A CONTRIBUIÇÃO DA DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL (DLM) ASSOCIADO AO USO DA MANTA TÉRMICA PARA REDUÇÃO DE MEDIDA ABDOMINAL: RELATO DE CASO

Juliana de Moraes PADILHA[1], Silvani Barreto Assumpção CARDOSO[2], Analice Soares MAGALHÃES[2], Auner Pereira CARNEIRO[2]; Andreía Patrícia CAVALCANTI[2] & Juliano da Silva FRANÇA[3]

[1] Acadêmico de Fisioterapia da Universidade Iguaçu – Campus V – Itaperuna. RJ
[2] Professor do Curso de Fisioterapia da Universidade Iguaçu – Campus V – Itaperuna. RJ
[3] Coordenador do Curso de Fisioterapia da Universidade Iguaçu Campus V – Itaperuna. RJ
*Autor para correspondência: padilhajubi@gmail.com

RESUMO

A utilização da manta térmica em procedimentos estéticos conta com uma importante alteração na temperatura dos tecidos do corpo, o que promove muitos efeitos positivos. O calor emitido na termoterapia tem alto potencial, e o aumento na temperatura ocorre por meio de energia elétrica, podendo chegar em até 40° Celsius. A DLM é uma técnica desintoxicante e reequilibrante, prepara o tecido potencializando os resultados das terapias estéticas, podendo ser aplicada antes ou depois dos procedimentos conforme objetivos traçados na avaliação clínica. Este trabalho objetivou descrever a importância da qualidade de vida através dos benefícios da drenagem linfática manual e da manta térmica na redução de medidas abdominais. Foi utilizado como método pesquisa Estudo de Caso. Os atendimentos foram realizados na Clínica Escola de Fisioterapia da Universidade Nova Iguaçu – Campus V, Itaperuna -RJ, totalizando quatorze sessões sendo semanalmente toda segunda-feira. Com isso, este trabalho produz um estímulo na busca de novos trabalhos nesta área, para que haja mais estudos sobre este tema. Sendo assim, conclui-se que o tratamento de drenagem linfática manual com a manta térmica é eficaz e possui influencias diretas

Palavras chave: Manta térmica. Drenagem Linfática Manual. Medidas. Abdômen.

ABSTRACT

The use of a thermal blanket in aesthetic procedures involves a significant change in the temperature of body tissues, which promotes many positive effects. The heat emitted in thermotherapy has high potential, and the increase in temperature occurs through electrical energy, and can reach up to 40° Celsius. MLD is a detoxifying and rebalancing technique that prepares the tissue, enhancing the results of aesthetic therapies, and can be applied before or after procedures according to the objectives outlined in the clinical evaluation. This study aimed to describe the importance of quality of life through the benefits of manual lymphatic drainage and the thermal blanket in reducing abdominal measurements. A case study research method was used. The services were performed at the Physiotherapy School Clinic of Universidade Nova Iguaçu – Campus V, Itaperuna -RJ, totaling fourteen sessions, held weekly every Monday. Therefore, this work stimulates the search for new studies in this area, so that there are more studies on this topic. Therefore, it is concluded that manual lymphatic drainage treatment with a thermal blanket is effective and has a direct influence on the reduction of abdominal fat measurements.

Keywords: Thermal blanket. Manual lymphatic drainage. Measurements. Abdomen.

1– Introdução

A palavra “estética” está dentro de um sentindo amplo, referindo-se a um todo que proporciona beleza a um indivíduo. No âmbito da filosofia, a estética significa uma vasta experiência e ação humana, caracterizando algo como belo ou feio, além de agradável ou desagradável, por exemplo. No que diz respeito ao quadro psicológico, relaciona-se com experiências e comportamentos emocionais que as coisas belas despertam nas pessoas (Claus, 2018).

A imagem corporal é caracterizada como um fenômeno multidimensional e processual que engloba diversos fatores tipificados em dois grandes componentes, sendo o perceptivo, relacionado à estimativa do tamanho e da forma do corporal, podendo ocorrer distorção da imagem corporal; e o atitudinal, definido como a dimensão da imagem corporal relacionada aos aspectos de insatisfação geral, afetivos, cognitivos e comportamentais, relacionados ao corpo. A imagem corporal é definida como a forma que o indivíduo se imagina, tanto de forma positiva quanto negativa. Na questão da positividade, está ligado à sua autopercepção de seu próprio corpo e em relação a sua satisfação com seu próprio "eu" (Ferreira et al., 2016; Silva & Silva, 2019).

