



**FACULDADE DE EDUCAÇÃO E MEIO AMBIENTE**

**MAGDA BEATRIZ ANDREOLA DE CARVALHO BORGES**

**MÉTODO VODDER COMO TRATAMENTO DE EDEMA  
GESTACIONAL**

Ariquemes – RO

2016

**Magda Beatriz Andreola de Carvalho Borges**

# **MÉTODO VODDER COMO TRATAMENTO DE EDEMA GESTACIONAL**

Monografia apresentada ao curso de graduação em Fisioterapia da Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA, como requisito parcial a obtenção do grau de Bacharel em Fisioterapia.

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Ms. Maiara Lazaretti Rodrigues do Prado

Ariquemes - RO

2016

**Magda Beatriz Andreola de Carvalho Borges**

**MÉTODO VODDER COMO TRATAMENTO DE EDEMA  
GESTACIONAL**

Monografia apresentada ao curso de graduação em Fisioterapia da Faculdade de Educação e Meio Ambiente, como requisito parcial a obtenção do grau de bacharel.

**COMISSÃO EXAMINADORA**

---

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Ms. Maiara Lazaretti Rodrigues do Prado  
Faculdade de Educação e Meio Ambiente - FAEMA

---

Prof.<sup>a</sup> Ms Pécisia Regina Menz  
Faculdade de Educação e Meio Ambiente - FAEMA

---

Prof.<sup>a</sup> Esp. Patrícia Caroline Santana  
Faculdade de Educação e Meio Ambiente - FAEMA

Ariquemes, 18 de novembro 2016.

Dedico a minha família, em especial meu esposo Djonatã e meus Filhos Anthony e Théo, pois sem o apoio, dedicação e carinho deles nesse momento não seria possível a conclusão desta etapa em minha vida.

## **AGRADECIMENTOS**

Primeiramente a Deus pelo dom da vida e da saúde, por sempre me guardar nas viagens durante esta linda e inesquecível trajetória.

A minha mãe Beatriz pela minha vida, por suas orações, que mesmo na distância da correria da vida nossos corações sempre serão um.

A minha família em especial meu esposo Djonatã, pela força, apoio, confiança e motivação, que juntamente com meus filhos Anthony e Théo sempre me acolheram no final do dia com muito amor.

Aos meus sogros Dilceu e Carmen que com todo carinho de Avós cuidam minha família na minha ausência.

A minha irmã Maisluci por sempre estar disposta a cuidar dos meus filhos como se fossem seus e pela força e confiança.

A minha orientadora Professora Ms. Maiara Lazaretti Rodrigues do Prado que em meio a muitos eventos de dificuldades me acolheu com dedicação e paciência sempre disposta a me auxiliar.

Aos meus amigos de curso em especial Aline, João e Marinês por tantos perigos superados nas viagens, pelo carinho e companheirismo desta jornada, e ainda as amigas Luana e Lindeglaciene que sempre estiveram comigo nos momentos de dificuldades, todos guardados na minha história e no meu coração.

As minhas amigas de trabalho Edina, Neide e em especial Eliene por sempre me auxiliar nos atendimentos colaborando com meus estudos.

A Comissão Examinadora as professoras Mestre Pécia Regina Menz e professora Especialista Patrícia Caroline Santana pela gentileza de se fazerem presente neste dia.

Em fim sou grata a todos que de alguma forma contribuíram para que este caminho fosse traçado com sucesso.

“Você pode ter defeitos, viver ansioso e ficar irritado algumas vezes, mas não se esqueça de que sua vida é a maior empresa do mundo. Só você pode evitar que ela vá à falência. Há muitas pessoas que precisam, admiram e torcem por você.

É importante que você sempre se lembre de que ser feliz não é ter um céu sem tempestades, caminhos sem acidentes, trabalhos sem fadigas, relacionamentos sem decepções. Ser feliz é encontrar força no perdão, esperança nas batalhas, segurança no palco do medo, amor nos desencontros.”

