E-Book

Drenagem Linfática Manual

Cortesia oferecida pelo Instituto Sarkis de Educação e Saúde

Facilitadora: Dra. Taiane Carvalho

Curriculum Lattes

1. Fisioterapeuta com Pós graduação em acupuntura;
2. Pós-graduada em farmacologia clínica chinesa;
3. Formação em 21 fórmulas magistrais da fitoterapia chinesa;
4. Formação em acupuntura estética facial e corporal;
5. Formação em Protocolos de acupuntura em obesidade;
6.Formação em Auriculoacupuntura;
7. Formação em Shiatsu;
8. Formação em reflexoterapia podal;
9. Formação em Reiki Xamânico Amadeus;
10. Formação em Cromoterapia;
11.Formação em Drenagem linfática pelo método Leduc;
12. Formação em Massagem modeladora;
13. Formação em cosmetologia corporal;
14. Formação em Protocolos estéticos faciais;
15. Formação em fototermoeletroterapia em medicina estética;
16. Formação em Fisioterapia urológica e uropediatria;
17. Formação no Método Pilates;
18. Formação em Tape elástico funcional; entre outros

Prof.ª Taiane Carvalho

DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL

Desde a antiguidade os médicos gregos possuíam noções sobre a linfa e os vasos linfáticos, sendo conhecidos desde as primeiras dissecações fitas por Hipocrátes (450 a.C.) e Vesalius (século XVI). Em 1651, Pecquet observou o ducto linfático, descrevendo a "Cisterna de Chilli", comprovando que o quilo não é drenado para o fígado e sim para um local determinado, que posteriormente recebeu o nome de Cisterna de Picquet. Em 1628, Gassend fez uma descrição de veias leitosas que ele observou em um cadáver de um condenado à morte, porém, a grande importância em estudo e funções da linfa são dadas ao anatomista dinamarquês Thomas Bartholin, que dedicou sua tese ao Rei Frederico III da Dinamarca, comparando a circulação linfática ao fértil vale do Rio Nilo. Estudos feitos entre 1652 e 1654 por Bartholin, denominados Sistema Linfático, serviram para o desenvolvimento e a descoberta da Linfografia, que foi inicialmente praticada em animais por Funaok e vários estudiosos (1929), utilizando compostos hidrocarbonados de iodo. Posteriormente, esses métodos foram aperfeiçoados (1960) e atualmente utilizam-se substâncias de contrastes oleosos que permitem melhor observação dos gânglios.

A Drenagem Linfática teve sua prática introduzida pelo médico, sociólogo e doutor em Filosofia dinamarquês D. Emil Vodder, no tratamento de afecções crônicas das vias respiratórias superiores, executando movimentos suaves e cadenciados de rotação nas cadeias ganglionares do pescoço, tendo obtido resultados surpreendentes na recuperação dos pacientes. A técnica da DLM foi assim introduzida pelo casal Estrid e Emil Vodder, e posteriormente desenvolvida e aprimorada por Albert LeDuc. A partir de 1930 a DLM tornou-se conhecida e muito usada nos países desenvolvidos. Atualmente a drenagem linfática pode ser realizada também com o auxílio de aparelhos eu estimulam a circulação linfática.

A DLM é uma técnica de compressão manual dos tecidos, que utiliza pressões intermitentes, e estimula a circulação linfática, acelerando a absorção de líquidos e das macromoléculas do tecido intersticial, pela ativação da capacidade peristáltica dos vasos linfáticos. Estimula também o processo imunitário, ao aumentar, na zona cortical dos gânglios linfáticos, a produção de linfócito.

Efeitos da Drenagem Linfática Manual:

- Aumento da capacidade de admissão dos capilares linfáticos;
-Aumento da velocidade da linfa transportada;

- Aumento da quantidade de linfa filtrada processada pelos gânglios linfáticos;
- Aumento da oxigenação e desintoxicação da musculatura esquelética;
- Aumento do peristaltismo intestinal;
- Aumento da diurese;
- Otimização das imunorreações celulares;
- Diminuição das aderências e retrações cicatriciais;
- Maior eficiência celular;
- Maior eficiência da nutrição dos tecidos.

Indicações da Drenagem Linfática Corporal:

Circulação de retorno comprometida; Tecido edemaciado; Varizes; Varicoses; Cicatrização; Menopausa; Cansaço nas pernas; Gestação; Celulite; Pré e pós cirúrgia plástica; Linfedema; Dores musculares; Relaxamento; Hematomas; Olheiras.

