

OS BENEFÍCIOS DA DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL NO PÓS-OPERATÓRIO DE ABDOMINOPLASTIA

SILVA, Caroline Batista.¹
RIBEIRO, Marilei Fátima.²
ARAGÃO, Miriã Ribeiro.³

RESUMO

Este artigo de revisão de literatura tem como objetivo demonstrar como a drenagem linfática manual (DLM) pode favorecer no processo de recuperação no pós operatório de abdominoplastia. A drenagem linfática é uma técnica de massagem que ajuda no funcionamento geral do sistema linfático e circulatório. Conclui-se assim, que a drenagem linfática manual apresentou resultados satisfatórios e traz benefícios no pós operatório de abdominoplastia em sua fase aguda minimizando edemas e complicações que um pós cirúrgico apresenta, favorecendo ao paciente uma recuperação mais rápida.

PALAVRAS-CHAVE: Drenagem linfática manual, pós operatório e abdominoplastia

1. INTRODUÇÃO

Atualmente a busca pelo corpo perfeito e a forma ideal vem aumentando consideravelmente nas últimas décadas, a procura insistente por procedimentos estéticos e cirúrgico com intuito de ter um corpo harmonioso e elevar a autoestima. De acordo com Martino 2010, a abdominoplastia está entre as cirurgias estéticas mais buscadas no Brasil. Essa transformação pode elevar a autoestima e consequentemente a qualidade de vida. Segundo Macedo e Oliveira (2010), a abdominoplastia define-se pela correção funcional e estética da região abdominal, que pode estar alterada por várias gestações, grande emagrecimento, elevado depósito de tecido gorduroso na parede abdominal, flacidez da musculatura e acúmulo gorduroso na região abdominal inferior. Existem diversas formas de tratamento do excesso de pele da região abdominal, dentre elas estão, abdominoplastia clássica que é o método mais tradicionalmente utilizado e tem como objetivo a remoção do excesso de pele e a correção da flacidez muscular. A abdominoplastia é contraindicada para indivíduos obesos, mulheres que desejam engravidar, indivíduos com sobrepeso devem ter o peso corporal estabilizado alguns meses antes da cirurgia.

¹Acadêmica do curso de Estética e Cosmética da Faculdade Dom Bosco. E-mail: b_carol016@hotmail.com

²Acadêmica do curso de Estética e Cosmética da Faculdade Dom Bosco. E-mail: marileiribeiro44@hotmail.com

³Acadêmica do curso de Estética e Cosmética da Faculdade Dom Bosco. E-mail: miriaribeiro1947@gmail.com

Guirro e Guirro (2002) citado por Soares (2012) e Silva et al (2014), afirmam que o pós-operatório de uma abdominoplastia pode apresentar algumas complicações na região operada, sendo as mais comuns: deiscências, hematomas, seromas, infecções na cicatriz cirúrgica, alterações cicatriciais, cicatriz quelóide, dormência ou formigamento, assimetrias, retrações e entre outros. Existem diversos procedimentos que podem ser realizados no pós operatório, entre eles, o mais comum e que oferece um resultado muito eficaz é a drenagem linfática manual que tem o intuito de amenizar edemas e possíveis complicações.

Para falar da drenagem linfática, vamos falar brevemente do sistema linfático, que é formado por linfonodos ou nódulos linfáticos que se encontram localizados no pescoço, tórax, abdômen, axila e na virilha, formando uma emaranhada rede de vasos que conduzem a linfa do tecido para o sistema circulatório. O sistema linfático trabalha em conjunto com o sistema imunológico protegendo as células imunes e eliminando as toxinas do corpo. Naturalmente o transporte da linfa para os vasos linfáticos é realizado de acordo com a movimentação muscular, por isso, quanto menor a movimentação do corpo, mais retenção de líquidos terá, resultando em edemas/inchaços.

