

OS BENEFÍCIOS DA DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL NO TRATAMENTO DE EDEMAS EM MEMBROS INFERIORES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

THE BENEFITS OF MANUAL LYMPHATIC DRAINAGE IN THE TREATMENT OF LOWER LIMB EDEMA: AN INTEGRATIVE REVIEW

Joseane de Sousa Costa Rodrigues¹
Cristiane Martins Carvalho Braz²
Ittana de Oliveira Lins³

RESUMO: O edema caracteriza-se pelo acúmulo anormal de líquido nos tecidos, resultante de alterações nas forças de filtração capilar e no sistema linfático, sendo frequente em membros inferiores e associado a prejuízos físicos e funcionais. Entre os principais fatores envolvidos destacam-se o aumento da pressão hidrostática e venosa, a redução da pressão oncótica e o aumento da permeabilidade capilar. Nesse contexto, a drenagem linfática manual (DLM) apresenta-se como uma importante intervenção fisioterapêutica, capaz de reduzir o edema, aliviar a dor e a sensação de peso, além de melhorar a circulação, estimular o sistema imunológico e promover bem-estar. Aplicada de forma suave e rítmica, a técnica favorece o transporte da linfa e a eliminação de toxinas, contribuindo para a prevenção de complicações e para a melhora da qualidade de vida. O presente estudo tem como objetivo analisar os benefícios da DLM no tratamento de edemas em membros inferiores, descrevendo seus efeitos na saúde dos pacientes, organizando resultados obtidos em estudos e disseminando informações sobre a técnica. Trata-se de uma revisão bibliográfica integrativa, de caráter descritivo e qualitativo, realizada a partir de bases como SciELO, LILACS e PubMed, com critérios de inclusão e exclusão previamente definidos. Assim, busca-se reunir evidências científicas relevantes que contribuam para o aprimoramento das práticas terapêuticas e do conhecimento na área. Espera-se que a partir desta pesquisa, seja possível ampliar a compreensão acerca dos efeitos da Drenagem Linfática em edemas de membros inferiores, evidenciando seu potencial para promover melhora funcional e repercussões positiva na qualidade de vida.

Palavras-chave: Edema. Membros inferiores. Drenagem linfática manual. Sistema linfático. Fisioterapia.

¹Discente do curso de Fisioterapia da Faculdade de Ilhéus, Centro de Ensino Superior, Ilhéus, Bahia.

² Docente do curso de Fisioterapia da Faculdade de Ilhéus, Centro de Ensino Superior, Ilhéus, Bahia.

³Docente do curso de Fisioterapia da Faculdade de Ilhéus, Centro de Ensino Superior, Ilhéus, Bahia.

ABSTRACT: Edema is characterized by the abnormal accumulation of fluid in tissues, resulting from alterations in capillary filtration forces and the lymphatic system. It is frequent in the lower limbs and associated with physical and functional impairments. Among the main factors involved are increased hydrostatic and venous pressure, reduced oncotic pressure, and increased capillary permeability. In this context, manual lymphatic drainage (MLD) presents itself as an important physiotherapeutic intervention, capable of reducing edema, relieving pain and heaviness, as well as improving circulation, stimulating the immune system, and promoting well-being. Applied gently and rhythmically, the technique favors lymph transport and toxin elimination, contributing to the prevention of complications and improving quality of life. This study aims to analyze the benefits of MLD in the treatment of edema in the lower limbs, describing its effects on patients' health, organizing results obtained in studies, and disseminating information about the technique. This is an integrative literature review, descriptive and qualitative in nature, conducted using databases such as SciELO, LILACS, and PubMed, with previously defined inclusion and exclusion criteria. Thus, the aim is to gather relevant scientific evidence that contributes to the improvement of therapeutic practices and knowledge in the field. It is expected that this research will make it possible to broaden the understanding of the effects of lymphatic drainage on lower limb edema, highlighting its potential to promote functional improvement and positive repercussions on quality of life.

Keywords: Edema. Lower limbs. Manual lymphatic drainage. Lymphatic system. Physiotherapy.

1 INTRODUÇÃO

O edema é uma condição clínica caracterizada pelo acúmulo excessivo de líquido no espaço intersticial ou em cavidades corporais, decorrente de alterações nos mecanismos responsáveis pelo equilíbrio entre filtração e reabsorção capilar, bem como de disfunções do sistema linfático. Esse processo fisiopatológico pode estar relacionado ao aumento da pressão hidrostática e venosa, redução da pressão oncótica plasmática, aumento da permeabilidade capilar e retenção de proteínas nos tecidos, fatores que comprometem a adequada drenagem dos líquidos corporais (GUYTON; HALL, 2017).

Quando acomete os membros inferiores, o edema apresenta elevada frequência na prática clínica, podendo manifestar-se de forma unilateral ou bilateral, temporária ou crônica. Sua ocorrência está associada a diferentes condições patológicas, como insuficiência venosa, doenças cardiovasculares, alterações linfáticas, processos inflamatórios, gestação e sedentarismo. Dessa forma, trata-se de um problema relevante para a saúde pública, exigindo avaliação clínica criteriosa para identificação de suas causas e definição do tratamento mais adequado (BORGES, 2010).