Augusto Cury

## RESUMO

**Introdução:** Durante a gestação, o corpo da mulher sofre várias alterações anatomofisiológicas. E devido essas alterações é comum a gestante apresentar edema gestacional, isso ocorre devido ao acúmulo de líquidos retidos nos tecidos. No terceiro trimestre, o edema gestacional é notável, localizado principalmente nos tornozelos e pés. O método Vodder é uma técnica realizada pelo fisioterapeuta, na qual promove a ativação da drenagem de líquidos que estão acumulados no espaço intersticial, ou seja, essa técnica ajuda estimular e auxilia o sistema linfático em sua função. Portanto, este estudo consiste numa revisão de literatura sobre os benefícios do método Vodder no edema gestacional. Foram realizadas buscas referentes ao tema abordado em artigos publicados nas bases de dados BSV (biblioteca virtual de saúde), LILACS (literatura latino - americana e do caribe em ciências da saúde), SCIELO (scientific electronic library online) Google acadêmico e acervo da biblioteca Júlio Bordignon da Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA e acervo próprio. O método Vodder é uma técnica importante para auxiliar o funcionamento do sistema linfático, facilitando o retorno circulatório, consequentemente reduzindo o edema e também promove um relaxamento corporal.

**Palavras-chave:** Sistema Linfático, Drenagem, Edema e Gestação.

## **ABSTRACT**

Introduction: During pregnancy, a woman's body undergoes several anatomical and physiological changes. And because these changes is common to pregnant women presenting gestational edema occurs due to accumulation of fluid retained in the tissues. In the third quarter, gestational edema is remarkable, mainly located in the ankles and feet. The Vodder method is a technique used by the physical therapist, which promotes the activation of fluid drainage are retained in the interstitial space, that is, this technique helps to stimulate and assists the lymphatic system in its function. Therefore, this study is a literature review on the benefits of Vodder method in gestational edema. on the topic searches were conducted addressed in articles published in databases BSV (virtual library of health), LILACS (Latin literature - American and Caribbean health sciences), SCIELO (scientific eletronic online library) Google Scholar and library collection Julius Bordignon, Faculty of Education and Environment - FAEMA and own collection. The Vodder method is an important technique to assist the operation of the lymphatic system, facilitating the return circulation, thereby reducing edema and also promotes body relaxation.

Keywords: Lymphatic System, Drainage, Edema and pregnancy.

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1	- Circulação Sanguínea e Linfática.....	16
Figura 2	- Linfonodos.....	17
Figura 3	- Ductos e Suas Distribuições de Áreas Drenadas.....	18
Figura 4	- A) Movimentos Círculos Fixos, B) Bombeamento, C) Doador e D) Giratório ou Rotação .....	19
Figura 5	- Edema em Membro Inferior.....	22
Figura 6	- Sentido do Fluxo da Linfa na Drenagem Linfática.....	23

## LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AVD's	Atividades diárias
AVP's	Atividades profissionais
COFFITO	Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional
DLM	Drenagem linfática manual
FAEMA	Faculdade de Educação e Meio Ambiente
FC	Frequência cardíaca
LILACS	Literatura Latino - Americana E Do Caribe Em Ciências Da Saúde
MMII	Membros Inferiores
MMSS	Membros superiores
PA	Pressão arterial
SCIELO	Scientific Eletronic Library Online

## SUMÁRIO

<b>INTRODUÇÃO</b> .....	12
<b>2. OBJETIVOS</b> .....	14
2.1 OBJETIVO GERAL.....	14
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	14
<b>3. METODOLOGIA</b> .....	15
<b>4. REVISÃO DE LITERATURA</b> .....	16
4.1 SISTEMA LINFÁTICO.....	16
4.2 MÉTODO VODDER.....	19
4.3 MÉTODO VODDER NO PERIODO GESTACIONAL.....	20
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	25
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	26

## INTRODUÇÃO

No período de gestação o corpo da mulher passa por constantes transformações devido a várias mudanças hormonais, como o aumento do volume sanguíneo para o útero e rins, deslocamento e aumento do útero, crescimento do feto, além do ganho de peso levando a alterações no centro gravitacional e na postura, contudo a gestante vem a relatar várias queixas. Outra alteração muito frequente são os edemas em membros inferiores (MMII), ocorre devido ao acúmulo de líquidos retido no interstício, principalmente no terceiro trimestre (CARDOSO, 2013).