A drenagem linfática manual é um tipo de massagem corporal, que tem como objetivo aumentar a velocidade em que a linfa será transportada pelos vasos e ductos linfáticos, por isso é composta de manobras que imitam o bombeamento fisiológico do corpo, a captação, reabsorção e evacuação da linfa, essas manobras são realizadas com pressão suave, movimentos lentos, monótonos e rítmicos, em sentido aos linfonodos. Por tanto é muito recomendada em pós operatório de cirurgias plásticas. Ajudando a reduzir o tempo de cicatrização da lesão, além de aliviar a dor o edema e seroma, afim de aprimorar resultados tornando-os mais satisfatórios e sem complicações para os pacientes.

O presente artigo trata se de uma revisão literária que tem como objetivo verificar os benefícios da Drenagem linfática manual com as técnicas de Vodder e Leduc no pós operatório de abdominoplastia realizada no período de 2017 a 2022, com intuito de comprovar a eficácia dessa intervenção.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A adoração ao corpo e a beleza consegue ser observado, excessivamente na sociedade atual. As mídias sociais, cotidianamente, impõem imagens específicas de um padrão físico inexistente para

todas as faixas etárias e gêneros, que abrangem principalmente o público feminino, que acabam procurando mais por intervenções estéticas. (QUEIROS 2006 apud NUNES) (3). “A técnica de abdominoplastia é uma cirurgia estética que tem a finalidade de corrigir algumas disfunções da parede abdominal, tais como: flacidez muscular, excesso de tecido adiposo, estrias por estiramento, gestações sucessivas (EVANS, 2007 apud FURTADO; THIESEN) (2). Segundo Rosário (2009) apud Zanella; Ruckl; Voloszin (6), a parede do abdômen é formada por três elementos: a pele, o tecido subcutâneo com o graxo e os músculos do abdômen. As principais técnicas de abdominoplastia são a mini ou abdominoplastia parcial e a abdominoplastia completa. “A mini abdominoplastia consiste na retirada de pele e tecido gorduroso supra-púbico, é indicada nos casos em que a pouca flacidez e não há diástase no músculo” (MANUAD, 2003 apud RISSARDI; GENEROSO; FILIPPIN) (5). “A abdominoplastia completa é indicada em casos onde há grande flacidez de pele, panículo adiposo variável e diástase dos músculos retos e / ou oblíquos” (DURÃES, 2011 apud RISSARDI; GENEROSO; FILIPPIN) (5). De acordo com Martino 2010, a abdominoplastia está entre as cirurgias estéticas mais buscadas no Brasil. Essa transformação pode elevar a autoestima e consequentemente a qualidade de vida. A eficiência de uma cirurgia plástica, vai muito além da cirurgia, depende também dos cuidados antes e depois do processo, o que tem demonstrado fator preventivo de possíveis complicações e ascensão de um efeito estético mais satisfatório. (BORGES, 2006 apud NUNES) (3). Durante o procedimento, ocorrem alguns traumas na área tratada que podem causar uma anormalidade estrutural ou funcional nos vasos linfáticos, causados por laceração ou compressão, esse trauma leva a uma alteração do equilíbrio das tensões, resultando inevitavelmente em edema (SILVA et al, 2014 e MIGOTTO e SIMÕES, 2013 apud PESSOA; MEIJA) (4). Algumas complicações locais comuns são hematomas, seromas e necrose do retalho gorduroso, porém algumas complicações sistêmicas, como a trombose venosa profunda e embolia pulmonar, podem ocorrer com mais raridade (MARTINO et al, 2010 apud PESSOA; MEIJA) (4). Algumas complicações que podem ocorrer no pós operatório inclui se, “infecções, fibroses, aderência, hiperpigmentação cutânea (equimose), embolia gordurosa, depressões, perfuração abdominal, e complicações vasculares como trombose venosa profunda que pode ocorrer em qualquer tipo de cirurgia.” (SILVA et. al. 2018). Segundo Pacheco e Zabarto (2019), para se ter êxito em uma cirurgia plástica, não deve se preparar somente para o procedimento cirúrgico mas também planejar os cuidados no pós operatório, para prevenir eventuais problemas e proporcionar para o paciente, conforto durante o período de recuperação e satisfação no resultado final. Já para Machado et. al. (2020), a prevenção de complicações no pós operatório deve se iniciar ainda no período pré-operatório com uma avaliação

