

## BENEFÍCIOS DA DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL NA GRAVIDEZ

Julia Almeida Guttler <sup>2</sup>

<sup>1</sup> Pesquisa desenvolvida na Unijuí; trabalho da disciplina de estética e cosmética;

<sup>2</sup> Acadêmica do curso de estética e cosmética- UNIJUI; e-mail: Julia.guttler@sou.uijui.com.br.

**Introdução:** O período de gestação é marcado por muitas mudanças hormonais no corpo das mulheres, dentre essas mudanças estão, a retenção de líquido e o aumento da circulação sanguínea que podem ocasionar edemas. A drenagem linfática é uma técnica de massagem que estimula o sistema linfático, movimentando a linfa até os gânglios linfáticos. Com o deslocamento da linfa e dos fluidos intersticiais de volta para a corrente sanguínea é proporcionada a diminuição do inchaço e edemas, por isso a drenagem linfática é um dos tratamentos mais indicados para minimizar esse quadro durante a gravidez. **Objetivo:** Observar a melhora do quadro de retenções e edemas das gestantes antes e depois da drenagem linfática manual. **Metodologia:** Pesquisei em artigos científicos metodologias de drenagem linfática em gestantes e encontrei um estudo desenvolvido em outubro de 2017, na universidade federal de Uberlândia (MG). O trabalho foi realizado com 23 gestantes com idade gestacional acima de 26 semanas. A técnica realizada foi a de Leduc, as manobras utilizadas para essa drenagem foi a evacuação, captação e reabsorção. O tempo total da drenagem no corpo todo foi de aproximadamente 20 minutos. **Resultado:** Nesse estudo foram feitas análises através da escala Borg, a tabela 1 apresenta dados relacionados a descrição das pacientes. A 2 apresenta dados referentes aos sintomas relatados pelas pacientes antes e após o procedimento. Já tabela 3 apresenta os resultados da perimetria, onde podemos observar a melhora significativa na redução de medidas após a drenagem. A tabela 4 apresentou a diminuição da pressão arterial após a drenagem. **Conclusão:** Foi concluído que a aplicação da técnica de drenagem linfática manual proporcionou a redução dos sintomas relatados assim como redução das medidas observadas através da perimetria. **Palavras chaves:** Drenagem linfática; gestantes; redução.