Para Alves et. al. (2005), as modificações decorrente no corpo da gestante se dá a alterações hormonais e mecânicas, as quais se caracterizam por elevados níveis de estrogênio, progesterona, beta HCG, prolactina e mediadores que transformam as funções do corpo da mulher neste período.

São vários os fatores que provocam o acúmulo de líquidos no interstício em gestantes, sendo conhecido por edema gestacional, na qual afeta cerca de 80% das gestantes e diminui após o parto (MACHADO; et al., 2012).

A drenagem linfática manual consiste em um recurso terapêutico com a finalidade de reduzir ou diminuir o acúmulo de líquidos no interstício, visando principalmente auxiliar a função do sistema linfático. Essa técnica consiste em uma massagem suave e lenta, devido à anatomia do sistema linfático (DREHER e ZAMPRONIO, 2011).

O método Vodder é uma técnica que pode ser realizada pelo fisioterapeuta, na qual promove a ativação da drenagem do líquido e recolocando-o em movimento, com isso tendo uma melhor absorção dos líquidos em excesso e por fim, estimulando e auxiliando o sistema linfático em sua função fisiológica (SILVA; BRONGHOL, 2012).

O método Vodder é uma técnica que a fisioterapia bastante utiliza, pois é de fácil aplicação, baixo custo e não necessita de equipamentos específicos, com isso proporciona as gestantes benefícios para o tratamento de edemas gestacionais e também um bem estar físico (GODOY ET AL., 2005).

Portanto, o objetivo deste trabalho foi descrever sobre os benefícios do método Vodder sendo uma terapia manual que é bastante utilizada pela fisioterapia no edema gestacional, na qual essa técnica favorece a abertura dos capilares linfáticos eliminando e estimulando o movimento de líquido intersticial, permitindo ao sistema linfático gerar uma reabsorção mais eficiente destes excessos de líquido e das macromoléculas.

## 2. OBJETIVOS

### 2.1. OBJETIVO GERAL

- ✓ Descrever os benefícios do método Vodder em edema gestacional.

### 2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Discorrer sobre o sistema linfático;
- ✓ Descrever sobre a fisiopatologia do edema gestacional;
- ✓ Descrever sobre a técnica de Vodder;
- ✓ Descrever sobre o método Vodder no período gestacional.

### **3. METODOLOGIA**

O presente estudo trata-se de uma revisão de literatura referente os benefícios do método Vodder no edema gestacional. Para a realização do estudo foram utilizados: artigos publicados nas bases de dados BSV (biblioteca virtual de saúde), LILACS (literatura latino - americana e do caribe em ciências da saúde), SCIELO (scientific electronic library online), Google acadêmico e acervo da biblioteca Júlio Bordignon da Faculdade de Educação e Meio Ambiente – FAEMA e acervo próprio.

Com critérios de inclusão foram aceitos obras publicadas no idioma português e inglês nos últimos 10 anos, e ainda algumas obras consideradas clássicas publicadas antes da data da referenciada, e como critério de exclusão obra em outros idiomas e sem relevância para o tema.

## 4. REVISÃO DE LITERATURA

### 4.1. SISTEMA LINFÁTICO

O sistema linfático é constituído por uma rede de vasos capilares e sua anatomia consiste em capilares linfáticos, vasos pré-coletores e coletores, troncos linfáticos, ducto linfático, linfonodos e linfa (GUYTON; HALL, 2006).

Aproximadamente 60% do peso corporal magro consistem em água, sendo que dois terços desses líquidos estão no meio extracelular, com isso os vasos linfáticos são distribuídos pelo corpo e atuam drenando esse excesso do líquido extracelular (GUYTON; HALL, 2006).