O edema em membros inferiores pode provocar impactos significativos na qualidade de vida dos indivíduos, causando dor, sensação de peso, fadiga, limitação funcional e alterações

estéticas. Além dos prejuízos físicos, as repercussões emocionais também merecem destaque, uma vez que o desconforto corporal e as mudanças na imagem pessoal podem favorecer o surgimento de ansiedade, baixa autoestima e estresse emocional. Estudos apontam maior prevalência dessa condição em mulheres, especialmente em razão de fatores hormonais, genéticos e gestacionais, associados ainda a hábitos de vida inadequados, como sedentarismo e longos períodos em posição ortostática (GUIRRO; GUIRRO, 2004).

Diante desse contexto, o manejo do edema requer uma abordagem multidisciplinar, envolvendo intervenções clínicas, orientações relacionadas ao estilo de vida e recursos terapêuticos específicos. Entre os métodos não invasivos utilizados no tratamento destaca-se a drenagem linfática manual (DLM), técnica fisioterapêutica baseada em manobras suaves, lentas e rítmicas, realizadas com o objetivo de estimular o funcionamento do sistema linfático, favorecer o transporte da linfa e promover a eliminação do excesso de líquidos e toxinas acumuladas nos tecidos (LEDUC; LEDUC, 2007).

A aplicação da DLM contribui significativamente para a redução do edema, melhora da circulação sanguínea e linfática, diminuição da dor e da sensação de peso nos membros inferiores, além de proporcionar relaxamento e bem-estar físico e emocional. Em virtude desses benefícios, a técnica vem sendo amplamente utilizada como recurso complementar em tratamentos fisioterapêuticos, estéticos e reabilitacionais (MACHADO et al., 2018).

Desenvolvida na década de 1930 por Emil Vodder e posteriormente aperfeiçoada por outros estudiosos, a drenagem linfática manual consolidou-se como um método terapêutico eficaz no tratamento de diferentes tipos de edema, incluindo linfedema, lipedema, fibroedema gelóide e edemas gestacionais. Apesar das diferentes abordagens técnicas, como os métodos de Vodder e Leduc, ambas contemplam manobras fundamentais voltadas à captação, reabsorção e evacuação da linfa, favorecendo o equilíbrio do sistema linfático e a recuperação funcional dos tecidos (VODDER, 1936).

Dessa forma, diante das informações apresentadas, busca-se responder à seguinte problemática: a drenagem linfática manual contribui para a redução do edema em membros inferiores? A partir dessa questão, o presente estudo fundamenta-se nas seguintes hipóteses: a Drenagem Linfática Manual (DLM) contribui significativamente para a redução do edema em membros inferiores; sua aplicação promove melhora da circulação linfática e sanguínea, reduzindo sintomas como dor e sensação de peso; os pacientes submetidos à técnica apresentam melhora funcional, além de maior sensação de bem-estar físico e emocional; e a utilização

regular da DLM pode favorecer a qualidade de vida dos indivíduos acometidos por edema em membros inferiores.

Diante da relevância do tema, este estudo tem como objetivo avaliar os benefícios da drenagem linfática manual no tratamento de edemas em membros inferiores, contribuindo para o aprimoramento das práticas terapêuticas e para a ampliação do conhecimento acerca de sua eficácia no contexto fisioterapêutico. Portanto, o presente estudo justifica-se pela necessidade de aprofundar a compreensão sobre os efeitos da DLM no tratamento de edemas, considerando sua importância como recurso terapêutico capaz de promover melhora clínica, funcional e na qualidade de vida dos pacientes, além de subsidiar futuras pesquisas e fortalecer a utilização dessa técnica na prática fisioterapêutica.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1A Importância e os Benefícios da Drenagem Linfática Manual

A drenagem linfática manual (DLM) é uma técnica terapêutica essencial no controle e tratamento de edemas em membros inferiores, sendo amplamente utilizada nas áreas clínica e estética. O edema caracteriza-se pelo acúmulo de líquidos no espaço intersticial, podendo estar relacionado a fatores como insuficiência venosa, alterações linfáticas, sedentarismo, gestação e pós-operatórios (GUIRRO; GUIRRO, 2004).

De acordo com Leduc e Leduc (2007), a principal importância da drenagem linfática manual está na capacidade de estimular o sistema linfático por meio de manobras suaves, lentas e rítmicas, favorecendo a reabsorção e o transporte da linfa. Ainda segundo os autores, a técnica promove o aumento da atividade linfática e melhora o retorno dos líquidos intersticiais, contribuindo significativamente para a diminuição do edema.

Entre os principais benefícios da drenagem linfática manual destacam-se a redução do inchaço, melhora da circulação sanguínea e linfática, maior oxigenação dos tecidos e eliminação de toxinas. Além disso, a técnica promove alívio de sintomas como dor, sensação de peso e fadiga, contribuindo diretamente para a melhora da qualidade de vida dos pacientes (BORGES, 2010).

