



# IV SISAMA

SIMPÓSIO DE SAÚDE E MEIO AMBIENTE

06 a 08 de NOVEMBRO

## ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA POR DRENAGEM LINFÁTICA NO FIBRO EDEMA GELÓIDE

Simpósio de Saúde e Meio Ambiente, 4ª edição, de 06/11/2023 a 08/11/2023

ISBN dos Anais: 978-65-5465-072-4

DOI: 10.54265/TF8737

**GREGÓRIO; Thamyres Teixeira <sup>1</sup>, SOUZA; Lara Luiza Campos de <sup>2</sup>**

### RESUMO

#### INTRODUÇÃO

Determinadas abordagens fisioterapêuticas podem ser desenvolvidas como forma de tratamento eficaz do sistema tegumentar do indivíduo quando necessário, o que pode gerar resultados que esteticamente serão agradáveis à pessoa, levando em consideração determinadas lesões e/ou doenças que podem prejudicar a aparência e/ou estrutura deste sistema do corpo humano (BOF; VALE, 2021).

O fibro edema gelóide (FEG) é popularmente conhecido como celulite, e se caracteriza como uma doença do tecido conjuntivo, sendo uma afecção inestética que pode gerar transtornos para os indivíduos acometidos por ela, principalmente levando em consideração os efeitos psicológicos que potencialmente estão agregados a aparência da pele, que é afetada pela FEG (MONTEIRO *et al*, 2021).

Uma das técnicas fisioterapêuticas que possui potencial para ser desenvolvida no FEG é a drenagem linfática, que consiste em uma massagem manual com ritmo específico e contínuo e que tem como objetivo o aumento do volume e da velocidade da linfa que será transportada pelos vasos e ductos linfáticos, por meio destes movimentos que irão levar a algo semelhante ao bombeamento fisiológico (GUSMÃO, 2018).

O fisioterapeuta é um profissional que possui condições de atuação em diversas áreas para que a melhoria da qualidade de vida de um indivíduo de fato ocorra, levando em consideração aspectos referentes a sua saúde como um todo, que inclui questões relacionadas a estética, sendo recorrente a busca por meios para que o fibro edema gelóide (FEG) possa ser devidamente tratado, o que potencialmente pode ocorrer com o desenvolvimento da drenagem linfática que pode ser realizada pelo fisioterapeuta, fazendo com que este tema possua relevância para promoção de uma discussão a respeito da abordagem fisioterapêutica por drenagem linfática com relação ao fibro edema gelóide (FEG). Sendo assim, a pesquisa exploratória do tipo bibliográfica objetiva analisar a relevância da abordagem fisioterapêutica por drenagem linfática no fibro edema gelóide.

#### MATERIAIS E MÉTODOS

A metodologia deste estudo é do tipo exploratório, com a realização de pesquisa bibliográfica integrativa e busca de citações relevantes, ou seja, que facilitem o entendimento do assunto, para que se concretize a revisão bibliográfica. A base de pesquisa utilizada foi Scielo, PubMed e biblioteca virtual em saúde para identificação de estudos sobre atuação fisioterápica por

<sup>1</sup> Centro Universitário Redentor/Afya, thamyresteixeira53@gmail.com

<sup>2</sup> Centro Universitário Redentor/Afya, lara luiza@gmail.com

drenagem linfática no fibro edema gelóide entre os anos de 2018 a 2023. Foram encontrados oitenta e dois artigos sobre a temática, e foram selecionados vinte para leitura e análise.

Para o desenvolvimento da pesquisa foi utilizada a seguinte questão norteadora: de que forma a drenagem linfática auxilia na redução do fibro edema delóide?

As palavras chave, utilizadas para a pesquisa foram: drenagem linfática e fibro edema gelóide. Foram selecionados para esta revisão bibliográfica, estudos de textos completos que contemplam os objetivos do estudo.

Como critério de inclusão para o estudo delimitaram-se artigos que respondem à questão norteadora, com textos completos disponíveis online no idioma português. Para critérios de exclusão não estão inseridos artigos que não refletem sobre a temática em questão.

## **RESULTADO E DISCUSSÃO**

O FEG, popularmente conhecido como celulite pode ser definido como irregularidades que se apresentam na pele do indivíduo, tipo ondulações e será causado por desarranjos no sistema cutâneo, o que provoca uma aparência esteticamente prejudicial a pessoa, levando em consideração que altera o aspecto da pele do indivíduo (HERNANDES; SANTOS; VILA, 2022).

Sob a pele humana, existe uma camada de tecido adiposo que iria variar de acordo com cada pessoa, sendo maior ou menor, visto que questões relativas a gordura corporal e ingestão de determinados alimentos irão influenciar diretamente no tamanho desta região. Logo abaixo da gordura, se encontram os músculos, que são conectados a pele por fibras com características elásticas do tecido fibroso que irão atravessar o tecido adiposo (GONÇALVES, 2020).

