esses dois espaços são as forças de Starling que são as pressões hidrostáticas e oncóticas. A pressão hidrostática é uma força exercida pelos líquidos que tende a expulsar o líquido do LIC. Já pressão

oncótica é uma força que atrai água para o LIC. Perturbações desta homeostasia que favoreçam a filtração de líquido para fora do espaço vascular ou que danifiquem o retorno do fluido do espaço intersticial através da linfa, conduzem ao desenvolvimento do edema [9,10].

Este trabalho teve como objetivos: Descrever os efeitos fisiológicos e os benefícios da técnica de drenagem linfática manual no edema de membros inferiores com etiologias diversas.

Material e método

O presente trabalho foi realizado através de uma revisão de literatura, utilizando os seguintes materiais: artigos científicos, livros didáticos. O período de abrangência da pesquisa foi de 2006 a 2013.

Discussão

Drenagem linfática manual (DLM) tem como principal objetivo a captação, reabsorção e evacuação da linfa, essa técnica é realizada com pressões suaves, lentas, intermitentes e relaxantes. A DLM é um método que mobiliza a linfa, retirando o acúmulo de líquidos de regiões corporais onde estas se acumulam, resultando na melhora da oxigenação e circulação do local [11].

É indicada para: Redução de edemas e linfedemas, fibro edema gelóide, insuficiência venosa crônica, cefaleias, edemas gestacionais, síndrome pré-menstrual, fadiga, dores nas pernas, irritabilidade, ansiedade, pré e pós cirurgias. Suas contraindicações são: Infecções agudas, insuficiência cardíaca descompensada, trombozes, flebite, tromboflebitas, síndrome seno carotídeo, hipertensão, certos tipos de afecções da pele, câncer, asma brônquia e bronquite asmática, hipertiroidismo, reações alérgicas agudas, insuficiência renal dependente de diuréticos ou diálise [11,12].

A técnica baseada em Leduc, fala sobre a utilização de cinco movimentos combinados entre si formando um sistema de massagem, são eles: Drenagem dos linfonodos, onde é preciso conhecer suas localizações iniciando a massagem pelo contato direto dos dedos indicador e médio sobre os linfonodos, a manobra é realizada com uma pressão moderada e rítmica; movimentos circulares utilizando-se todos os dedos da mão do terapeuta,

sendo eles leves e rítmicos, seguindo sempre o sentido da drenagem fisiológica; movimentos circulares realizados somente com o polegar; movimentos combinados, sendo feitos movimentos circulares hora com todos os dedos da mão, hora apenas com o polegar; e por fim a técnica conhecida como bracelete, utilizada quando o edema atinge grandes áreas, a manobra pode ser realizada pelo terapeuta uni ou bimanual, e o sentido deve ser distal para proximal, obedecendo o sentido da drenagem fisiológica e a pressão deve ser intermitente [11,12].

A técnica de acordo com Emill Vodder, propõe quatro tipos de movimentos, sendo eles: Círculos fixos, colocando a mão espalmada sobre a pele fazendo movimentos circulares com os dedos promovendo um estiramento do tecido; movimentos de bombeamento, onde são realizadas pressões decrescentes da palma da mão para os dedos de forma intermitente; movimento do “doador”, que é feito com as palmas das mãos realizando um movimento de arraste seguido de uma pronação do antebraço; A técnica de movimento giratório ou de rotação, que é realizado com a face palmar deslizando sobre a pele do paciente fazendo um desvio ulnar. Os movimentos de todas as técnicas devem ser rítmicos, alternados e unidirecionais, sempre seguindo o sentido da drenagem fisiológica [11,12].

Segundo Alencar e Mejia [1], que realizaram sessões de drenagem linfática no pós-operatório imediato de cirurgia vascular nos membros inferiores, constataram que, após os sete atendimentos propostos no início do tratamento de seu trabalho, além da técnica ter diminuído a formação do edema, a pele recuperou um aspecto mais saudável e normal decorrente do transporte do líquido de volta para a circulação sanguínea, promovendo a melhora na oxigenação e nutrição celular diminuindo os hematomas provenientes do processo cirúrgico.

