



**UNILEÃO – CENTRO UNIVERSITÁRIO DR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE FISIOTERAPIA**

MARIA APARECIDA VITURINO ALVES

**OS EFEITOS DA DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL NO EDEMA
GESTACIONAL: REVISÃO INTEGRATIVA.**

**JUAZEIRO DO NORTE
2024**

MARIA APARECIDA VITURINO ALVES

**OS EFEITOS DA DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL NO EDEMA
GESTACIONAL: REVISÃO INTEGRATIVA.**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Dr.
Leão Sampaio (Campus Saúde), como requisito para
obtenção do Grau de Bacharelado.

Orientador: Prof. Ma. Elisângela de Lavor Farias

JUAZEIRO DO NORTE
2024

MARIA APARECIDA VITURINO ALVES

**OS EFEITOS DA DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL NO EDEMA
GESTACIONAL: REVISÃO INTEGRATIVA**

DATA DA APROVAÇÃO: 01/07/2024

BANCA EXAMINADORA:

Professor(a). Ma. Elisângela de Lavor Farias.
Orientador

Professor(a) Esp.; Me (a).; Dr(a).
Examinador 1

Professor(a) Esp.; Me (a).; Dr(a).
Examinado 2

JUAZEIRO DO NORTE
2024

ARTIGO ORIGINAL

OS EFEITOS DA DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL NO EDEMA GESTACIONAL: REVISÃO INTEGRATIVA

Autores: Maria Aparecida Viturino Alves¹, e Elisângela de Lavor Farias²

Formação dos autores

1- Acadêmico do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Leão Sampaio.

2-Professor (a) do Colegiado de Fisioterapia do Centro Universitário Leão Sampaio. Mestre em Ensino em Saúde (UNILEÃO); E-mail:

Correspondência: aparecidasouza693@gmail.com¹, elisangelafarias@leaosampaio.edu.br² .

Palavras-chave: Edema; Saúde da Mulher; Gestação; Modalidade de Fisioterapia.

RESUMO

Introdução: Dar à luz um filho é um dos acontecimentos mais importantes na vida de uma mulher porque concretiza o desejo da maternidade. Sabe-se que durante a gravidez, as gestantes passam por consideráveis alterações físicas, resultando em alterações fisiológicas de propriedades anatômicas, hormonais e bioquímicas, retenção de líquidos e edema devido à progressão da gravidez. **Objetivo:** Investigar as principais evidências da literatura no tratamento fisioterapêutico do edema linfático e compreender como o acúmulo de líquidos interfere na qualidade de vida da gestante, bem como em suas atividades ocupações do dia a dia. **Metodologia:** A pesquisa trata-se de uma revisão integrativa de abordagem descritiva, elencando condutas relacionadas às revisões que possibilitem estudos experimentais com base de dados nas plataformas SciELO, PubMed, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Lilacs e Google Acadêmico encontrando estudos entre os anos de 2019 a 2023. **Resultados:** Durante a gravidez, o sistema cardiovascular muda para atender às necessidades do feto. O volume sanguíneo aumenta, o coração trabalha mais e a pressão arterial. O edema é devido à disfunção do sistema linfático, que leva à disfunção de um grande número de substâncias macromoleculares no interstício intercelular, resultando em um aumento significativo na quantidade de líquido intersticial. O uso drenagem linfática manual (DLM) associado a kinesio taping e outras terapias, tem se mostrado um método eficaz de reabilitação no edema linfático possibilitando saúde, bem-esta e conforto as gestantes. **Conclusão:** Conclui-se que, aplicação drenagem linfática manual (DLM) associado a kinesio taping e alta frequência, facilitem a evacuação nos linfonodos regionais essas manobras de reabsorção e captação, realizadas ao longo das vias linfáticas e nas regiões de edemas, têm por finalidade promover a estimulação do sistema para uma maior reabsorção do líquido intersticial, proporcionando o bem-estar físico. Além de contribuir para a saída de fluidos produzidos pelo sistema linfático.

Palavras-chave: Edema; Saúde da Mulher; Gestação; Modalidade de Fisioterapia.