A insatisfação com a imagem corporal é, por vezes, associada à obesidade. Pessoas com excesso de peso, mais especificamente com obesidade, sofrem pressão social por não possuírem o padrão estético difundido pela sociedade. Comumente, são atribuídas a essas pessoas as características de gulosas, não atraentes, desajeitadas, sem determinação. Essas atribuições e a preocupação com a obesidade podem trazer implicações, criando distorções na imagem corporal, gerando condutas prejudiciais à saúde e risco para o desenvolvimento de transtornos alimentares. Um grupo comum nessa perspectiva são as mulheres, vítimas de uma sociedade que preza pelo "corpo ideal" (Silva & Silva, 2019).

A Drenagem Linfática Manual (DLM) é uma técnica realizada através de manobras nos linfonodos e vias linfáticas, visando drenar o excesso de líquidos. Além disso, elimina as toxinas retidas nas células causando o edema contribuindo assim para o aumento de medidas. São utilizadas manobras suaves, lentas e intermitentes, possuindo não apenas o efeito drenante, mas também relaxante, seguindo o trajeto do sistema linfático. Aliado a esse procedimento, a mata térmica possui um efeito térmico, vasodilatador e relaxante (Silva, 2021).

A fisioterapia possui uma especialidade denominada Fisioterapia Dermato funcional (FDF), sendo reconhecida como especialidade pela lei nº 6.316 e resolução nº 362. Essa especialidade se embasa nos conhecimentos científicos, tendo como objetivo atuar nas disfunções físico-estético-funcionais, advindas não apenas de procedimentos cirúrgicos, mas também de patologias dérmicas, alterações decorrentes de distúrbios endócrino-metabólicos, tegumentares, vasculares e cicatrização do organismo, atuando na área facial, corporal e capilar (Medeiros et al., 2021).

Este trabalho se justificou devido aos transtornos estéticos ocasionando pelo acúmulo de gordura abdominal e busca pela eficácia dos tratamentos estéticos não invasivos, em específico a drenagem linfática manual e manta térmica na redução de medidas abdominais e melhora na qualidade de vida.

Este trabalho objetivou descrever a importância da qualidade de vida através dos benefícios da drenagem linfática manual e da manta térmica na redução de medidas abdominais.

2– Material e Métodos

Foi utilizado como método pesquisa Estudo de Caso Clínico. Os atendimentos foram realizados na Clínica Escola de Fisioterapia da Universidade Nova Iguaçu – Campus V, Itaperuna -RJ, totalizando quatorze sessões, acontecendo semanalmente, toda segunda-feira. A participante é do sexo feminino, casada, possui um filho, educadora física e acadêmica de fisioterapia. A mesma é residente de Itaperuna-RJ e possui 43 anos de idade.

As técnicas selecionadas foram específicas para região abdominal, no qual, foi selecionada a drenagem linfática manual adaptada, tanto com manobras de Vodder, quanto manobras de Leduc com auxílio de manobras de massagem detox, sempre finalizando com uso da manta térmica. Para a realização das sessões foram utilizados produtos de uso profissional sendo um esfoliante corporal e o creme para as manobras de drenagem linfática.

Ao início de cada sessão, era feito uma higienização do local e após isso a aplicação do esfoliante por cinco minutos. Feito isso, retirava-se o excesso e aplicavase o creme drenante e realizavam-se as manobras por 30 minutos. Após isto, a manta era aplicada e deixada por 20 minutos com a proteção de uma toalha. A sessão durava em média uma hora, desde a chegada participante até o término da sessão.

A participante compareceu a clínica no dia 22 de maio de 2024 para a primeira avaliação fisioterápica, no qual, foi constatado durante a inspeção a queixa principal e confirmação do caso a presença de gordura abdominal que a incomoda no uso de determinadas roupas, já que a mesma é educadora física e precisa usar roupas mais apertadas. a paciente não apresenta nenhuma patologia pregressa, e esse desconforto estético apareceu após sua gestação.

Na inspeção, observou-se uma adiposidade maior na parte infra umbilical, e apesar de possuir uma rotina de exercícios a gordura abdominal ainda está presente de forma volumosa. Na palpação em região abdominal percebe-se o acúmulo de gordura, de fácil tato, não condizendo com a rotina de treinos da paciente.

Foi realizado a perimetria de três medidas abdominais, sendo: supra – umbilical, umbilical e infra – umbilical. A primeira medida, feita no dia 22/05/2024, contatou 89 cm em supra – umbilical; 93 cm na linha umbilical e 92 cm na medida infra – umbilical.