Em um estudo realizado por Piccinin et. al., [3], foram realizadas dez sessões de drenagem linfática manual, em pacientes com edema de membros inferiores. Os resultados encontrados confirmaram os benefícios da drenagem linfática manual na reabsorção do líquido intersticial e conseqüente reabsorção do edema residual, foi avaliado que o edema diminuiu visivelmente e a paciente relatou uma sensação de alívio nos membros inferiores. Concluindo-

se então, que a drenagem linfática manual é indicada e apresenta bons resultados no tratamento de edema de membros inferiores.

Cardozo et. al., [12], que realizaram uma revisão sobre os benefícios da drenagem linfática, concluiu-se que a drenagem linfática traz benefícios, visto que, melhora a circulação sanguínea e ativa de forma eficiente o sistema linfático, é notória sua eficácia em tratamentos preventivos e curativos, como em pré e pós-operatório de cirurgias.

No estudo realizado por Valente et al., [13] que realizaram drenagem linfática manual nos membros inferiores de uma paciente com flebite e dermatofibrose, puderam concluir que a drenagem linfática manual melhora os sinais e sintomas da dermatofibrose, como a formação do edema, melhorando também a coloração da pele após aplicação da técnica.

De acordo com Abreu e Torres [14], no período gestacional, ocorrem intensas alterações e adaptações no organismo feminino entre estas alterações a formação de edema nos membros inferiores. Eles realizaram um estudo de caso em uma paciente no segundo trimestre de gestação, que apresentava edema em membros inferiores e concluíram que houve redução do mesmo, com a aplicação da técnica, podendo ser possível observar resultados satisfatórios com o uso da drenagem linfática no tratamento de edema gestacional, e ainda comentaram que a utilização das manobras de Leduc mostrou-se eficaz, sendo inclusive convincente, provando haver coerência na teoria e na prática. A técnica promoveu alívio dos desconfortos da paciente, relaxamento dos membros inferiores, melhora na circulação sanguínea e redução do edema gestacional.

Em estudo realizado por Tacani et. al., [15] sobre abordagem fisioterapêutica do linfedema bilateral de membros inferiores, relataram que o linfedema é um acúmulo de proteína no interstício em virtude de deficiência do sistema linfático, participaram deste estudo sete pacientes com linfedema bilateral nos membros inferiores e constatou-se que a drenagem linfática ajuda em porcentagens satisfatórias a diminuir o edema desses pacientes, porém relataram necessário mais estudos na área para melhores resultados e comparações.

Na pesquisa realizada por De Souza et. al., [16], confirmaram que a drenagem linfática manual é eficaz no tratamento de edema de membros

inferiores, quando este se apresenta como linfedema, que é o acúmulo de líquido extracelular decorrente do comprometimento do sistema linfático, de etiologias diversas. Foram realizadas oito sessões de drenagem linfática seguida de enfaixamento compressivo em um paciente de um ano de idade, os pesquisadores concluíram que após os oito atendimentos foi observada uma melhora do quadro clínico com redução do linfedema, comprovado através da perimetria.

Segundo Piacentini e Geraldo [17], que realizaram um estudo de drenagem linfática manual e drenagem postural em pacientes obesos submetidos a cirurgia de gastroplastia, onde apresentavam edema de membros inferiores, concluíram que, a intervenção na redução de edema desses pacientes foi eficaz, e ainda ressaltaram que a técnica de drenagem linfática foi mais eficaz que a técnica de drenagem postural.