ABSTRACT

Introduction: Giving birth to a child is one of the most important events in a woman's life because it fulfills the desire for motherhood. It is known that during pregnancy, pregnant women undergo considerable physical changes, resulting in physiological changes in anatomical, hormonal and biochemical properties, fluid retention and edema due to the progression of pregnancy. **Objective:** To investigate the main evidence in the literature on the physiotherapeutic treatment of lymphatic edema and to understand how the accumulation of fluids interferes with the quality of life of pregnant women, as well as their day-to-day activities. **Methodology:** The research is an integrative review with a descriptive approach, listing conducts related to reviews that enable experimental studies with a database on the SciELO, PubMed, Virtual Health Library (VHL), Lilacs and Google Scholar platforms, finding studies between the years 2019 to 2023. **Results:** During pregnancy, the cardiovascular system changes to meet the needs of the fetus. Blood volume increases, the heart works harder and blood pressure rises. O edema is due to dysfunction of the lymphatic system, which leads to dysfunction of a large number of macromolecular substances in the intercellular interstitium, resulting in a significant increase in the amount of interstitial fluid. The use of manual lymphatic drainage (MLD) combined with kinesio taping and other therapies has proven to be an effective rehabilitation method for lymphatic edema, providing pregnant women with health, well-being and comfort. **Conclusion:** It can be concluded that the application of manual lymphatic drainage (MLD) associated with kinesio taping and high frequency, facilitates evacuation in the regional lymph nodes. These resorption and capture maneuvers, performed along the lymphatic pathways and in regions of edema, aim to promote stimulation of the system for greater resorption of interstitial fluid, providing physical well-being. It also contributes to the outflow of fluids produced by the lymphatic system.

Keywords: Edema; Women's Health; Pregnancy; Physiotherapy Modalities;

INTRODUÇÃO

No decorrer do período gestacional, a estrutura corporal da mulher transita por mudanças fisiológicas como o aumento da massa corpórea, relaciona-se ao desenvolvimento fetal em que ocorre o processo de evolução embrionária. De acordo com Fernandes *et al.* (2019) Ao longo da gravidez, as mulheres passam por uma série de mudanças, como variações hormonais, ganho de peso significativo, aumento do suprimento sanguíneo e complicações potenciais relacionadas à circulação sanguínea.

Segundo Delgado *et al.* (2019) as evidências científicas relacionadas às mulheres no período gestacional revelam o comprometimento de doenças vasculares com aumento da pressão arterial, além das implicações de formação de edema com ênfase em membros inferiores. O edema gestacional intercorre por fatores de mudanças hormonais como estrogênio e a progesterona, com o aumento do fluxo venoso e distensão da parede venosa. Assim como as alterações osteoarticulares nas quais irão desencadear mudanças em que o útero da gestante cresce e seu peso aumenta provocando variações no centro de gravidade materna, induzindo o aumento na lordose lombar e em sua base de apoio.

Conforme Arns *et al.* (2020) constatou que a técnica de Drenagem Linfática Manual é a abordagem ideal para gestantes, pois alivia efetivamente a dor induzida pelo edema, especialmente durante o último trimestre, quando o acúmulo de líquido é inevitável. Além disso, esta técnica promove relaxamento e ajuda a regular a pressão arterial. Oferecendo redução de edema e dos sinais que levam a dor, fadiga, e sensação de peso, bem como câimbras em período noturno, dormência, e formigamento na região de membros inferiores.

Nessa circunstância, surgiu a problemática do foco da pesquisa revelar quais os efeitos da drenagem linfática manual no edema gestacional durante a gestação. A DLM é uma ferramenta eficaz para reduzir o edema gestacional? Será que a Drenagem Linfática Manual não traz resultados significativos para tratar o edema gestacional?