De acordo com Godoy e Godoy (2004), a DLM também auxilia na manutenção do equilíbrio hídrico corporal, favorecendo o funcionamento do sistema imunológico e melhorando a nutrição celular. Em pacientes com insuficiência venosa crônica, a técnica

apresenta resultados positivos na redução do desconforto e na diminuição da retenção líquida em membros inferiores (TACANI; TACANI, 2008).

Outro benefício relevante é sua atuação no pós-operatório, auxiliando na recuperação tecidual, redução de processos inflamatórios e prevenção de complicações, como fibroses e linfedemas (BRANDÃO et al., 2018). Conforme afirmam Foldi e Foldi (2006), a drenagem linfática manual é considerada uma das principais terapias conservadoras no tratamento de distúrbios linfáticos, especialmente em casos de linfedema.

Além dos benefícios físicos, a DLM proporciona efeitos relaxantes e melhora do bem-estar geral, reduzindo níveis de estresse e ansiedade, fatores que podem influenciar diretamente na percepção do desconforto causado pelos edemas (DOMENICO; WOOD, 1998). Dessa forma, a técnica se apresenta como um importante recurso terapêutico complementar, promovendo benefícios estéticos, funcionais e fisiológicos aos pacientes (GUIRRO; GUIRRO, 2004).

2.2 Atuação da drenagem linfática manual em edemas

A drenagem linfática manual (DLM) atua no tratamento de edemas por meio da estimulação do sistema linfático, favorecendo o escoamento do excesso de líquidos acumulados no espaço intersticial. A técnica deve ser executada por profissional capacitado, respeitando a anatomia e a fisiologia do sistema linfático, bem como o trajeto do fluxo linfático, utilizando movimentos suaves, lentos, rítmicos e contínuos (LEDUC; LEDUC, 2000).

A atuação da DLM ocorre principalmente pelo aumento da capacidade de absorção e transporte dos capilares linfáticos, facilitando a eliminação de líquidos, proteínas e resíduos metabólicos retidos nos tecidos (LEDUC; LEDUC, 2007). De acordo com Guirro e Guirro (2004), a técnica promove melhora da circulação linfática e sanguínea, contribuindo diretamente para a redução do edema e para a melhora das condições fisiológicas dos membros inferiores.

A drenagem linfática manual pode ser utilizada de forma isolada ou associada a outras abordagens terapêuticas, como o uso de meias compressivas, elevação dos membros inferiores, orientações posturais e prática regular de atividades físicas. Essa associação potencializa os resultados terapêuticos, favorecendo maior eficácia no controle do edema e na prevenção de recidivas (TACANI; TACANI, 2008).

No contexto clínico, a DLM é amplamente indicada no tratamento de alterações

circulatórias e linfáticas, como linfedemas, insuficiência venosa crônica e edemas pós-operatórios (BORGES, 2010). Segundo o autor, a técnica destaca-se entre os principais recursos terapêuticos empregados no manejo do edema devido à sua eficácia na redução do acúmulo de líquidos, segurança na aplicação e baixa incidência de efeitos adversos, proporcionando melhora funcional e qualidade de vida aos pacientes.

Nos casos pós-cirúrgicos, a drenagem linfática manual (DLM) auxilia na redução de hematomas, no alívio da dor e na prevenção de fibroses, além de favorecer a aceleração do processo de recuperação tecidual (BRANDÃO et al., 2018). De acordo com Foldi e Foldi (2006), a DLM constitui um componente fundamental da terapia descongestiva complexa, considerada o padrão-ouro no tratamento do linfedema

Além dos benefícios físicos, a drenagem linfática manual (DLM) promove relaxamento muscular, sensação de bem-estar e redução de sintomas, como fadiga e desconforto, frequentemente associados aos edemas em membros inferiores (DOMENICO; WOOD, 1998). Ademais, Godoy e Godoy (2004) ressaltam que a aplicação regular da técnica contribui para a manutenção do equilíbrio hídrico tecidual, além de auxiliar na prevenção de complicações decorrentes da estase linfática.

Dessa forma, a drenagem linfática manual consolida-se como um recurso terapêutico seguro, não invasivo e eficaz na atuação sobre os edemas em membros inferiores, promovendo benefícios funcionais, estéticos e significativa melhora na qualidade de vida dos pacientes (GUIRRO; GUIRRO, 2004; BORGES, 2010).

2.3 Resultados obtidos com a drenagem linfática manual

Os resultados observados em pacientes submetidos à drenagem linfática manual (DLM) em membros inferiores são amplamente positivos, destacando-se a redução significativa do edema e a melhora dos sintomas associados. Muitos pacientes relatam diminuição da dor, sensação de leveza nas pernas e melhora na mobilidade, fatores que impactam diretamente na realização das atividades diárias e na qualidade de vida (BORGES, 2010).

Além disso, a técnica contribui para a melhora da circulação sanguínea e linfática, favorecendo oxigenação dos tecidos, eliminação de metabólitos e a regeneração celular (LEDUC; LEDUC, 2007; GUIRRO; GUIRRO, 2004). Segundo Guirro e Guirro (2004), a DLM auxilia na redução da retenção hídrica, favorecendo a reabsorção de líquidos intersticiais e contribuindo para a melhora das condições fisiológicas dos tecidos acometidos pelo edema. Em pacientes com insuficiência venosa crônica e

linfedema, os resultados demonstram diminuição do volume dos membros inferiores, melhora funcional e redução da sensação de peso e fadiga. Estudos apontam que a aplicação contínua e regular da técnica promove melhora significativa no retorno linfático e no conforto dos pacientes (LEDUC; LEDUC, 2000).