No estudo realizado por Da Silva et.al.[18], que avaliaram os efeitos da drenagem linfática manual na redução do edema de membros inferiores, em quatro mulheres com insuficiência venosa crônica, concluíram que após dez sessões de drenagem linfática todas as participantes relataram diminuição dos sintomas de dores e sensação de “queimor” nos membros inferiores, relatando que a técnica possibilitou a obtenção de resultados conclusivos e satisfatórios e que de fato contribui na redução do edema, no ganho da amplitude de movimento dos membros inferiores e principalmente na melhora da qualidade de vida das mulheres com insuficiência venosa crônica, portadoras de edema de membros inferiores.

De acordo com Da Silva [19], que realizou um estudo de drenagem linfática manual em pacientes portadores de feridas venosas crônicas em uso de curativos bioativos nos membros inferiores, onde os pacientes apresentavam edema nos membros inferiores que prejudica o fluxo sanguíneo, retardando o processo de cicatrização das feridas, constatou-se que, com a aplicação da técnica houve redução da ferida, melhora do edema, e melhora do aspecto da pele, concluindo que a drenagem linfática manual foi um fator contribuinte no tratamento dos pacientes portadores de feridas venosas em tratamento com bioativos.

Conclusão

Através do presente estudo, concluiu-se que, a técnica de drenagem linfática manual se mostra eficaz diante de múltiplas etiologias que levam ao edema de membros inferiores. De acordo com o levantamento bibliográfico, há melhoras na circulação sanguínea, reabsorção de edemas e na coloração da pele.

Foi possível verificar ainda que a DLM atua eficientemente o sistema linfático, reduz feridas, sensações de cansaço, diminui algias, proporciona ganhos de amplitude de movimentos, sendo potente não só em tratamentos estéticos, mas preventivos, curativos em pré e pós-operatórios.

Referências

- 1- Alencar TP, Mejia DPM. A influência da drenagem linfática manual no pós-operatório imediato de cirurgia vascular de membros inferiores. Estudo de Caso[periódico na internet] 2011 [acesso em 25 de agosto de 2015]. 14p.Disponível em: <http://portalbiocursos.com.br>
- 2- Zanella IB, Rucki S, Voloszin M. A importância da drenagem linfática manual no pós-operatório de abdominoplastia. Rev.Lit.[periódico na internet] 2011 [acesso em 16 maio 2014]. 19p. Disponível em: <http://siaibib01.univali.br/pdf/Betina%20Zanella,%20Suelen%20Ruckl.pdf>
- 3- Piccinin AM, Mello PB, Bem DM, Silva A, Rosa PV. Redução do Edema em Membros Inferiores através da Drenagem Linfática Manual: Um Estudo de Caso. Revista Eletronica Inspirar vol. [periódico da Internet]. 2009 set [acesso em: 25 agosto 2015].9(49) [aproximadamente 5p.]. Disponível em: http://www.inspirar.com.br/revista/wp-content/uploads/2010/04/revista_cientifica_inspirar_edicao_2_2009.pdf
- 4- Rocha RS, Mejia DPM. A drenagem linfática manual como tratamento do edema no pós-cirúrgico de lipoaspiração: Revisão de literatura. [periódico na internet] 2012 [acesso em 26 agosto 2015]. 14p. Disponível em: <http://portalbiocursos.com.br>
- 5- Oliveira N. Drenagem Linfática manual aplicada em gestante. Rev. Lit. [periódico na internet] 2010 [acesso em 05 setembro 2015].20p. Disponível em: <http://fisiovitae.com.br>
- 6- Tacani PM, Machado AFP, Tacani RE. Abordagem fisioterapêutica do linfedema bilateral de membros inferiores.[periódico na internet] Fisioter Mov.2012 jul/set. [acesso em 05 setembro 2015].25(3):561-70 Disponível em: <http://www.scielo.br>.
- 7- Tacani RE, Tacani PM, Liebano RE. Intervenção fisioterapêutica nas sequelas de drenagem linfática manual iatrogênica: relato de