Portanto, a presente pesquisa se justifica pelo desejo de contribuir de maneira relevante no campo científico, abrindo novas portas para o avanço das investigações sobre o edema gestacional, beneficiando a comunidade acadêmica e o público em geral interessado na temática. O estudo atual teve início a partir da curiosidade da pesquisadora em compreender a manifestação do edema durante a gravidez, assim como suas limitações e alterações associadas. Tendo em vista que se trata de uma complicação que impacta a saúde e o conforto da mulher grávida, torna-se essencial investigar de que forma a Drenagem Linfática Manual pode influenciar a qualidade de vida da gestante.

Dessa forma, o objetivo geral deste estudo consistiu em descrever os impactos da Drenagem Linfática Manual no edema gestacional, investigar as principais descobertas da literatura sobre a abordagem fisioterapêutica para o edema linfático, e também compreender os efeitos do edema na qualidade de vida das grávidas, bem como as complicações que isso acarreta em suas atividades diárias.

MÉTODO

A pesquisa trata-se de uma revisão integrativa de abordagem descritiva, neste método, foi possível realizar uma análise crítica e sintetizar as evidências existentes sobre o tema em investigação. O resultado final é a atualização do conhecimento acerca do assunto, visando à implementação de intervenções eficazes em saúde. O artigo foi elaborado consultando as bases de dados SciELO, PubMed, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Lilacs e Google Acadêmico, no período de agosto de 2023 a junho de 2024.

Neste estudo, foram analisados artigos publicados nos últimos cinco anos nas plataformas digitais mencionadas anteriormente. Foram selecionados artigos de intervenção que englobam estudos observacionais e experimentais, bem como estudos de campo. Estes materiais estão acessíveis gratuitamente, independentemente do idioma, desde que apresentem conclusões claras. Foram excluídas monografias, teses, resenhas de artigos, revisões de literatura, pesquisas duplicadas, incompletas ou pagas.

Assim, procedeu-se a uma pesquisa dos artigos escolhidos nas bases de dados mencionadas acima, empregando termos de saúde como: "Drenagem Linfática Manual" AND "Edema" AND "Saúde da Mulher" AND "gestação". Os descritores foram utilizados em português e inglês, e a busca foi limitada ao período de 2019 a 2023.

A seleção dos estudos elegíveis passou por diferentes etapas. Inicialmente, apenas os títulos e resumos foram analisados. Na segunda etapa, seguindo os critérios de inclusão, os estudos considerados adequados foram selecionados para uma leitura mais aprofundada. Na terceira etapa, o estudo abordou a questão em foco e os objetivos pretendidos para a pesquisa em questão.

RESULTADOS

Após conduzir uma pesquisa detalhada para selecionar de forma criteriosa os estudos relevantes, identificou-se inicialmente um conjunto de 56 artigos. Contudo, ao aplicar os critérios previamente definidos para inclusão durante o processo de seleção, 14 estudos foram considerados inadequados e posteriormente, excluídos da amostra. Assim, a amostra final foi composta por 42 artigos. Após uma análise detalhada da adequação dos estudos, verificou-se que 20 deles eram inelegíveis por não abordarem de forma adequada o tema em questão ou por estarem presentes em múltiplas fontes de dados. Adicionalmente, outros 14 estudos foram retirados da seleção devido à falta de resposta satisfatória à questão de pesquisa. Dessa forma, a escolha final desta revisão integrativa consistiu sobre 8 artigos que atenderam completamente aos critérios de inclusão estabelecidos previamente na metodologia.

Tabela 1 A caracterização dos estudos selecionados baseado em artigos em que se utiliza da técnica de drenagem linfática manual, organizados em: Autor/ ano, título, objetivo, e principais resultados.