A paciente compareceu a Clínica às segundas-feiras para a drenagem linfática adaptada com uso da manta térmica, no qual inicialmente se realizada uma higienização do local, dando seguida pela esfoliação a base de chá verde e retirada do excesso do produto. Em seguida, o uso

do creme a base de cafeína, espalhando de forma uniforme, para então iniciar as manobras de drenagem. Após os movimentos, que levavam em torno de 30 minutos, a paciente era envolvida com a manta e ali permanecia por 20 minutos. Esse protocolo foi seguido e mantido por todas as sessões até o final do tratamento.

A imagem a seguir demonstra a manobra de aplicação do creme no abdômen da participante para a melhor permeabilidade do produto:



Fig. 1- Aplicação do produto sob o abdômen da paciente. (Arquivo pessoal)

3– Resultados

Para os resultados, foi realizado uma nova perimetria das mesmas medidas que foram feitas na avaliação, sendo supra – umbilical, umbilical e infra – umbilical; A segunda perimetria foi realizada no dia 21/010/2024, sendo a décima quarta e última sessão, onde a medida supra umbilical foi de 80 cm; já umbilical 89 cm; infra umbilical 92 cm.

O quadro a seguir demonstra uma comparação entre a avaliação e décima quarta sessão, informa a diminuição significativa das medidas supra – umbilical e umbilical da paciente após o término do tratamento. Ver tabela 1:

Parâmetro 1º sessão	**Medidas – avaliação**	**Parâmetro 12º sessão**	**Medidas 14º sessão**
Supra - umbilical	89cm	Supra - umbilical	80cm
Umbilical	93cm	Umbilical	89cm
Infra - umbilical	92cm	Infra - umbilical	92cm

Tab. 1- Medidas da avaliação.

Além das perimetrias, foram realizados três antes e depois: um da parte anterior do tronco da paciente, demonstrando abdômen; o segundo com a paciente de lado, demonstrando a

regressão do abdômen da mesma com a perda de medidas; e por fim da paciente de costas, demonstrando a melhora significativa das curvas da cintura da paciente, como demonstram as imagens a seguir, respectivamente:



Fig. 2- Antes e depois do abdômen. (Arquivo pessoal)

Sabe- se o quanto é importante fazer os registros do antes e depois da evolução do paciente, tanto para o estudo apresentado, quanto para o paciente vê a sua própria evolução, como demonstrado na imagem a seguir:



Fig. 3- Antes e depois da parte lateral da paciente. (Arquivo pessoal)

Sabe-se que é de suma importância a realização de registros de imagens do antes e depois dos pacientes. Esse registro auxilia na observação e acompanhamento da evolução do

tratamento, tanto do terapeuta, quanto do próprio paciente que pode acompanhar a diferença em seu corpo, como demonstrado na imagem abaixo:



Fig. 4- Antes e depois parte posterior do corpo. (Arquivo pessoal)



Fig. 5- Antes e depois parte posterior do corpo. (Arquivo pessoal)

4– Discussão

Para Saraiva et al (2021) "a drenagem linfática manual é uma técnica de massagem realizada com manobras suaves, com a intenção de estimular o sistema linfático e circulatório reduzindo o excesso de líquido linfático e por vezes eliminamos resíduos metabólicos com a intenção de melhorar o aspecto da gordura localizada".

O autor Gotardo et al (2022) diz que "a drenagem linfática estimula e ajuda a eliminar toxinas nutrindo os tecidos e ajudando nas ações anti-inflamatórias. A DLM drena os líquidos

excedentes que banham as células, e dessa forma, mantém o equilíbrio hídrico dos espaços intersticiais, o mesmo é responsável pela evacuação dos dejetos provenientes do metabolismo celular".

Os resultados foram capazes de demonstrar a redução de medidas da perimetria do abdômen através das fotos de antes e depois além do quadro, sendo possível observar uma melhora na redução de gordura abdominal, não apenas comparando as perimetrias inicias e finais, mas pelas comparações das fotos contendo o antes e depois das regiões supra – umbilical e umbilical. a drenagem linfática aliada a manta térmica possibilitou a redução do edema e consequentemente da medida da paciente.

5– Conclusão

Através das técnicas de drenagem linfática manual e o uso da manta térmica, foi possível promover uma melhora da autoestima e maior autocuidado da paciente para o seu corpo, além de uma performance estética visual. As fotos elucidaram uma melhora no contorno corporal e redução de medida em duas medidas importantes para a paciente.

Apesar da medida infra – umbilical não apresentar resultados significativos, manteve-se a mesma medida do início do tratamento, impedindo o aumento da circunferência desta região. Com isso, este trabalho produz um estímulo na busca de novos trabalhos nesta área, para que hajam mais estudos sobre este tema. Sendo assim, conclui-se que o tratamento de drenagem linfática manual com a manta térmica é eficaz e possui influencias diretas na redução de medidas na gordura abdominal.