A principal função do sistema linfático é a drenagem do excesso de líquido no interstício e carrear esse líquido de volta a circulação sanguínea. Isso ocorre quando o sangue passa pelos capilares, parte deste líquido extravasa para o meio extracelular e grande parte desse líquido tissular é reabsorvida pelos capilares e reincorporada a corrente sanguínea (figura 1) (BORGES, 2016).

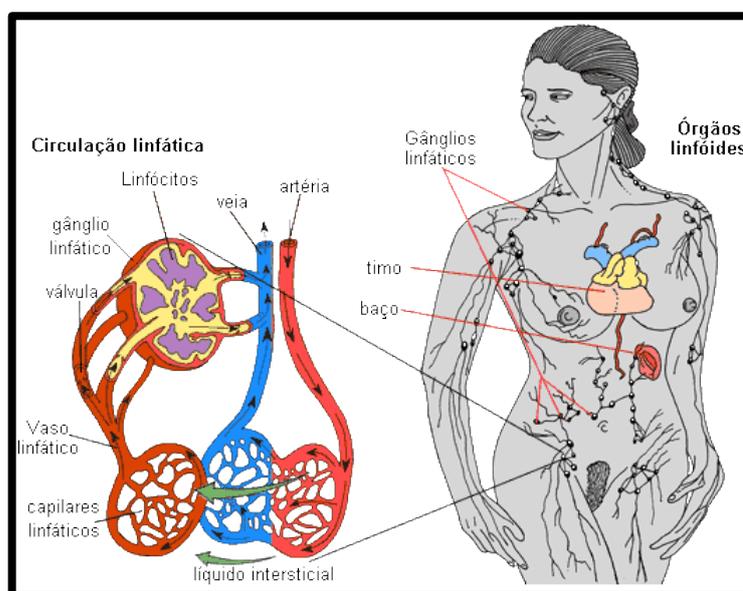


Figura 1 – Circulação Sanguínea e Linfática

Fonte: Helihy; Maebius, (2002).

Os vasos linfáticos terminais são chamados de capilares linfáticos e ficam próximos aos capilares sanguíneos, são responsáveis por capitem os fluidos,

proteínas intersticiais e partículas importantes como bactérias e quando esses fluidos estão dentro do sistema linfático são denominadas linfa. Os linfonodos filtra a linfa transportada pelos vasos linfáticos (OLIVEIRA, 2010).

Os linfonodos (Figura 2) se localizam em regiões estratégicas do corpo com aparência de estruturas esponjosas e realiza a sua principal tarefa de filtrar a linfa. Os linfonodos possuem canais finos com a presença de leucócitos, com função protetora, identificam o invasor e começam a se multiplicar para combater os microrganismos, formando inchaços chamados de ínguas (GUIRRO E GUIRRO, 2004).