TÍTULO DO ARTIGO	AUTORES/ANO	OBJETIVO	PRINCIPAIS RESULTADOS
Efeitos da Drenagem Linfática Manual na diminuição do edema de membros inferiores em gestantes	Delgado <i>et al.</i> (2019)	Avaliar os efeitos da drenagem linfática na prevenção e diminuição do edema de membros inferiores em gestantes no segundo e terceiro trimestre gestacional.	A técnica de DLM se mostrou eficiente na prevenção e diminuição do edema, dor e fadiga nos membros inferiores em fase aguda e no efeito tardio.
Drenagem linfática reduz dor durante a gestação?	Pereira <i>et al.</i> (2020)	A pesquisa consistiu em avaliar e comparar o alívio da dor em MMII com gestantes que realizaram drenagem linfática manual.	O estudo evidenciou que as pacientes que realizaram drenagem linfática manual apresentaram melhora em seus quadros de dor, contribuindo assim, em uma qualidade de vida melhor na gestação.
Impacto da drenagem linfática manual nos sintomas relacionados	Souza <i>et al.</i> (2021)	Analisar os efeitos da drenagem linfática manual sobre os sintomas de	A aplicação da técnica de DLM proporcionou a redução dos sintomas de sensação de peso,

ao edema de membros inferiores de gestantes		sensação de peso, dor, edema e formigamento nos membros inferiores de gestantes, assim como na redução da perimetria.	dor, inchaço e formigamento em MMII, assim como a redução da perimetria e a manutenção da PA em gestantes.
Efeitos da drenagem linfática manual com ênfase em membros inferiores de gestante para prevenção de edemas: um estudo de caso	Silva <i>et al.</i> (2022)	Trata-se de um estudo de caso que incluiu o acompanhamento gestacional de uma grávida com ênfase em membros inferiores de gestante para prevenção de edemas	O estudo verificou-se também que houve melhora de sintomatologia associada à algias, desconfortos e fadiga. Houve redução do edema, melhorando também a perimetria.

Fonte: elaboração própria (2024).

Tabela 2- A caracterização dos estudos selecionados baseado em artigos com uso da técnica de drenagem linfática manual associada à outras técnicas, organizados em: Autor/ ano, título, objetivo, e principais resultados.

TÍTULO DO ARTIGO	AUTORES/ ANO	OBJETIVO	PRINCIPAIS RESULTADOS
Efetividade da drenagem linfática manual com ou sem uso da bandagem funcional na dor, fadiga e edema dos membros inferiores em gestantes: ensaio clínico, controlado e randomizado.	Delgado <i>et al.</i> (2020)	o estudo foi comparar a efetividade da drenagem linfática manual com e sem o uso da bandagem funcional na dor, fadiga e edema de membros inferiores em gestantes	A DLM com ou sem o uso da BF reduz a dor, a fadiga e o edema gestacional nos membros inferiores quando comparado a atividades educativas e exercícios terapêuticos.
Eficácia da drenagem linfática manual versus massagem perineal em mulheres secundigestas com edema gestacional: um ensaio clínico randomizado	La Cueva-Reguera <i>et al.</i> (2020)	Analisar os efeitos do tratamento massagem perineal e mais drenagem linfática manual (DLM). Para avaliar a intensidade da dor e a qualidade de vida relacionada à incontinência urinária	O tratamento MLD reduziu a intensidade da dor em relação à massagem perineal em mulheres secundigestas com edema gestacional desde 25 semanas de gestação até o final do puerpério.
A eficácia da drenagem linfática manual, método Godoy®, associado à bandagem elástica adesiva no fibro edema gelóide	Souza <i>et al.</i> (2020)	Analisar a eficácia da drenagem linfática manual método Godoy®, associado à Bandagem Elástica Adesiva sobre o grau II ou III no FEG.	O estudo evidenciou que houve a diminuição das circunferências nas regiões mencionadas, redução do grau do FEG, melhora com relação à sensibilidade, na aparência dos nódulos e ondulações, bem como na forma da lipoesclerose.
A eficácia da técnica dermatonia no edema gestacional	Soares <i>et al.</i> (2022)	A pesquisa consistiu em avaliar a efetividade da utilização da técnica de Dermatonia na prevenção e controle do edema gestacional.	A aplicação da técnica Dermatonia no edema gestacional, visto que o método utilizado promove uma melhoria no funcionamento da corrente linfática, como consequência o controle do edema de membros inferiores nas gestantes.

Fonte: elaboração própria (2024).

