

## INTERVENÇÃO DA FISIOTERAPIA DERMATO-FUNCIONAL EM GESTANTES

Aline Barreto Moura<sup>1</sup>, Andréia Kely Rodrigues Cordeiro<sup>2</sup>

**Resumo:** Com as mudanças fisiológicas que a gravidez traz para o corpo de uma gestante, ocorrem inúmeras alterações que têm como consequência ganho de peso, retenção hídrica, acúmulo de gordura, alterações vasculares e dermatológicas. Esse estudo tem o objetivo de ressaltar os tratamentos usados na especialidade fisioterápica dermatofuncional, seguros para as gestantes, mostrando os benefícios trazidos pela drenagem linfática bem como alguns riscos que esses tratamentos podem causar nessa classe específica. Trata-se de uma revisão literária, com base no Google Acadêmico e livros de Fisioterapia Dermato-Funcional. Usou-se como descritores: Mudanças fisiológicas, gestação, dermatofuncional e tratamentos. Os resultados mostraram que a drenagem linfática nesse período é o método mais seguro e traz muitos benefícios para a gestante, tais como, redução do edema de membro inferiores, relaxamento e alívio de dores.

**Palavras chave:** Drenagem linfática, edema MMII, método fisioterapêutico, período gestacional

### Introdução

A gravidez é responsável por muitas mudanças fisiológicas, mediadas por ação hormonal para permitir o desenvolvimento do bebê, trazendo algumas mudanças no corpo da mulher, tais como

<sup>1</sup>Graduando em Fisioterapia – FAVIÇOSA/UNIVIÇOSA. Email: alinevrb3@hotmail.com

<sup>2</sup>Docente do curso de Fisioterapia – FAVIÇOSA/UNIVIÇOSA. Email: andreia@univicoso.com.br

retenção hídrica, acúmulo de gordura, alterações dermatológicas e vasculares, que podem levar também alterações psicológicas e levar a sintomas de dores, formigamento, desconforto na região abdominal e pélvica podendo irradiar para MMII, levando a uma sensação de peso e dificuldade na marcha ocorrendo uma estagnação venosa nos MMII devido à pressão do útero sobre as veias abdominais destacando a Veia Cava Inferior e pélvicas principalmente quando em posição supina, sentada e ortostática, então a Fisioterapia Dermato-Funcional pode ajudá-las a se recuperarem com recursos eficazes como drenagem linfática, massoterapia e o Peeling (ZAMPRONIO et al., 2012).

As alterações começam desde a primeira semana de gestação, com a elevação do estrogênio e progesterona, e de outros mediadores que levam as transformações no organismo. Alterações como crescimento do útero pelo desenvolvimento do bebê, aumento das mamas, ganho de peso que modificam o centro de gravidade e da postura geram compensações musculoesqueléticas (PASSOS et al., 2013).

E quando a gestante fica por muito tempo na posição ereta em pé, pode ter um aumento de edema nos MMII, e para minimizar esse aumento é preciso que a gestante descanse e eleve as pernas e também realizar o método de drenagem linfática, esse edema nos MMII é um sinal muito comum em gestantes (COUTIMHO et al., 2017).

O método de drenagem linfática oferece relaxamento e diminuição do excesso de líquido acumulados nos membros inferiores e com isso diminui também a dor. (BRONGHOLI et al., 2012).

A drenagem linfática ajuda a descongestionar as vias linfáticas, sendo realizadas manobras intermitentes e rítmicas com uma pressão leve sobre a pele (GUIRRO, GUIRRO, 2004, p.74).

## **Material e Métodos**

Foram selecionados artigos acadêmicos nas bases de dados Google Acadêmico, com datas entre 2012 a 2017 e livros sobre a Fisioterapia Dermato-Funcional. Foram utilizados para busca os seguintes descritores: Mudanças fisiológicas, gestação, dermatofuncional e tratamentos. Para análise as disfunções causadas pela gestação e métodos para amenizar edemas, dores e proporcionar relaxamento, foram procurados artigos publicados em português.