que identifique possíveis alterações físicas. Ou seja, para um resultado satisfatório, é necessário uma rigorosa avaliação, incluindo questionamentos e exames desde a primeira consulta. De acordo com Marques; Souza; Coutinho (2021) apud Sdregotti et. al. (2016), deve ser realizada anamnese em todos os casos de pós operatório, isso porque, cada paciente e cada procedimento é um diferente do outro. Avaliando pele, a profundidade e o tipo da cirurgia e o motivo da busca pela mesma, entre outros. Fazendo com que diminua o risco de complicações no pós operatório.

Em 1932 Emil Vodder e sua esposa Estrid Vodder originaram a Drenagem Linfática Manual através de estudos sobre o sistema linfático. Ao analisarem pessoas com gripes crônicas e aumento de linfonodos na região cervical, notaram a melhora desses casos com determinadas manobras de massagem na região (GIARDINI, 1999 apud FURTADO; THIESEN) (2). As técnicas de Drenagem linfática manual mais conhecidas são as de Vodder que são movimentos circulares, rotatórios e de bombeio; e de Leduc que são movimentos mais restritos (PICCININI et al., 2009 apud FURTADO; THIESEN) (2). Para Guirro; Guirro, (2004) apud Furtado; Thiesen (2), “as duas técnicas associam três categorias de manobras: captação, reabsorção e evacuação da linfa. Essas manobras são realizadas com pressões suaves, lentas, intermitentes e relaxantes. Para Ribeiro (2004) apud Furtado; Thiesen (2), “as diversas manobras de DLM são realizadas em todos os segmentos do corpo, sendo que cada manobra é realizada sobre o mesmo local de cinco a sete vezes”. “A drenagem linfática manual deve ser iniciada num período de 72 horas a 15 dias após procedimento cirúrgico, pois durante este período é possível minimizar a grande maioria das complicações” (SILVA et al., (2012) apud FURTADO; THIESEN) (2). De acordo com Guirro; Guirro, (2004) apud Furtado; Thiesen (2), a drenagem linfática manual deve ser feita com muita cautela no pós-operatório de abdominoplastia. Sendo realizada sobre a região do procedimento, sem movimentos de deslize para não causar outra lesão como uma cicatriz hipertrófica ou quelóide, além disso a região fica muito sensível. De acordo com Guimarães et al, (2015) apud Nunes (3), em um estudo realizado em um paciente do sexo masculino, com o total de 15 sessões, 2 vezes por semana de DLM, foi constatado a diminuição do edema e a cada sessão o paciente relatava o alívio do desconforto, comprovando assim, a eficiência da drenagem linfática manual no pós-operatório de abdominoplastia.

3. METODOLOGIA

As palavras de busca são drenagem linfática manual, pós-operatório de abdominoplastia e abdominoplastia, foram pesquisadas separadamente. Foram utilizados artigos originais e um livro, ambos em idioma português. As bases de dados para pesquisas foram Google acadêmico, Medline e Scielo. A data da publicação é 10 de outubro de 2022.

O presente artigo de revisão literária tem o objetivo de apresentar através dos artigos pesquisados, os resultados benéficos que a drenagem linfática manual proporciona aos pacientes de pós operatório de abdominoplastia.