A partir do momento que estas fibras conectivas começam a apresentar perda da elasticidade e concomitantemente existe um acúmulo de gordura na região, a pele irá desenvolver um aspecto irregular, pois as fibras irão tracionar a pele na direção dos músculos e a gordura empurra para cima, e por isso, a celulite pode ser percebida como uma espécie de herniação de gordura em direção a pele (GONÇALVES, 2020).

É comum que a celulite se desenvolva em regiões do corpo em que as gorduras normalmente se acumulam, como quadril, coxas, nádegas e barriga, sendo mais comum que elas se desenvolvam em pessoas que estão acima do peso, porém, também podem se desenvolver em pessoas que estejam com peso considerado normal, mesmo que em menor incidência (HERNANDES; SANTOS; VILA, 2022).

É relevante ressaltar que quanto menor a elasticidade do tecido subcutâneo, menor será a quantidade de gordura que necessitará se acumular para que as ondulações se manifestem, além disso, os acúmulos de líquidos e a maneira como a gordura se distribui no corpo também irá influenciar no desenvolvimento destas irregularidades (HERNANDES; SANTOS; VILA, 2022).

Uma questão que precisa ser considerada antes do desenvolvimento de tratamentos que têm como objetivo diminuir de forma considerável a celulite é que ainda não existe um entendimento sólido a respeito dos mecanismos que de fato provocam a celulite, e que no mercado existem centenas de tratamentos que são ofertados sem nenhuma evidência de eficácia (ALBRECHT, 2019).

Outro ponto que precisa ser considerado é o fato da celulite não ser uma doença, não afetando diretamente a saúde do indivíduo no aspecto fisiológico, porém, existem evidências de que devido a aparência que ela gera na pele, potencialmente pode gerar danos psicológicos aos indivíduos (FERNANDES, 2020).

Atualmente, não se pode apontar um tratamento que seja considerado completamente eficaz e que irá acabar de vez com a celulite, sendo importante que o paciente, ao procurar um profissional se informe sobre suas credenciais e o procedimento que irá se submeter, para que evite criar falsas expectativas e/ou invista um valor demasiadamente alto em tratamentos que não serão de fato eficazes (ALBRECHT, 2019).

Existem evidências de que a maioria dos cremes que possuem teoricamente a função de

<sup>1</sup> Centro Universitário Redentor/Afya, thamyresteixeira53@gmail.com

<sup>2</sup> Centro Universitário Redentor/Afya, laraluiza@gmail.com

reduzir a celulite não funcionam de fato, e quando eles apresentam algum resultado, geralmente são discretos e com pouca eficácia, sendo relevante destacar que os cremes que apresentam algum resultado relevante são os que contêm retinoides ou metilxantinas, porém, sozinhos seus efeitos são quase inexistentes, sendo indicados como auxiliares de outros tratamentos (HERNANDES; SANTOS; VILA, 2022).

Nos últimos anos, o desenvolvimento de terapias com a utilização do laser vem se apresentando como uma possível solução para que existam resultados mais eficazes nos tratamentos contra a celulite, existindo algumas controvérsias a respeito dos resultados, pois as metodologias científicas aplicadas na apresentação de alguns trabalhos com esta temática se apresentam de forma frágil em algumas situações, sendo importante ressaltar que apesar de melhoras poderem ser percebidas com a aplicação de tratamentos com laser elas possuem caráter temporário (HERNANDES; SANTOS; VILA, 2022).

A cura da celulite, não irá ocorrer com o desenvolvimento da drenagem linfática, porém, existe uma atenuação considerável, evidenciando que este procedimento possui relevante eficácia, podendo ser feita apenas por cirurgião devidamente licenciado (HALK, 2019).

Um tratamento que vem apresentando relevante eficácia para o tratamento de redução de celulite é a drenagem linfática, que é uma técnica que consiste na realização de massagens manual (DLM) que terá como principal objetivo realizar um estímulo no sistema linfático para que ele naturalmente elimine o excesso de fluidos do corpo (MONTEIRO *et al*, 2019).

A drenagem linfática é uma massagem que será realizada manualmente ou com auxílio de aparelhos específicos que ocorrerá sempre em direção aos linfonodos o que otimiza a circulação da linfa, e pode ser realizada nas pernas, barriga, braços, tórax, rosto e couro cabeludo (HERNANDES, 2020).

Para a realização eficaz da drenagem linfática é necessário o desenvolvimento de procedimentos específicos, iniciando com a preparação do paciente, pois antes, é fundamental que seja realizado o esvaziamento dos gânglios linfáticos, através da realização de movimentos circulares no sentido horário, antes que a linfa seja drenada em sua direção (SANTOS; MOURA, 2022).