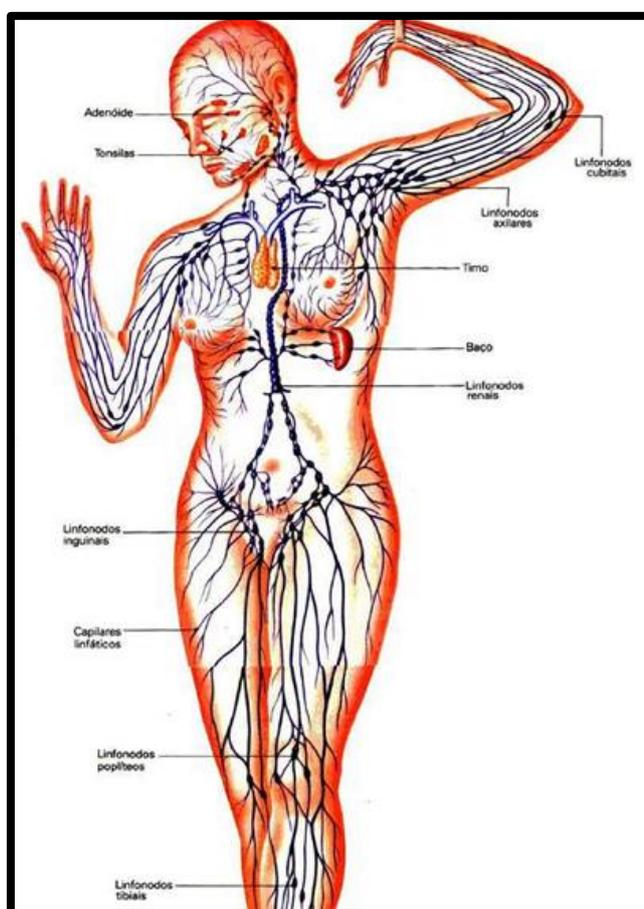


Figura 2 - Linfonodos

Fonte: Silverthorn (2003).

O Ducto torácico é o maior ducto linfático do corpo que coleta maior parte de linfa, que se estende do abdômen até o pescoço, e também é responsável por receber a linfa dos MMII e órgãos abdominais. A única região do corpo que a linfa não é drenada é pelo canal ao lado direito da cabeça e pescoço, membro superior direito e lado direito do córtex cerebral. O ducto torácico esquerdo é diretamente

responsável por trazer a linfa à parte esquerda da cabeça com o tronco subclávio esquerdo, do braço esquerdo é formado a conexão do tronco jugular esquerdo, encaminhando à linfa a parte esquerda da cabeça, juntamente com o tronco subclávio esquerdo. Já o ducto direito é responsável por receber a linfa do Membro superior direito e hemotórax direito, drena até a veia subclávia direito, devolvendo para a circulação, formando pela união do tronco jugular direito e troncos subclávios brancos mediastino ascendente e direito. Sendo que o ducto torácico recebe a linfa dos MMII e Membro superior esquerdo e abdômen a veia subclávia esquerda (YAMATO, 2007).

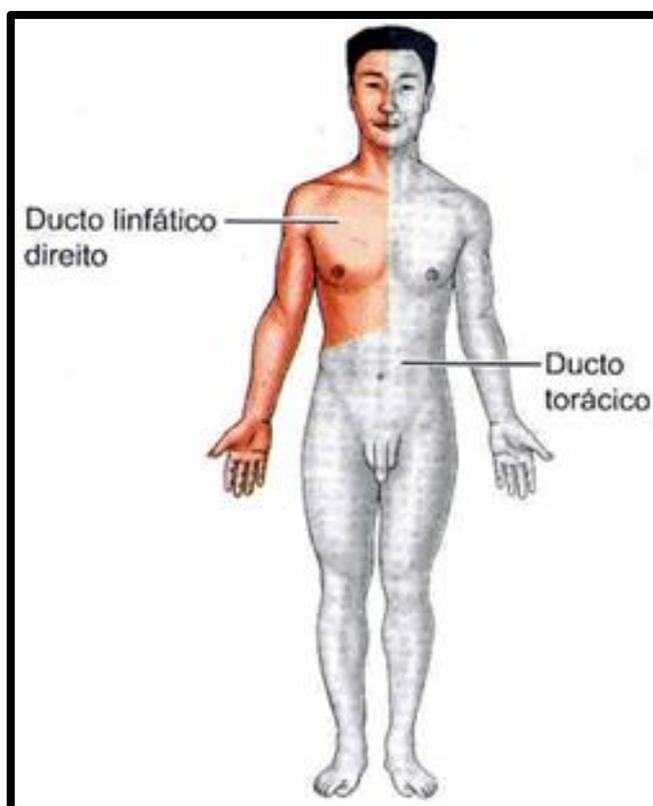


Figura 3 – ductos e suas distribuições de áreas drenadas

Fonte: Herlihy; Maebius, (2002).

O baço é um órgão linfático do corpo rico em linfonodos e tem grande importância no desempenho de algumas funções como filtragem do sangue com a destruição de substâncias estranhas, restos de tecidos, micróbios, células do sangue desgastadas como eritrócitos, leucócitos e plaquetas, participando na resposta do sistema imunológico e possui reação a alguns agentes infecciosos, e armazenamento de hemácias (SANTOS; MEIJA, 2013).