Nos casos pós-operatórios, observa-se aceleração do processo de recuperação tecidual, com redução de hematomas, edemas e processos inflamatórios, além da prevenção de fibroses e aderências cicatriciais (BRANDÃO et al., 2018). Conforme Foldi e Foldi (2006), a drenagem linfática manual é considerada um recurso terapêutico fundamental no manejo de complicações linfáticas pós-cirúrgicas.

Estudos demonstram que a aplicação regular da Drenagem Linfática Manual (DLM) contribui significativamente para a redução do volume dos membros acometidos, além de promover melhora da funcionalidade e da qualidade de vida dos pacientes, sendo reconhecida como uma abordagem eficaz no tratamento de edemas e linfedemas (AMARAL; SATO; SIMÕES, 2016). Além disso, Godoy e Godoy (2004) ressaltam que os benefícios da técnica se tornam mais duradouros quando associados à adoção de hábitos saudáveis e ao acompanhamento terapêutico adequado.

Além dos resultados físicos, a DLM promove relaxamento muscular e sensação de bem-estar geral, reduzindo tensões e contribuindo para o equilíbrio físico e emocional dos pacientes (DOMENICO; WOOD, 1998). Dessa forma, a drenagem linfática manual apresenta-se como uma técnica terapêutica eficaz, segura e amplamente benéfica no tratamento de alterações circulatórias e linfáticas em membros inferiores (BORGES, 2010; LEDUC; LEDUC, 2007).

3 METODOLOGIA

A presente pesquisa caracteriza-se como uma revisão bibliográfica integrativa, de natureza descritiva e abordagem qualitativa, desenvolvida com o objetivo de analisar os benefícios da Drenagem Linfática Manual no tratamento de edemas em membros inferiores. Esse tipo de revisão permite reunir, sintetizar e analisar criticamente os conhecimentos científicos produzidos sobre a temática, proporcionando uma compreensão mais ampla do assunto e possibilitando a identificação de lacunas para futuras investigações.

A coleta de dados foi realizada por meio de levantamento bibliográfico nas bases de dados ScientificElectronic Library Online, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde e PubMed, além da consulta a livros, artigos científicos e materiais

especializados nas áreas da saúde, estética e fisioterapia, com o intuito de ampliar a confiabilidade e a abrangência das informações obtidas. Para a realização das buscas, utilizaram-se os descritores “drenagem linfática”, “edema” e “membros inferiores”, combinados entre si conforme a necessidade da pesquisa.

Como critérios de inclusão, foram selecionados estudos publicados nos idiomas português e inglês, disponíveis na íntegra, que abordassem a aplicação da Drenagem Linfática Manual no tratamento de edemas em membros inferiores decorrentes de diferentes condições clínicas. Foram incluídos artigos científicos, estudos de revisão, pesquisas experimentais e demais trabalhos que apresentassem relevância direta com a temática investigada.

Quanto aos critérios de exclusão, foram descartados estudos duplicados, publicações incompletas e trabalhos que não apresentavam relação direta com os objetivos da pesquisa. Também foram excluídos estudos envolvendo pacientes com tumores em membros inferiores, em razão das particularidades clínicas e terapêuticas dessa condição.

Após a seleção do material, os estudos foram analisados de maneira criteriosa, considerando aspectos como objetivos, metodologia, resultados e conclusões apresentados pelos autores. Posteriormente, realizou-se a organização,

interpretação e síntese dos dados, possibilitando a construção de uma análise crítica acerca da eficácia da Drenagem Linfática Manual na redução e no controle dos edemas em membros inferiores.

Dessa forma, a presente revisão foi estruturada de maneira sistemática e fundamentada, buscando reunir evidências científicas atuais e relevantes sobre a temática, contribuindo para o aprofundamento do conhecimento acadêmico e para o aprimoramento das práticas clínicas relacionadas à utilização da Drenagem Linfática Manual.