- caso.[periódico na internet] Fisioterapia e Pesquisa 2011 abr/jun. [acesso em 05 setembro 2015]. 18(2): 188-94 Disponível em: <http://www.scielo.br>
- 8- Da Silva LA, Mejia DPM. A Importância da Drenagem Linfática Manual no Pós-Operatório de Lipoaspiração e Abdominoplastia. Rev. Lit. [periódico na internet] 2011 [acesso em 05 setembro 2015]. 12p. Disponível em: <http://portalbiocursos.com.br>
 - 9- Meyer PF, Chacon DA, Lima ACN. Estudo Piloto dos Efeitos da Pressoterapia, Drenagem Linfática Manual e Cinesioterapia na Insuficiência Venosa Crônica. Revista Eletrônica Reabilitar.[periódico na internet] 2006 jul. [acesso em 16 maio 2014]. 31(8):11-17 Disponível em: <http://www.dermatofuncional.cl>
 - 10- Spaggiari CW. O efeito da drenagem linfática manual em gestantes no final da gravidez: revisão de literatura.[periódico na internet] 2008. [acesso em 23 setembro 2014]. 5p. Disponível em: <http://www.bibliotecadigital.unicamp.br>
 - 11- Guirro E, Guirro R. Fisioterapia Dermato-Funcional: Fundamentos, Recursos e Patologias. São Paulo: Editora Manole; 2006. p.73-80.
 - 12-Cardozo AD, De Oliveira EA, Serpa LA. Benefícios Drenagem Linfática. Rev. Lit. [periódico na internet] 2013. [acesso em 19 setembro 2105]. 3p. Disponível em: <http://www.faculdadealfredonasser.edu.br>
 - 13-Valente FM, Godoy MFG, Godoy JMP. Drenagem linfática em paciente com dermatofibrose e flebite de membro inferior – relato de caso. Rev Inst Ciênc Saúde. [periódico na internet] 2009. [acesso em 19 setembro 2015]. 27(2):133-5 Disponível em: <http://www.unip.br/comunicacao/publicacoes/ics/edicoes>
 - 14-De Abreu TT, Torres CS. Drenagem Linfática Manual no Tratamento do Edema Gestacional. Estudo de Caso. [periódico na internet] 2011. [acesso em 19 setembro 2015].6p. Disponível em: Universidade Veiga de Almeida (UVA) Cabo Frio – RJ
 - 15-Tacani PM, Machado AFP, Tacani RE. Abordagem fisioterapêutica do linfedema bilateral de membros inferiores. Fisioter.Mov. [periódico na internet] 2012 jul/set. [acesso em 19 setembro 2015].25(3):561-70 Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/fm/v25n3/12.pdf>.
 - 16-De Souza BV, Branco NGSC, Silva CM, Didier FBCW. A importância da drenagem linfática manual no tratamento de linfedema – estudo de caso. [periódico na internet] 2006 nov. [acesso em 13 outubro 2015] 4p. Disponível em: <http://uninovafapi.edu.br/eventos/>
 - 17-Piacentini MS, Geraldo FL. Estudo da drenagem postural e linfática nos edemas de membros inferiores em pacientes submetidos a gastoplastia. Rev. Bras. Fisioter. [periódico na internet] 2006 [acesso em 13 outubro 2015] vol.10 p. 693-694. Disponível em: <http://www.rbf-bjpt.org.br/articles>
 - 18-Da Silva S, Chukst CS, Mota DH, Rosset ML, Kessler RMG. Drenagem linfática manual no tratamento de mulheres com insuficiência venosa crônica, portadoras de edema de membros inferiores. Rer Digital [periódico na internet] 2010 [acesso em 13 outubro 2015] v.80 [aproximadamente 7 p.] Disponível em: <http://www.fiepbulletin.net>

19-Da Silva RH. Drenagem linfática manual no tratamento de pacientes portadores de feridas venosas crônicas em membros inferiores em uso de curativos bioativos. Dissertação (mestrado). [periódico na internet] 2010 [acesso 13 outubro 2015] [aproximadamente 81 p.] Disponível em: <http://repositorio.unesp.br>