Os dados foram apresentados de forma de revisão literária.

## **Resultado e Discussão**

O método mais indicado para as gestantes é a Drenagem-Linfática, é uma técnica de massagem lenta e suave que vai ajudar a reduzir esse aumento de líquido dos tecidos, com isso diminui inchaço, reduz celulite e aparecimento de veias varicosas. O objetivo da drenagem linfática é drenar o excesso de líquido acumulado nos espaços intersticiais, os movimentos precisam ter o sentido de “mão única” sentido favorável a drenagem levando o líquido para região dos linfonodos mais próximos, com uma pressão externa exercida pela massagem manual de 25-40 mmHg nos grandes vasos linfonodais.

Alguns cuidados como controle de pressão arterial precisam ser observados, pois é uma técnica relaxante e com isso pode diminuir ainda mais a pressão arterial e FC. Outro cuidado importante é o posicionamento, pois a posição supina pode desenvolver Síndrome da Hipotensão supina levando a tonteira, palidez, taquicardia, náusea e sudorese, isso acontece pela pressão exercida pelo útero sobre a veia cava inferior e as grandes veias pélvicas, promovendo acúmulo de sangue nos MMII e diminuição do retorno venoso para o coração, causando hipotensão e diminuição do débito cardíaco. O melhor posicionamento para realizar a drenagem linfática é o decúbito lateral esquerdo, com ele não obstrui as grandes veias e permite que o sangue

que fica acumulado nos MMII retorne normalmente para circulação sistêmica.(CAMBIAGUI,2001;ZIEGEL;CRANLEY,1985,p.138-139)

De acordo com Silvia e Mejia, existem algumas contraindicações que são absolutas para se realizar a drenagem linfática manual como tumores malignos, tuberculose, infecções agudas e reações alérgicas, edemas sistêmicos de origem cardíaca ou renal e trombose venosa e existem as contra –indicações relativas que são hipertireoidismo, insuficiência cardíaca descompensada, asma e bronquite, flebite, trombose venosa profunda.

### **Considerações Finais**

Através deste trabalho de revisão bibliográfica podemos concluir que a atuação do fisioterapeuta Dermato-Funcional na aplicação da técnica de drenagem linfática realizada de maneira correta pelo profissional que leve em conta o estado gravídico e seja atento as contraindicações da técnica pode trazer muitos benefícios para as gestantes, sendo muito eficaz por aliviar dores, reduzir edema e proporcionar relaxamento por ser extremamente agradável.

### **Referências Bibliográficas**

PASSOS, A.F.M.S., NOBREGA, SILVA, J. M.S., COSTA, Í. C. Ocorrência de alterações dermatológicas e vasculares em gestantes de uma Unidade Básica de Saúde de Campina Grande, PB. **Rev. Bras. Pesq. Saúde**, Vitória,15(4): p. 110-116, out./dez. 2013.

SILVA, M.D: BRONGHOLI, K. **Drenagem Linfática corporal no edema gestacional**. Disponível em: <<http://files.sandrabarbosa.webnode.com.br/200000127-c3432c43cf/ARTIGO%20OBSTETR%3%8DCIA.pdf>>. Acesso em: 21/03/2018.

ZAMPRONIO, F.P.C; DREHER, D. Z. **Atuação da Fisioterapia Dermato-Funcional nas Disfunções Estéticas decorrentes da gravidez.** Disponível em: <<http://bibliodigital.unijui.edu.br:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/498/ARTIGO-pos-fisioterapia-dematofuncional.pdf?sequence=1>>. Acesso em: 21/03/2018.

GUIRRO, E; GUIRRO, R. **Fisioterapia Dermato- Funcional.** 3ª Edição. Barueri, SP: Manole, 2004. Revisada e Ampliada, 73 p.

COUTINHO, C.S; KASMIERSKI, M. M; CARON, C. V. **Os efeitos da drenagem linfática manual do método Leduc nos edemas dos membros inferiores das gestantes.** Esp., Palhoça, 2017.