4. ANÁLISES E DISCUSSÕES

A abdominoplastia é a cirurgia plástica com maior indicação para pacientes com grande perda ponderal de peso, e tem como benefícios a reintegração social e psicológica, além de restaurar a funcionalidade cutânea obtida pela remoção excessiva de tecido tissular. A frouxidão tecidual é uma das queixas com maior frequência desses pacientes, além das alterações corporais, nas mamas, abdômen, coxas e braços. O contorno corporal é algo muito buscado pelas mulheres nos tempos atuais, e é difícil encontrar uma mulher satisfeita com seu corpo e isso pode gerar um mal estar, uma baixa estima e até problemas psicológicos, e consequentemente, atrapalhar o cotidiano. Entre tantos tratamentos e procedimentos existentes, a abdominoplastia / dermolipectomia está entre os mais procurados. Na Dermolipectomia abdominal realiza-se retirada do retalho cutâneo e gordura da região inferior do abdômen, além da plicatura do músculo reto abdominal para produzir aproximação dos músculos oblíquos e acinturamento (Perez-Alvalos JL 1999). SILVA et al 2018, “Na abdominoplastia, o retalho cutâneo de gordura é retirado do abdômen inferior através de uma incisão supra púbica com a deslocação do umbigo e com uma plicatura da musculatura reto abdominal e uma aproximação dos oblíquos, promovendo assim, um acinturamento”. De acordo com Ribas et al (2018), no início, a abdominoplastia era mais voltada a tratar somente problemas como excesso dermogorduroso, hérnias, eventrações e diástases subjacentes. Somente a partir de 1980 que tem uma avanço nos procedimentos e começa trazer mais satisfação nos resultados. Segundo Soares et al 2012, foram incluídas no estudo 14 mulheres com idade entre 35 e 50 anos, submetidas a abdominoplastia-dermolipectomia no 8º ao 26º dia de pós-cirúrgico. Foram realizadas dez sessões de Drenagem linfática manual pelo mesmo profissional seguindo sempre o tempo de 40 minutos determinado pelo

protocolo. Os sintomas do pós-operatório regrediram após a intervenção mostrando uma melhora após os dez atendimentos. Tais resultados comprovam que a DLM é eficaz na redução do edema pós cirúrgicos, porém não são suficientes para resolver as manifestações geradas por esse tipo de cirurgia que persistem por quatro a seis meses. Foi realizado um estudo descritivo disponibilizado por meios digital para mulheres com idade entre 18 e 60 anos que realizaram abdominoplastia de forma isolada ou associada nos últimos 12 meses. Um total de 354 questionários foram respondidos. A maior parte das pacientes (83,1%) relatou o uso de técnicas manuais, sendo a DLM utilizada em 87% (308) das pacientes e 14 % submetida a massagem modeladora. Quanto a satisfação com o tratamento pós operatório 53% relatou estar satisfeita, 33,3% relatou ainda estar em tratamento. Diante dos resultado desta análise pode se prever que é grande a concordância entre os autores em relação os benefícios oferecidos pela drenagem linfática manual no pós-operatório.

Quando o assunto é pós operatório, dá-se a sensação de que o período mais delicado já passou, mas engana-se quem pensa assim, porque na maioria dos casos esse é o período mais importante e que requer mais atenção. De acordo com a literatura, as complicações mais comuns que podem ocorrer são: edema, hematomas, fibrose, seroma e equimose. Os cuidados e tratamentos nesse período são necessários para que o paciente possa desfrutar de uma boa recuperação e obter sucesso no resultado final. Através de um estudo realizado por Silva et. al, (2012), é evidenciado a importância do procedimento precoce e correto no pós operatório de abdominoplastia. Para esse estudo foram analisados 260 prontuários de pacientes que foram submetidos à sessões de drenagem linfática manual e ultrassom no pós operatório de abdominoplastia na Clínica Biofísio em Natal/RN, entre os anos de 2004 e 2009. Entre eles, 1 paciente era do sexo masculino, a idade variou entre 18 à 67 anos. O estudo apontou que 28% dos pacientes iniciaram o tratamento até o 4º dia de pós operatório (P.O), a maioria (45%) iniciou entre o 5º e 8º dia P.O, 12% entre o 9º e 12º P.O, 8% entre o 13º e 16º P.O, 5% entre o 17º e 20º P.O e por último 2% acima do 21º dia de P.O. Quanto as sessões, 4% dos paciente realizaram mais de 30 sessões pois antes disso não obtiveram resultados suficientes para finalizar o tratamento, 10% realizaram de 21 a 30 sessões, 66% tiveram de realizar 11 a 20 sessões e 20% dela 10 sessões.