DISCUSSÃO

Para melhor descrição da análise dos resultados selecionados, a presente pesquisa organizou abaixo a exposição das discussões divididas em duas partes uma relacionada às influências da técnica de drenagem linfática manual no edema gestacional enquanto os outros estudos tratam-se da perspectiva de drenagem linfática manual associada à outras técnicas.

Observou-se que no estudo de Delgado et al. (2019) o efeito da drenagem linfática teve um efeito positivo na diminuição e prevenção do inchaço nos membros inferiores de gestantes durante o segundo e terceiro trimestres de gravidez, bem como na redução da dor e fadiga nessas mesmas regiões. Foi constatada uma diminuição tanto na fase aguda da condição na sessão imediata quanto na fase crônica na última sessão. A pesquisa apontou que a maioria das gestantes envolvidas apresentava problemas vasculares, tais como varizes, edema nas extremidades inferiores durante a gestação.

Segundo Godoy (2019), a DLM (Drenagem Linfática Manual) trata-se de uma técnica em que a massagem é composta por manobras suaves, lentas, monótonas e rítmicas, feita com as mãos, que obedecem ao trajeto do sistema linfático superficial e que tem por objetivo a redução de edemas e linfedemas. Do mesmo modo, esse fato pode ser visto também no estudo de Cardoso et al., (2017) a DLM é o procedimento mais indicado para a gestante, pois tem como proposta o alívio das dores desencadeadas pelo edema, principalmente nos últimos meses onde o acúmulo de líquido é inevitável, a mesma tem como proposta uma condição de relaxamento e controle da pressão arterial.

No estudo realizado por Pereira et al. (2020), foi examinada a associação entre edema em membros inferiores e a dor em mulheres grávidas, assim como a efetividade da técnica de drenagem linfática manual. Os resultados apontaram uma redução significativa na intensidade da dor nas gestantes que foram submetidas ao tratamento de drenagem linfática manual, em comparação com aquelas que não receberam o procedimento. Isso evidencia uma melhora no desconforto, o que conseqüentemente contribui para uma melhor qualidade de vida durante a gravidez.

Em conformidade com os estudos citados, Alves e Marques (2022) concordam que o uso da drenagem linfática manual trouxe inovação, o método permite uma resposta satisfatória no tratamento do edema gestacional. Essa visão afirma que promove a drenagem do sistema venoso, beneficiando assim a circulação sanguínea e os fluidos teciduais.

Do mesmo modo, esse fato também pode ser verificado no estudo de Batista et al. (2017) especifica que existem outros efeitos benéficos proporcionados pela drenagem linfática em gestantes, tais como a redução do edema de membros inferiores além de eliminar toxinas, estimulando o desenvolvimento da circulação sanguínea, aumentando a oxigenação dos tecidos, reduzindo o risco de varizes; nutrição celular e tecidual; bem-estar físico e mental.

O estudo realizado por Souza et al. (2021) evidenciou que a utilização da DLM promoveu uma diminuição expressiva do inchaço, aliviando os sintomas de dor, formigamento, peso e inchaço nas pernas. Assim sendo, recomenda-se a inclusão desta técnica no tratamento do edema gestacional, uma vez que os resultados são benéficos e significativos durante a pesquisa. Sugere-se a aplicação desta abordagem no tratamento do edema gestacional visando melhorar a qualidade de vida e proporcionar maior bem-estar às gestantes.

O estudo de Silva et al. (2022) constatou-se que a utilização da técnica de drenagem linfática manual em uma gestante apresentada com edema durante um período de tratamento, melhora o estado físico do edema local bem como melhora a percepção da imagem dessas gestantes, o motivo para o estudo e intervenção onde a drenagem é extremamente importante no sistema linfático manual durante a gravidez em todos os perfis de gestação, independentemente da faixa etária e do peso corporal.

Segundo Delgado et al. (2020), o estudo demonstrou que houve uma melhora na diminuição de edema, dor e cansaço nas pernas de gestantes com DLM, independentemente de usarem ou não a técnica de bandagem, quando comparadas ao grupo de controle. Adicionalmente, ao unir o uso de DLM + BF, observaram-se resultados mais positivos na redução do edema da parte de trás do joelho até o tornozelo em comparação ao grupo que realizou exclusivamente o DLM.