Com o corpo devidamente preparado, é necessário que sejam espalhados produtos na pele do paciente na região em que o procedimento será desenvolvido, sendo recomendado que o profissional espalhe o creme em suas mãos para iniciar o procedimento (SANTOS; MOURA, 2022).

Após esse preparo, é preciso que os movimentos sejam realizados de acordo com a anatomia de cada parte do corpo, visto que não existe um movimento único específico para todas elas, nas pernas, os movimentos devem ser realizados da canela até a parte posterior do joelho, da coxa e depois da virilha, nos braços e tórax os movimentos vão até a axila e na área da barriga os movimentos devem ser feitos até a virilha, já no rosto eles precisam ser realizados em direção aos gânglios linfáticos (SANTOS; MOURA, 2022).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A partir do que foi desenvolvido é possível verificar que a abordagem fisioterapêutica por drenagem linfática possui potencial para que seja aplicada no tratamento para a diminuição de celulites, se apresentando como uma técnica que poderá ser desenvolvida de forma eficaz, levando em consideração os resultados que são relacionados a ela.

Existem evidências de que o desenvolvimento de terapias manuais, como a drenagem linfática reduzem de forma considerável o fibro edema gelóide, se apresentando como uma opção para tratamento desta questão. Também há evidências de que a drenagem linfática se apresenta como uma técnica eficaz para a redução da celulite.

É importante ressaltar que a drenagem linfática é mais eficaz quando parte de um plano de tratamento multidisciplinar que inclui uma abordagem holística para o fibro edema gelóide. É fundamental consultar um profissional de saúde qualificado, como um fisioterapeuta especializado

<sup>1</sup> Centro Universitário Redentor/Afya, thamyresteixeira53@gmail.com

<sup>2</sup> Centro Universitário Redentor/Afya, laraluiza@gmail.com

em estética, para receber orientações adequadas e personalizadas para o seu caso específico. Além disso, os resultados podem variar de pessoa para pessoa, e a manutenção de um estilo de vida saudável é fundamental para manter os benefícios a longo prazo.

#### REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

ALBRECHT, L. P. *et al.* Tratamento do fibro edema geloide: Uma revisão sobre o uso do ultrassom e dos ativos cefeína e centella asiática. In: Congresso Internacional em Saúde. 2019.

BOF, B. R.; VALE, J. S. Atuação do fisioterapeuta no tratamento da acne, celulite e estrias. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Fisioterapia) – Faculdade de Educação e Meio Ambiente (FAEMA). Ariquemes, RO, p.14-24, 2021.

FERNANDES, F. *et al.* Recursos manuais no tratamento da celulite. Anais do Seminário Interinstitucional de Ensino, Pesquisa e Extensão, 2020.

GONÇALVES, M. F.; DA ROSA, A. N.; LIMA, F. V. Tratamento do fibro edema geloide no glúteo com a utilização da radiofrequência e endermoterapia: Treatment of cellulite in the glute with the use of radiofrequency and endermologie. Health and Biosciences, v. 1, n. 2, p. 77-87, 2020.

GUSMÃO, F. F. *et al.* Efeito da Drenagem Linfática no Tratamento do Fibro Edema Gelóide em Mulheres. ID on line. **Revista de psicologia**, v. 12, n. 40, p. 1222-1231, 2018.

HALK, A. B. *et al.* Safety studies in the field of liposuction: a systematic review. **Dermatologic Surgery**, v. 45, n. 2, p. 171-182, 2019.

HERNANDES, A. S. N.; DOS SANTOS, G. F.; VILA, M. M. D. C. Celulite: uma breve revisão Cellulite: a brief review. **Brazilian Journal of Development**, v. 8, n. 1, p. 4201-4212, 2022.

MONTEIRO, E. M. O. *et al.* Os efeitos da carboxiterapia associada a Drenagem Linfática no tratamento da lipodistrofia ginóide em mulheres. **Revista Liberum accessum**, v. 13, n. 1, p. 37-43, 2021.

SANTOS, C. A.; MOURA, J. B. F. Efeito imediato da drenagem linfática manual no fibroedema gelóide. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 16, p. e399111638486-e399111638486, 2022.

SILVA, R. I. Os benefícios da drenagem linfática: uma revisão de literatura. **Medicus**, v. 3, n. 1, p. 1-13, 2021.

**PALAVRAS-CHAVE:** : Drenagem Linfática, Fibro Edema Gelóide, Fisioterapia

<sup>1</sup> Centro Universitário Redentor/Afya, thamyresteixeira53@gmail.com

<sup>2</sup> Centro Universitário Redentor/Afya, lara luiza@gmail.com