Indicações da Drenagem Linfática Manual Facial:

Tratamento de rejuvenescimento; Acne; Fragilidade Capilar; Edemas palpebrais; Pré e pós cirurgia plástica.

Contra-Indicações Parciais:

Câncer diagnosticado e estabilizado; Insuficiência cardíaca controlada; Insuficiência renal crônica; Hipertensão; Reação inflamatória crônica.

Contra-Indicações Totais:

Câncer; Tromboflebite; Trombose; Septicemia; Hipertiroidismo; Reação inflamatória aguda; Insuficiência cardíaca não controlada; Processos viróticos; Febre; Gestação de alto risco; Hipertensão não controlada.

Manobras de Drenagem:

1) ***Pressão e Descompressão -*** Aplica-se pressão gradual e suave seguida de descompressão gradual e suave com as falanges dos dedos, sobre a mesma área várias vezes, com deslizamentos superficiais no sentido da circulação linfática (circulação de retorno).
2) ***Anel -*** Esta manobra é exigida quando o edema atinge grandes áreas. O procedimento pode ser usando uma ou duas mãos, formando uma argola com os dedos polegar e indicador. A pressão deve sempre obedecer o sentido da drenagem fisiológica.

3) ***Varredura –*** Com as duas mãos abertas em deslizamento superficial, partindo da cintura, abrindo as mãos pelo abdome até as regiões ilíacas, terminando com o bombeamento dos gânglios linfáticos.
4) ***Bombeamento*** – As mãos são acopladas no tecido a ser drenado, iniciando-se movimentos ondulatórios, com pressões decrescentes da palma para os dedos, de forma intermitente (compressão e descompressão), num total de 5 movimentos. A direção e o sentido da pressão da drenagem é determinada pela localização das vias.
5) ***Drenagem dos linfonodos*** – É necessário o conhecimento da localização dos linfonodos acessíveis à massagem. Inicia-se a drenagem dos linfonodos pelo contato direto dos dedos indicador e médio do terapeuta com a pele do paciente. Os dedos devem estar numa posição quase perpendicular aos vasos e ao nível dos linfonodos. A manobra é realizada com leve pressão.

SEQUÊNCIA DE ABERTURA

As manobras de abertura são realizadas no inicio da drenagem linfática e têm como objetivo desobstruir e liberar a linfa acumulada no sistema, assim como tonificar e estimular os tecidos adjacentes às áreas de drenagem para receberem a linfa que será movimentada na etapa subsequente, ou seja, a terapêutica DLM propriamente dita. Com os movimentos de abertura, a circulação da linfa é acelerada, os vasos e capilares são ativados, e os ductos principais são esvaziados. A drenagem deverá terminar com as manobras de fechamento. No fechamento, repetir os quatro movimentos de abertura, ou então somente o Pescoço.

1- Pescoço (Bombear 3x5)
2- Axilas (Bombear 3x5)
3- Mediastino (Bombear 3x5)
4- Subclávia (Bombear 3x5)

SEQUÊNCIAS - CORPORAL

Abertura + Mamas + MMSS + Fechamento
Abertura + Mamas + Abdome + Fechamento
Abertura + Abdome + MMII Frente + Fechamento
Abertura + Abdome + MMII Frente + MMII Posterior + Fechamento
Abertura + Abdome + MMII Frente + Glúteos + Fechamento
Abertura + Abdome + Costas + Fechamento

ABDOME

1) Deslizamento Longo (10x)
2) Bombear Cisterna (10x – tempo da respiração)
3) Circular pequeno (20x)
4) Circular grande (20x)
5) Bombear 4 posições (4x5)
6) Bombear Fossa Ilíaca (3x5)
7) Caminhar na Cintura (10x)
8) Puxar da Lateral (10x)
9) Deslizamento Longo (10x)

Quer ter acesso a todo esse conhecimento na Prática?

Acesse o link do vídeo abaixo

https://cursosonline.institutosarkis.com.br/cdl-entrega-video

No nosso curso existem muitas sequências e padrões de movimento que aqui não foram descritas, proporcionamos gratuitamente uma "pitada" de toda essa técnica fantástica que cada vez mais se populariza entre os "famosos" que buscam perder o excesso de fluido corporal em estagnação. Quer conhecer tudo sobre a técnica acesse o nosso site ou entre em contato com um dos nossos consultores, e realize agora toda a nossa formação em Drenagem Linfática Manual. TEMOS CONVICÇÃO QUE VOCÊ IRÁ SE SURPREENDER!

Contatos

http://cursosonline.institutosarkis.com.br/cursodrenagemlinfatica

Email: institutosarkisdigital@gmail.com

Whats app: (75) 99100-2586