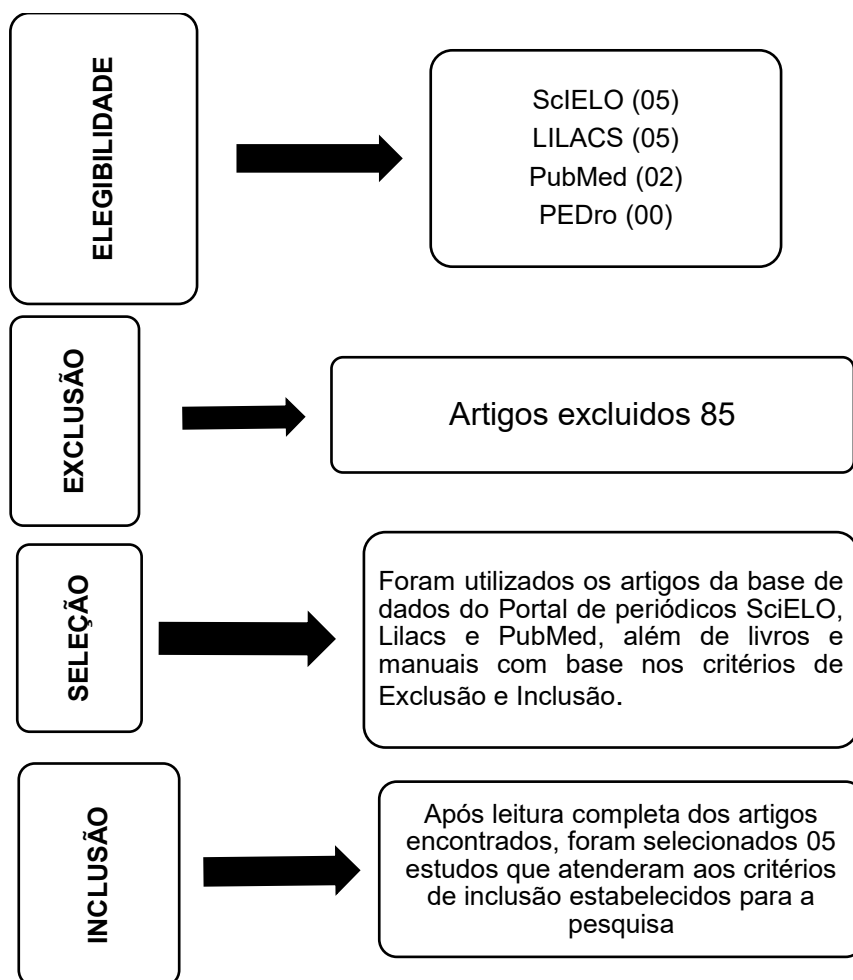
Quadro 1. Fontes e descritores em ciências da saúde utilizados para busca dos artigos.

Fonte	Descritores em Ciências da Saúde (DeCS)
PubMed	Drenagem Linfática, Edema e Membros Inferiores (n=6)
LILACS	Drenagem Linfática, Edema e Membros Inferiores (n=5)
SciELO	Drenagem Linfática, Edema e Membros Inferiores (n=7)
PEDro	Drenagem Linfática, Edema e Membros Inferiores (n=0)

Fonte: Autoria própria, 2026.

4 RESULTADOS

Figura 1: Etapas do esquema de inclusão e exclusão utilizados para seleção e análise dos artigos.



Fonte: Autoria própria, 2026.

A busca nas bases de dados resultou na identificação de 22 (vinte e duas) referências relacionadas ao tema proposto. Contudo, visando garantir maior rigor científico e qualidade metodológica, foram selecionados apenas estudos indexados nas bases SciELO, LILACS e PubMed, considerando os critérios de inclusão e exclusão previamente estabelecidos.

Após a realização da leitura criteriosa, análise crítica e classificação das produções científicas encontradas, constatou-se que 05 (cinco) artigos científicos foram classificados nos critérios de inclusão definidos a fim de alcançar o objetivo da pesquisa. Dessa forma, esses artigos foram considerados elegíveis para compor a amostra final do estudo.

Destaca-se que o processo de seleção criteriosa das publicações contribuiu significativamente para a confiabilidade e relevância dos resultados apresentados, uma vez que

priorizou estudos com maior consistência científica, qualidade metodológica e alinhamento direto com os objetivos da pesquisa.

Os artigos selecionados foram organizados e tabelados em ordem cronológica de publicação, conforme apresentado no Quadro 2.

Quadro 02: Distribuição dos estudos mais relevantes para a pesquisa.

Autor/Data	Artigo	Objetivo	Método	Resultados
ZANELLA, M. T. et al. 2011.	Drenagem linfática manual: evolução histórica e aplicabilidade clínica.	Demonstrar como a drenagem linfática manual contribui para a redução do edema, promovendo melhora da circulação linfática, diminuição do inchaço e benefícios ao tratamento fisioterapêutico.	Trata-se de uma revisão de literatura, de caráter descritivo, baseada em estudos sobre a técnica, abordando a evolução histórica da drenagem linfática manual e sua crescente aplicabilidade clínica ao longo dos anos, destacando que a técnica se consolidou como importante recurso terapêutico em diferentes áreas da saúde	Os estudos demonstraram resultados positivos relacionados à drenagem linfática manual, evidenciando sua eficácia na redução do edema, na melhora da circulação linfática e na promoção do bem-estar e da qualidade de vida dos pacientes.
DIAS, Rosângela Corrêa;SCHNEIDER, Ione Jayce Ceola, 2012.	Avaliação do edema: métodos clínicos e antropométricos.	Analisar e descrever os principais métodos utilizados na avaliação clínica e antropométrica do edema, destacando sua aplicabilidade, confiabilidade e importância no acompanhamento terapêutico dos pacientes.	O estudo utilizou como método a revisão da literatura científica, abordando técnicas de avaliação clínica e antropométrica do edema, como inspeção, palpação, perimetria e volumetria, visando analisar sua aplicabilidade e eficácia no acompanhamento terapêutico.	Os resultados mostraram que a perimetria, a volumetria e a inspeção clínica são métodos eficazes para avaliação do edema, contribuindo para o acompanhamento terapêutico e para a escolha das intervenções adequadas.