6– Referências

ELLEN, B.; PASSOS, M.; BARROS, R. J. R. Alterações Hepáticas Após Uso De Ativos No Tratamento Da Gordura Localizada, **Revista Cientifica de Saúde do Centro Universitário de Belo Horizonte**, 2023.

CHIODINI, G. T.; MAHS, T. D.; SANTOS, T. S. Análise Dos Efeitos De Diferentes Protocolos De Tratamento Dermatofuncional Sobre A Redução De Medidas Corporais Em Mulheres, **Revistaft Ciências da Saúde, Ciências Humanas,** 2020.

MARQUES, T. M. L. S.; SILVA, A. G. Anatomia E Fisiologia Do Sistema Linfático: Processo De Formação De Edema E Técnica De Drenagem Linfática, **Scire Salutis**, v. 10, n. 1, 2019.

GOTARDO, L.; CRUZ, C. F. S. N.; CARDOSO, F. A. L.; LIMA, T. O. Aplicabilidade da carboxterapia associada com a drenagem linfática manual em Hidrolipodistrofia ginóide, **Rev. Cient. Estét. Cosmetol.** V2 – N1, E0422022, 1-10, 2022.

CLAUS, V. M. **Aplicação Da Argila Em Procedimentos Estéticos**. 2018. 56 f. Tese (Monografia) - Curso De Estética E Cosmética, Faculdade De Sinop, Sinop. 2018.

SILVA, N. G.; SILVA, J. Aspectos Psicossociais Relacionados À Imagem Corporal De Pessoas Com Excesso De Peso, **Revista Subjetividades**, v. 19, n. 1, 2019.

SARAIVA, M. G. B.; FERREIRA, J. B. Carboxiterapia associada à drenagem linfática manual na adiposidade abdominal, **Fisioterapia Brasil** 2020;2193):273-280.

PSCHEIDT, T. S.; CAMPOS, R. Drenagem linfática manual na Constipação intestinal, **Saúde Meio Ambient**. v. 13, p. 117-130, 2024.

CAMARGO, É. A. M.; BORGHI, F.; SOUZA, A. L.; MARCORIN, D. M.; RODRIGUES, L. L.; CREGE, D. R. X. O.; ISHIZU, L; SILVA, P. C.; KASSISSE, D. M. G.; CAMPOS, M. S. M. P. Efeito Agudo Da Drenagem Linfática Manual Sobre A Natriurese E Lipólise De Mulheres Jovens, **International Journal of Cardiovascular Sciences**, v. 31, n. 3, p. 274-281, 2018.

PEREIRA, M. S.; SANTOS, M. D. Efeitos Da Aplicação Do Linfotaping Como Técnica Coadjuvante No Pós-Operatório Cirurgias Plásticas Abdominais, **Visão Universitária**, v. 2, n. 1, p.159-176, 2016.

MEDEIROS, L. B.; DANTAS, J. H.; SANTOS, L. B.; PEREIRA, A. R. R.; DANTAS, D. S. Efeito Da Fisioterapia Dermato Funcional Na Satisfação Corporal Feminina, Saúde, **Revista Pesquisa em Fisioterapia,** v. 47, n. 1, 2021.

SOUZA, S. M.; SILVA, R. S.; BALDON, V. S. P.; CAMPOS, É. C.; SILVA, R. M.; RESENDE, A. P. M. Impacto Da Drenagem Linfática Manual Nos Sintomas Relacionados Ao Edema De Membros Inferiores De Gestantes, **Fisioter Pesqui**., v. 28, n. 4, p. 376-383, 2021.

SILVA, R. I. Os Benefícios Da Drenagem Linfática: Uma Revisão De Literatura, **Medicus**, v. 3, n. 1, p. 1-13, 2021.

Saraiva, E. R. S.; SILVA, L. G. M.; DANTAS, M. G.; CARAVALHO, W. A.; MONTEIRO, E. M. O. Os efeitos da carboxiterapia associada a drenagem linfática no tratamento da lipodistrofia ginóide em mulheres, **Revista Liberum Accessum**, v. 2, n. 4, p. 23-30, 2021.

FERREIRA, J. B.; LEMOS, L. M. A.; SILVA, T. R. Qualidade De Vida, Imagem Corporal E Satisfação Nos Tratamentos Estéticos, **Revista Pesquisa em Fisioterapia**, v. 6, n. 4, p. 402-410, 2016.