Outro estudo foi realizado por Pacheco e Zabarto (2019), este foi durante os meses de Maio e Junho de 2019 e nele foram coletados dados de 10 pacientes do sexo feminino que realizaram o procedimento mesmo que em anos antes da pesquisa, com idade entre 31 e 52 anos da cidade de Tubarão/SC. As 10 mulheres (100%) realizaram abdominoplastia, 8 delas (80%) além da

abdominoplastia realizaram também a lipoaspiração nas costas e outras 2 pacientes (2%) fizeram lipoescultura na região glútea. Das 10, 8 delas (80%) realizaram tratamento pós operatório e 2 (20%) não realizaram. As 8 mulheres que realizaram o tratamento pós operatório, todas relataram que foram submetidas a sessões de drenagem linfática manual. 20% iniciaram entre o 1º e 2º dia P.O, 10% entre o 3º e 6º dia P.O, 30% entre o 7º e 8º dias P.O, 10% entre o 9º e 15º dias. Nesse mesmo estudo foram citadas as complicações ocorridas, 20% relataram ter ficado com fibrose, 20% tiveram deiscência (abertura dos pontos), 50% apresentaram hematoma e 20% desenvolveram quelóide. 80% relatam satisfação com o resultado final e apenas 20% ficaram insatisfeitas. Nos dois estudos citados acima, é notável a relevância de um tratamento adequado no pós operatório de abdominoplastia. Apesar da diferença de anos entre ambos os estudos, é comprovado que ainda nos dias atuais a drenagem linfática manual continua sendo considerada a técnica mais eficaz e utilizada para tratamentos de pós operatórios, e isso não é considerado somente em abdominoplastia mas no geral de cirurgias, sendo cirurgias plásticas ou não.

A drenagem linfática manual é um dos procedimentos mais indicados para auxiliar no pós operatório de cirurgias plásticas. Para Thiesen; Furtado (2019), a drenagem linfática manual deve ser iniciada num período de 72 horas a 15 dias após a cirurgia, pois durante esse período é possível evitar possíveis complicações no pós operatório. Já Schlede et. al. (2016), defende que a DLM atua regulando as pressões tissulares e hidrostáticas, podendo ser utilizada desde as primeiras 24h após o procedimento cirúrgico. Silva et. al. (2018), diz que a aplicação tardia da drenagem linfática manual pode diminuir os benefícios que ela produz, já que a eficiência da circulação linfática e sanguínea é fundamental na reparação da lesão cirúrgica. Os autores acima divergem opiniões sobre o tempo adequado para iniciar a aplicação da DLM após a cirurgia porém, é visto que a aplicação precoce tem o fim de prevenir possíveis complicações e acelerar a recuperação de pacientes em pós operatório de abdominoplastia. Lembrando que os movimentos devem ser feitos de maneira suave, rítmica e lenta. Em relação aos benefícios da drenagem linfática, Silva et. al. (2018), citam que a drenagem linfática manual é importante no contexto da abdominoplastia pós-operatória, pois constitui uma terapia de potencialização que não só reduz o edema pós-operatório, mas também auxilia no processo de cicatrização. Em um estudo caso realizado por Santos; Borato (2013), com uma mulher de 42 anos que foi submetida a uma cirurgia de abdominoplastia. Foram realizadas 20 sessões de drenagem linfática, utilizando o método de Vodder num período de 25 dias, sendo 5 sessões pré-operatórias e 15 sessões pós-operatórias, que foram iniciadas após o quinto dia após a cirurgia, a voluntária sentia dor moderada e sensibilidade no local. As avaliações da intensidade da dor foram diminuindo ao

longo das sessões, bem como eram reduzidas comparando-se antes e depois de cada sessão. Portanto, a DLM mostrou-se eficaz na redução do quadro algíco pós-cirúrgico. Zarboto; Maia (2020), apresentam um estudo realizado em Balneário Camboriú – SC visando abordar a importância da drenagem linfática no pós operatório de abdominoplastia, na qual a amostra era composta por 10 mulheres com a idade entre 35 a 50 anos. 100% das participantes realizaram a prática de drenagem linfática em seu pós operatório, onde demonstrou ser eficaz, trazendo benefícios e resultados satisfatórios para quem os procura.