<p>AMARAL, M. T.; SATO, M. O.; SIMÕES, N. P., 2016</p>	<p>Benefícios da drenagem linfática manual em membros inferiores.</p>	<p>Avaliar os benefícios da drenagem linfática manual na redução do edema em membros inferiores, analisando seus efeitos sobre a circulação linfática, diminuição do inchaço e alívio da dor.</p>	<p>O estudo utilizou como método a revisão da literatura, com levantamento de dados em materiais científicos que abordam os efeitos da drenagem linfática manual na circulação linfática, redução do edema, alívio da dor e melhora funcional dos membros inferiores.</p>	<p>A análise dos estudos demonstrou que a drenagem linfática manual apresenta efeitos positivos no tratamento de edemas em membros inferiores, favorecendo o retorno linfático, reduzindo o acúmulo de líquidos intersticiais e proporcionando melhora funcional e na qualidade de vida dos indivíduos submetidos ao tratamento.</p>
<p>REZENDE, L. et al., 2017</p>	<p>Técnicas de drenagem linfática manual.</p>	<p>Apresentar as técnicas de drenagem linfática manual utilizadas na prática clínica, enfatizando sua eficácia na estimulação do sistema linfático, redução de edemas e melhora da circulação e da qualidade de vida dos pacientes.</p>	<p>Trata-se de uma revisão bibliográfica, de caráter descritivo e qualitativo, realizada por meio da análise de publicações científicas sobre as técnicas de drenagem linfática manual e suas aplicações terapêuticas.</p>	<p>A análise dos estudos evidenciou que a drenagem linfática manual contribui significativamente para o funcionamento do sistema linfático, favorecendo a eliminação de líquidos intersticiais, redução do inchaço e melhora funcional dos tecidos acometidos.</p>
<p>BRANDÃO, D. S. et al., 2018</p>	<p>A importância da drenagem linfática manual no pós-operatório.</p>	<p>Analisar a importância da drenagem linfática manual no período pós-operatório, destacando seus benefícios na redução do edema, melhora da circulação, diminuição da dor e aceleração do processo de</p>	<p>O estudo utilizou como método a revisão da literatura científica, buscando analisar os efeitos da drenagem linfática manual na redução de edemas, melhora da circulação e recuperação funcional de</p>	<p>Os resultados demonstraram que a drenagem linfática manual contribui significativamente para a redução do edema pós-operatório, melhora da circulação linfática e sanguínea, diminuição da dor</p>

		recuperação dos pacientes.	pacientes no período pós-operatório.	e aceleração do processo de cicatrização e recuperação dos pacientes.
--	--	----------------------------	--------------------------------------	---

Fonte: Autoria própria, 2026.

5 DISCUSSÃO

A análise dos estudos selecionados demonstra que a drenagem linfática manual (DLM) constitui um importante recurso terapêutico no controle e tratamento de edemas, especialmente em membros inferiores, promovendo benefícios relacionados à redução do acúmulo de líquidos, melhora da circulação linfática e sanguínea e diminuição dos desconfortos associados ao quadro edematoso. Tais achados reforçam a relevância clínica da técnica, considerada um método eficaz, seguro e não invasivo no manejo das alterações circulatórias e linfáticas.

Nesse contexto, Dias e Schneider (2012) ressaltam que a realização de uma avaliação adequada é fundamental para um diagnóstico preciso, uma vez que os métodos clínicos e antropométricos utilizados na análise do edema auxiliam tanto no planejamento terapêutico quanto no acompanhamento da evolução clínica dos pacientes. Corroborando esses resultados, Amaral, Sato e Simões (2016) destacam que a DLM favorece o retorno linfático e reduz a retenção de líquidos nos tecidos, proporcionando diminuição significativa do inchaço, alívio da dor e da sensação de peso nos membros inferiores. Além dos efeitos físicos, os autores evidenciam que a técnica promove relaxamento e bem-estar, contribuindo diretamente para a melhora da funcionalidade e da qualidade de vida dos indivíduos acometidos por alterações circulatórias e linfáticas.

De maneira semelhante, Brandão et al. (2018) destacam a relevância da drenagem linfática manual (DLM) no período pós-operatório, evidenciando sua contribuição na redução de edemas, hematomas e fibroses, além de favorecer a melhora da circulação local e acelerar o processo de cicatrização tecidual. Segundo os autores, a aplicação precoce da técnica pode proporcionar uma recuperação mais rápida e eficiente, reduzindo desconfortos frequentemente observados após procedimentos cirúrgicos e contribuindo para melhores resultados funcionais e estéticos. Esses achados reforçam a importância da correta aplicação da DLM, uma vez que

sua eficácia está diretamente relacionada ao respeito aos princípios anatômicos e fisiológicos do sistema linfático.