Concordando com Fonseca et al. (2019), o uso do DLM, aliado à técnica do taping estético, pode atuar como canais que direcionam o líquido presente no interstício, causando edema, para o coletor linfático mais próximo. Dessa forma, o edema local é reduzido, melhorando a drenagem linfática manual e o retorno linfático por vários dias nesta região.

Conforme destacado na pesquisa conduzida por La Cueva-Reguera et al. (2020), foi demonstrado que a aplicação de massagem perineal e mobilização lombar (DLM) em mulheres com edema gestacional após completarem 25 semanas de gestação resultou em uma diminuição da dor pós-parto em ambos os grupos. A eficácia da terapia manual em aliviar a intensidade da dor é atribuída à ativação de mecanismos de ocitocina, resultando em uma resposta nociceptiva prolongada.

Souza et al. (2020) destaca a utilização do protocolo durante o estudo mostrou que o Método Godoy® de Drenagem Linfática Manual, associado à Bandagem elástica adesiva, resultou em redução significativa dos conceitos perimétricos, aparecimento de FEG, e também aumento do fluxo linfático.

No estudo de Gonçalves et al. (2017) destacaram o efeito da TC combinada com a DLM, mostrando que a combinação dessas técnicas reduziu a perimetria abdominal e a espessura da pele na região tratada. O uso de ambas as técnicas fisioterapêuticas apresenta vantagens.

A pesquisa de Soares et al. (2022). Observado no grupo de intervenção diminuição perimétrica pós-tratamento constata que houve redução significativa comprovando a eficácia da técnica no controle do edema gestacional. Isso se deve à ação da Dermotonia sobre o sistema linfático, favorecendo a eliminação do excesso de líquidos localizados no meio intersticial, melhorando assim o quadro de edema na gestante.

Em síntese, os autores sugerem que a drenagem linfática oferece inúmeras vantagens. Desempenha um papel crucial no manejo do edema gestacional, contribuindo para formulação de novos protocolos atualizados que aprimoram o cuidado prestado às gestantes, melhorando a autoestima, a saúde mental e a qualidade de vida das mulheres.

CONCLUSÃO

Esta revisão integrativa de pesquisa permitiu descrever a forma atual como a fisioterapia aborda o edema gestacional por meio da aplicação da drenagem linfática manual, com o objetivo de promover melhorias na qualidade de vida dos pacientes.

Ao longo do estudo, descobriu-se que a combinação de drenagem linfática manual (DLM), kinesio taping e Dermotonus promoveu eficazmente a evacuação dos gânglios linfáticos regionais e melhorou a reabsorção do líquido intersticial. Como resultado, os pacientes experimentaram melhora no bem-estar físico durante todo o estudo.

Neste estudo, constataram-se resultados favoráveis quanto à eficácia da fisioterapia no tratamento de edemas gestacionais, evidenciando a diminuição das dores agudas e crônicas, dos processos inflamatórios e dos edemas em geral, promovendo a melhoria da funcionalidade das gestantes em suas atividades diárias. Todos os estudos selecionados demonstraram uma evolução positiva nos pacientes durante as intervenções, com benefícios adicionais ao longo do período de tratamento.

Diante dos obstáculos para a condução da pesquisa, nota-se a falta de artigos sobre intervenção no edema gestacional. Assim, Desta forma, reafirma-se a necessidade de realização de novos estudos, explorando diversas formas de tratamento e abordagens metodológicas.