Silva et. al. (2018), mostram estudo foi realizado na clínica SARE Saúde e Reabilitação, localizada à Rua Maestro Felício Toledo, Centro, Niterói/RJ, com uma paciente do sexo feminino, onde foram realizadas 10 sessões de 30 minutos cada sessão de DLM, que foram ministradas duas vezes por semana. Ao final do tratamento foi avaliado as medidas pré e pós o procedimento da linha supra umbilical que de 92,5 foi para 91, linha umbilical que de 100 foi para 98,5 e linha infra umbilical que de 103 foi para 102. De acordo com os estudos, os autores observaram e comprovaram a importância da inclusão da drenagem linfática no pós operatório de abdominoplastia, descrevendo benefícios obtidos como o alívio da dor, edema, seroma, hematoma, prevenção de cicatrizes hipertróficas e outras complicações.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Concluimos diante do presente estudo de revisão que a drenagem linfática manual se faz essencial no tratamento do pós-operatório de abdominoplastia trazendo vários benefícios tais como redução do edema e absorção do hematoma e seroma proveniente do ato cirúrgico. A drenagem linfática manual atua minimizando possíveis complicações, causando um alívio na região do procedimento e prevenindo problemas no sistema linfático e circulatório. A técnica deve ser aplicada por profissional capacitado com amplo conhecimento de fisiologia e anatomia para que se obtenha resultados satisfatórios.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, J. K. A. D. F; ABREU, R. D. F; MORAES, A. P; et.al; Drenagem linfática como recurso terapêutico pós abdominoplastia. Disponível em: <http://revista.universo.edu.br> . Acesso em 26 mai. 2022.
- CUNHA, G. L. S; Costa, D. G; NUNES, L. S. F; et.al; O papel da esteta cosmetologa no pré e pós-operatório em cirurgias plásticas corporais: revisão integrativa. Revista Ibero-Americana De Humanidades, Ciências E Educação, 8(5), 1539–1553. Disponível em: <https://doi.org/10.51891/rease.v8i5.5569>. Acesso em 03 set. 2022.
- FURTADO, G. P. Z; THIESEN, L. C; Drenagem linfática. Indaial: Uniasselvi, 2019.
- HOLANDA, E.F; PESSOA, S. G. P; Perfil antropométrico e clínico de pacientes submetidos à cirurgia plástica pós-bariátrica. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rcbc/a/X3sVghNHRsFHXZzqXK6JKRK/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em 04 set. 2022.
- NUNES, E. C; Drenagem linfática no pós-operatório em abdominoplastia e lipoaspiração. Disponível em: <https://www.unifacvest.edu.br/> . Acesso em 02 jun. 2022.
- PACHECO, P.P; ZARBATO, G.F; Cuidados e tratamentos estéticos realizados por mulheres antes e após realização de cirurgia plástica na região abdominal. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/11567>. Acesso em 04 ago. 2022.
- PESSOA, L. B; MEJIA, D. P. M; Benefícios da drenagem linfática manual no tratamento pós-operatório imediato de abdominoplastia. Disponível em: <https://portalbiocursos.com.br/> . Acesso em 02 jun. 2022.
- RISSARDI, A; GENEROSO, S.A. R; FILIPPIN, T. R; Os benefícios da drenagem linfática no pós-operatório de abdominoplastia. Disponível em: <http://fag.edu.br> . Acesso em 26 mai. 2022.
- SOARES, L. M. A; SOARES, S. M. B; SOARES, A. K. A. Estudo comparativo da eficácia da drenagem linfática manual e mecânica no pós-operatório de dermolipectomia - doi:10.5020/18061230.2005.p199. Revista Brasileira Em Promoção Da Saúde, 18(4), 199–204. Disponível em: <https://doi.org/10.5020/944>. Acesso em 10 set. 2022.
- ZANELLA, B. I; RUCKL, S; VOLOSZIN, M; A importância da drenagem linfática manual no pós-operatório da abdominoplastia. Disponível em: <http://siaibib01.univali.br> . Acesso em 26 mai. 2022.