Nesse sentido, Rezende et al. (2017) ressaltam que os movimentos suaves, lentos e rítmicos estimulam o fluxo linfático e favorecem a eliminação de líquidos acumulados nos tecidos, promovendo redução do edema e melhora funcional da região acometida. Além disso, os autores enfatizam que a execução adequada das manobras é fundamental para potencializar os resultados terapêuticos e prevenir possíveis complicações. Complementando essa discussão, Zanella et al. (2011) abordam a evolução histórica da drenagem linfática manual e sua crescente aplicabilidade clínica, especialmente na fisioterapia dermatofuncional. Os autores destacam que a técnica vem se consolidando como importante recurso terapêutico no tratamento de edemas, linfedemas e alterações circulatórias, não apenas pelos benefícios relacionados à redução do inchaço, mas também por promover melhora da circulação, relaxamento muscular e bem-estar físico e emocional aos pacientes.

Diante dos estudos analisados, observa-se consenso entre os autores quanto à eficácia da drenagem linfática manual (DLM) no tratamento de edemas e disfunções linfáticas. Os achados evidenciam que a técnica exerce importante contribuição clínica, promovendo redução do edema, melhora da circulação linfática e sanguínea, alívio dos desconfortos associados e melhora funcional dos pacientes. Além disso, a DLM demonstra impacto positivo na qualidade de vida, no bem-estar e na recuperação tecidual, consolidando-se como um recurso terapêutico relevante, seguro e amplamente aplicável na prática fisioterapêutica.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente revisão integrativa possibilitou compreender a relevância da drenagem linfática manual (DLM) como recurso terapêutico no tratamento de edemas em membros inferiores, evidenciando sua eficácia na redução do acúmulo de líquidos intersticiais, na melhora da circulação linfática e sanguínea e na promoção da funcionalidade e da qualidade de vida dos pacientes. Os estudos analisados demonstraram que a técnica atua diretamente no estímulo ao sistema linfático, favorecendo o retorno da linfa, o equilíbrio das pressões capilares e a diminuição da retenção hídrica tecidual.

Os resultados evidenciaram benefícios expressivos decorrentes da aplicação da drenagem linfática manual, incluindo redução do edema, alívio da dor e da sensação de peso nos membros inferiores, além de melhora da mobilidade, da flexibilidade e do desempenho

funcional. Tais efeitos refletem positivamente na realização das atividades de vida diária e no bem-estar físico dos indivíduos acometidos. Ademais, observaram-se impactos favoráveis nos aspectos emocionais e sociais, uma vez que a melhora das alterações estéticas e dos sintomas contribui para o fortalecimento da autoestima, da segurança e da qualidade de vida dos pacientes.

No contexto clínico, a drenagem linfática manual destaca-se como uma intervenção segura, não invasiva e de baixo custo, podendo ser associada a diferentes protocolos terapêuticos. Nesse sentido, a correta aplicação da técnica, respeitando os princípios anatômicos e fisiológicos do sistema linfático, mostra-se fundamental para potencializar seus efeitos terapêuticos e prevenir complicações relacionadas ao edema.

Entretanto, apesar dos resultados positivos descritos na literatura, observou-se predominância de estudos de revisão bibliográfica e pesquisas de caráter exploratório e descritivo, evidenciando limitações metodológicas e a necessidade de investigações clínicas mais robustas. Dessa forma, torna-se essencial o desenvolvimento de novas pesquisas experimentais, com delineamentos metodológicos mais rigorosos e amostras ampliadas, visando fortalecer as evidências científicas acerca da eficácia da DLM no tratamento de diferentes tipos de edema em membros inferiores.

Conclui-se, portanto, que a drenagem linfática manual constitui um importante recurso terapêutico na fisioterapia dermatofuncional, promovendo benefícios fisiológicos, funcionais, estéticos e emocionais aos pacientes. Além de favorecer a melhora da circulação e da funcionalidade tecidual, a técnica contribui para a promoção da saúde e do bem-estar, reforçando a importância da continuidade das pesquisas científicas e da prática baseada em evidências para o aprimoramento das intervenções terapêuticas na área.

REFERÊNCIAS

AMARAL, M. T.; SATO, M. O.; SIMÕES, N. P. *Benefícios da drenagem linfática manual em membros inferiores. Revista Científica da Saúde*, 2016.

AMARAL, S.; SATO, J.; SIMÕES, R. *Drenagem linfática: fundamentos e aplicações*. 2016. Acesso em: 10 mar. 2026.

BORGES, F. S. *Dermatofuncional: modalidades terapêuticas nas disfunções estéticas*. São Paulo: Phorte, 2010.

BRANDÃO, D. S. et al. *A importância da drenagem linfática manual no pós-operatório. Revista Saúde em Foco*, 2018.

BRANDÃO, T. et al. *Drenagem linfática manual: princípios e aplicações*. São Paulo: Manole, 2018. Acesso em: 10 mar. 2026.

CEBRA, B. *Diagnóstico por imagem no sistema linfático*. 2005. Acesso em: 12 mar. 2026.

CORTEZ, A.; MEJIA, D. *Benefícios da drenagem linfática no linfedema*. 2013. Acesso em: 13 mar. 2026.

