

DRENAGEM LINFÁTICA EM MEMBROS INFERIORES NO PERÍODO GESTACIONAL

¹Danielli de Cassia F. SCALCO; ¹Carolina Aparecida FERREIRA; ²Daniara Firmino PRAXEDES; Tarise Carvalho BORGES

¹ Estudante de Cosmetologia e Estética/UNINCOR- danidecassiascalco@hotmail.com

¹ Estudante de Cosmetologia e Estética/UNINCOR- carolinaferreira92@hotmail.com

¹ Estudante de Cosmetologia e Estética/UNINCOR- daniara.praxedes@hotmail.com

² Orientadora/Professora do Curso de Cosmetologia e Estética/UNINCOR-
Tarise_borges@hotmail.com

Palavras Chave: Drenagem Linfática, Gestação

RESUMO

A gestação é o período onde ocorrem transformações no corpo da mulher, apresentando mudanças físicas e emocionais. Tais ajustes ocorrem em resposta ao aumento da carga fisiológica desde a primeira semana de gestação até o seu término. Provavelmente em nenhum outro momento da vida exista maior mudança no funcionamento e forma do corpo humano em tão curto espaço de tempo. Uma das alterações fisiológicas relaciona-se com a pressão venosa nos membros inferiores, que nesse período pode se encontrar aumentada, sendo que essa alteração é provocada pela pressão do útero gravídico sobre as principais veias abdominais e pélvicas, o que justifica um desvio da parte líquida do sangue para o espaço extra vascular e, subsequentemente, um edema de pernas e pés tornando mais difícil o cotidiano das gestantes, comprometendo sua qualidade de vida. Contudo a drenagem linfática auxilia no retorno do líquido extravasado, dando uma sensação de alívio e facilitando as atividades diárias, levando enfim ao relaxamento e bem estar. Pretende-se neste estudo, mostrar os benefícios da drenagem linfática, bem como avaliar a efetividade e segurança dessa técnica em membros inferiores no período gestacional. O presente estudo foi desenvolvido em duas etapas, a primeira constituída de análises bibliográficas relacionadas à temática aludida, seguindo-se de estudo de campo, através da aplicação de questionários, sendo que foram aplicados 50 questionários para mulheres que utilizam ou utilizaram a técnica de drenagem linfática em membros inferiores no período gestacional. Este estudo se enquadra como uma pesquisa exploratória com abordagem quali-quantitativa. O resultado da pesquisa salienta que 62% das entrevistadas apresentam inchaço nas pernas e pés durante o período da gestação, 100% das mesmas utilizaram da técnica e obtiveram os seus benefícios. De acordo com 60% apresentaram sensação de alívio após a técnica de drenagem linfática. Esta pesquisa tem relevância por trazer dados científicos que demonstram o quanto a drenagem linfática auxilia no período de gestação, facilitando e melhorando aspectos que atrapalham e impedem uma vida cotidiana.