REFERÊNCIAS

- ALVES, Tuanne Vieira *et al.* Principais alterações fisiológicas e psicológicas durante o Período Gestacional / Main Physiological and Psychological changes during the management period. **Id On Line Revista de Psicologia**, [S.L.], v. 14, n. 49, p. 114-126, 28 fev. 2020. Lepidus Tecnologia. <http://dx.doi.org/10.14295/idonline.v14i49.2324>. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/2324>. Acesso em: 14 jun. 2024.
- ARNS, Patricia *et al.* DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL: benefícios para a gestante. **Revista Interdisciplinar de Ensino, Pesquisa e Extensão**, [S.L.], v. 8, n. 1, p. 224-232, 26 fev. 2021. Fundacao Universidade de Cruz Alta. <http://dx.doi.org/10.33053/revint.v8i1.336>. Disponível em: <https://revistaeletronica.unicruz.edu.br/index.php/revint/article/view/336>. Acesso em: 14 jun. 2024.
- BATISTA, Amanda Tavares Drebes *et al.* **Drenagem linfática manual: histórico, métodos e eficácia**. *Revista Maiêutica*, Indaial, v. 1, n. 01, p. 35-40, 2017.
- BATISTA, Amanda Tavares Drebes *et al.* Drenagem linfática manual: histórico, métodos e eficácia. **Maiêutica-Atividades Físicas, Saúde e Bem Estar**, v. 1, n. 1, 2017.
- CARDOSO, M. P; SOUSA, I.L.; SOUZA, N.A.. Efeitos da Drenagem Linfática Manual aplicada em gestante. **Essentia-Revista de Cultura, Ciência e Tecnologia da UVA**, v. 18, n. 1, 2017.
- DE GODOY, José Maria Pereira. **Drenagem linfática manual: método Godoy & Godoy. Recursos Técnicos em Estética I**, p. 237, 2019.
- DELGADO, Alexandre *et al.* Effectiveness of manual lymphatic drainage with or without the use of functional bandaging on pain, fatigue and edema of the lower limbs in pregnant women: clinical, controlled and randomized trial. **O Mundo da Saúde**, [S.L.], v. 2, n. 10, p. 217-228, 27 jul. 2020. Semanal. Centro Universitario Sao Camilo - Sao Paulo. <http://dx.doi.org/10.15343/0104-7809.202044217228>. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mis-41576>. Acesso em: 30 maio 2024.
- DELGADO, Alexandre *et al.* Efeitos da Drenagem Linfática Manual na Diminuição do Edema de Membros Inferiores em Gestantes. **Revista Pleiade**, [S.L.], v. 13, n. 28, p. 49-59, 2 out. 2019. Associação Internacional Uniao das Americas. <http://dx.doi.org/10.32915/pleiade.v13i28.545>. Disponível em: <https://pleiade.uniamerica.br/index.php/pleiade/article/view/545>. Acesso em: 30 maio 2024.
- FERNANDES, Aliciara Carlos Flor *et al.* Efeitos da drenagem linfática em gestantes com doenças hipertensivas–Revisão da literatura. **Revista saúde em foco**, v. 6, n. 11, p. 25, 2019.
- FONSECA, FM da *et al.* Estudo comparativo entre a drenagem linfática manual e atividade física em mulheres no terceiro trimestre de gestação. **Fisioterapia ser**, v. 4, n. 4, p. 225-33, 2009.
- GONÇALVES, Cristiane Santos *et al.* Terapia combinada associada à drenagem linfática reduz lipodistrofia localizada no abdômen de mulheres jovens. **Conscientiae Saúde**, [S.L.], v. 16, n. 2, p. 281-288, 4 out. 2017. University Nove de Julho. <http://dx.doi.org/10.5585/conssaude.v16n2.7245>. Acesso em: 30 maio 2024.

GUIRRO, E. C. de O.; GUIRRO, R. R. de J. *Fisioterapia em estética: fundamentos, recursos e patologias*. 2. ed. rev. e amp. São Paulo: Manole, 1996. Disponível em: <http://www.wgate.com.br/conteudo/medicinaesaude>

LACUEVA-REGUERA, Mónica de *et al.* Effectiveness of manual lymphatic drainage vs. perineal massage in secundigravida women with gestational oedema: a randomised clinical trial. **International Wound Journal**, [S.L.], v. 17, n. 5, p. 1453-1461, 13 jun. 2020. Semanal. Wiley. <http://dx.doi.org/10.1111/iwj.13427>. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32533763/>. Acesso em: 30 maio 2024.