DIAS, R. C.; SCHNEIDER, I. J. C. *Avaliação do edema: métodos clínicos e antropométricos. Revista Brasileira de Fisioterapia*, v. 16, n. 3, p. 210-216, 2012. Acesso em: 15 mar. 2026.

DOLZANE, C.; MEJIA, D. *A drenagem linfática manual no tratamento do linfedema*. In: MEJIA, D. (org.). *Terapias manuais aplicadas*. 2014. Acesso em: 15 mar. 2026.

DOMENICO, G.; WOOD, E. C. *Técnicas de massagem de Beard*. São Paulo: Manole, 1998.

ELWING, R.; SANCHES, A. *Tratamentos fisioterapêuticos para linfedema*. 2010. Acesso em: 16 mar. 2026.

FÖLDI, M.; FÖLDI, E. *Földi's textbook of lymphology: for physicians and lymphedematherapists*. 2. ed. Munich: Elsevier, 2005. Acesso em: 18 mar. 2026.

GALVÃO, T. F.; PEREIRA, M. G. *Revisões sistemáticas da literatura: passos para sua elaboração. Epidemiologia e Serviços de Saúde*, v. 23, n. 1, p. 183-184, 2014. Acesso em: 20 mar. 2026.

GARCIA, E. *Linfedema: avaliação e tratamento*. 2010. Acesso em: 25 mar. 2026.

GODOY, J. M. P. et al. *Linfedema: fundamentos e tratamento*. 2004. Acesso em: 20 mar. 2026.

GODOY, J. M. P.; GODOY, M. F. *Desenvolvimento e avaliação de método de drenagem linfática. Phlebology*, 2004.

GOROLL, A.; MULLEY, A. *Primary care medicine*. 6. ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins, 2006. Acesso em: 25 mar. 2026.

GUEDES, L. *Avaliação clínica dos edemas*. 1996. Acesso em: 01 abr. 2026.

GUIRRO, E.; GUIRRO, R. *Fisioterapia dermatofuncional*. São Paulo: Manole, 2004. Acesso em: 01 abr. 2026.

GUYTON, A. C.; HALL, J. E. *Tratado de fisiologia médica*. 13. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2017. Acesso em: 01 abr. 2026.

KOSTANOĞLU, A. et al. *Manual lymphatic drainage in chronic lymphedema*. 2019. Acesso em: 01 abr. 2026.

LEDUC, A.; LEDUC, O. *Drenagem linfática: teoria e prática*. São Paulo: Manole, 2000. Acesso em: 01 abr. 2026.

LEDUC, A.; LEDUC, O. *Manual de drenagem linfática*. São Paulo: Manole, 2007. Acesso em: 01 abr. 2026.

LOPES, R. F. *Drenagem linfática manual: fundamentos e técnicas*. São Paulo: Atheneu, 2006. Acesso em: 04 abr. 2026.

MACHADO, A. et al. *Efeitos da drenagem linfática no linfedema*. Acesso em: 04 abr. 2026.

MENDES, F. *Linfedema: etiologia e manejo clínico*. 2019. Acesso em: 04 abr. 2026.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: *método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde. Texto & Contexto Enfermagem*, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008. Acesso em: 07 abr. 2026.

MULLER, M. et al. *Terapia descongestiva complexa no linfedema: revisão*. Acesso em: 10 abr. 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). *Constituição da Organização Mundial da Saúde*. Genebra: OMS, 1946. Acesso em: 10 abr. 2026.

PICCININI, A. et al. *Comparação entre técnicas de drenagem linfática*. 2009. Acesso em: 10 abr. 2026.

16

REZENDE, L. et al. *Técnicas de drenagem linfática manual*. 2017. Acesso em: 10 abr. 2026.

SEELEY, R. *Anatomia e fisiologia*. 5. ed. São Paulo: Artmed, 2001. Acesso em: 10 abr. 2026.

SILVA, M. *Sistema linfático: estrutura e função*. 2010. Acesso em: 10 abr. 2026.

SOLIGO, D. et al. *Reabilitação do linfedema pós-cirúrgico*. 2008. Acesso em: 10 abr. 2026.

TÁBOAS, F. et al. *Linfedema primário e secundário: diagnóstico e tratamento*. 2013. Acesso em: 15 abr. 2026.

TACANI, R. E.; TACANI, P. M. *Recursos fisioterapêuticos no edema de membros inferiores*. *Revista Fisioterapia Brasil*, 2008. Acesso em: 15 abr. 2026.

TACANI, R.; TACANI, P. *Drenagem linfática: abordagem prática*. 2008. Acesso em: 15 abr. 2026.

TORTORA, G.; DERRICKSON, B. *Princípios de anatomia e fisiologia*. 14. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2014. Acesso em: 15 abr. 2026.

VILLAREJO, F.; SEBATOVICH, L. *Fundamentos da drenagem linfática*. 2009. Acesso em: 15 abr. 2026.

ZANELLA, M. T. et al. *Drenagem linfática manual: evolução histórica e aplicabilidade clínica*. *Revista de Ciências da Saúde*, v. 4, n. 2, p. 45-52, 2011. Acesso em: 15 abr. 2026.