LEDUC, A.; LEDUC, O. *Fisiopatologia: A Formação do Edema*. In: *Drenagem Linfática: Teoria e Prática*. 2 ed. São Paulo: Manole, p. 27- 32, 2000.

LEDUC, A.; LEDUC, O. *Prática da Drenagem Linfática Manual*. In: *Drenagem Linfática: Teoria e Prática*. 2 ed. São Paulo: Manole, p. 33- 44, 2000.

MARQUES, T. M. L. S.; SILVA, A. G.. *Anatomia e fisiologia do sistema linfático: processo de formação de edema e técnica de drenagem linfática*. 2020. Disponível em: doi: <http://doi.org/10.6008/CBPC2236-9600.2020.001.0001> Acesso em: 30 maio 2024.

MARQUES, Tauge Marione Leal da Silva *et al.* Anatomia e fisiologia do sistema linfático: processo de formação de edema e técnica de drenagem linfática. **Scire Salutis**, [S.L.], v. 10, n. 1, p. 1-9, 18 fev. 2020. Companhia Brasileira de Producao Cientifica. <http://dx.doi.org/10.6008/cbpc2236-9600.2020.001.0001>. Disponível em: <https://openurl.ebsco.com/EPDB%3Aagcd%3A10%3A19196106/detailv2?sid=ebsco%3Aplink%3Ascholar&id=ebsco%3Aagcd%3A142033505&crl=c>. Acesso em: 14 jun. 2024.

PEREIRA, Julia Arauj *et al.* DRENAGEM LINFÁTICA REDUZ DOR DURANTE A GESTAÇÃO? / DOES LYMPHATIC DRAINAGE REDUCE PAIN DURING PREGNANCY? **Brazilian Journal Of Development**, [S.L.], v. 6, n. 10, p. 74486-74498, 2020. Brazilian Journal of Development. <http://dx.doi.org/10.34117/bjdv6n10-031>. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/17654>. Acesso em: 30 maio 2024.

SILVA, LUCCHETT *et al.* I, Bruno Fernando Cruz. *Efeitos Da Drenagem Linfática Manual Com Ênfase Em Membros Inferiores De Gestante Para Prevenção De Edemas: Um Estudo De Caso*. **Revista da Saúde da AJES**, v. 8, n. 16, 2022.

SOARES, Nivania Fernandes *et al.* A eficácia da técnica dermotonia no edema gestacional. **Brazilian Journal Of Health Review**, [S.L.], v. 5, n. 5, p. 20963-20983, 17 out. 2022. South Florida Publishing LLC. <http://dx.doi.org/10.34119/bjhrv5n5-252>. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/53181>. Acesso em: 15 jun. 2024.

SOUZA, Sarah Melo de *et al.* Impacto da drenagem linfática manual nos sintomas relacionados ao edema de membros inferiores de gestantes. **Fisioterapia e Pesquisa**, [S.L.], v. 28, n. 4, p. 376-383, out. 2021. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1809-2950/19030327042020>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fp/a/DDFWYwkNPZSM98Ktsjbt9B/#:~:text=demonstraram%20em%20seu%20estudo%20que,peso%20nas%20pernas%20e%20incha%C3%A7o>. Acesso em: 30 maio 2024.

SOUZA, Sweine Maria de *et al.* A eficácia da drenagem linfática manual, método Godoy®, associado à bandagem elástica adesiva no fibro edema gelóide/ The effectiveness of manual lymphatic drainage, Godoy® method, associated with elastic adhesive bandaging on fibro edema geloid. **Brazilian Journal Of Health Review**, [S.L.], v. 3, n. 6, p. 19894-19923, 2020. Brazilian Journal of Health Review. <http://dx.doi.org/10.34119/bjhrv3n6-362>. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/22375>. Acesso em: 14 jun. 2024.

ZUCCO-FISIOTERAPEUTA, Fabíola; VAILAT-NUTRICIONISTA, Karin. A Atuação da Fisioterapia Dermato-Funcional em Gestantes associada a Recomendações Nutricionais.