## 4.2. MÉTODO VODDER

Em 1936 o Dr. Emil Vodder adaptou um método inteligente chamado método de Drenagem Linfática. A drenagem linfática manual é uma técnica de compressão manual dos tecidos, com pressões intermitentes objetivando aumentar o fluxo da circulação linfática, inicialmente para tratamento de patologias que ele tratava de enfermidades que seus pacientes possuíam, sendo sinusite, renite, gripes, e com a realizando e manipulação dos gânglios linfáticos através de movimentos circulares suaves, obtendo uma melhora no estado de saúde daqueles pacientes (CAMARGO, 2000).

O método Vodder é uma massagem que envolve apenas a superfície cutânea seguindo as vias linfáticas do organismo. Esse método auxilia no escoamento dos líquidos excedentes que circundam as células, sustentando desta forma o balanceamento hídrico no interstício, permitindo banimento de degradações ou resíduos provenientes do metabolismo celular (GUIRRO E GUIRRO, 2004).

O método Vodder diferencia-se por quatro tipos de movimentos: círculos fixos, movimentos de bombeamento, movimentos do doador e movimento giratório ou de rotação, todos realizados de 5 a 7 vezes no mesmo lugar;

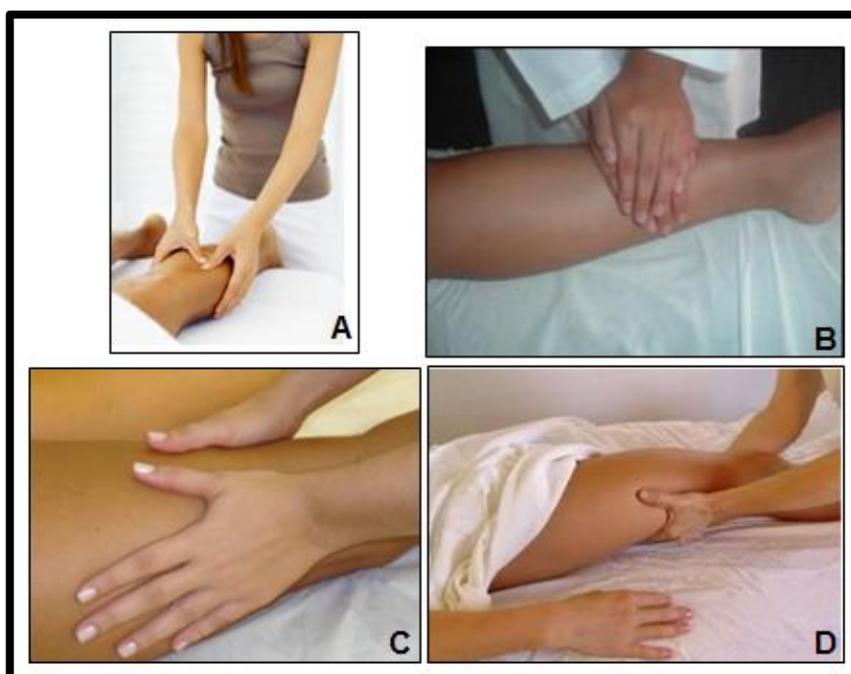


Figura 5 – A: Movimentos Círculos Fixos, B: Bombeamento, C: Doador e D: Giratório ou Rotação.

Fonte: GUIRRO; GUIRRO, (2004).

O movimento dos círculos fixos são movimentos circulares com os dedos, promovem o estiramento do tecido causando uma pressão e descompressão, visando à captação da linfa por meio da massagem manual com a mão espalmada sobre a pele e realizando movimentos circulares com os dedos (GUIRRO; GUIRRO, 2004).

O movimento de bombeamento é uma manobra manual na qual as mãos são posicionadas no tecido a ser drenado, iniciando movimentos ondulatórios, o direcionamento da manobra deve ser no sentido das vias linfáticas, com pressões decrescentes da palma da mão para os dedos de forma não contínua de compressão e descompressão (GUIRRO; GUIRRO, 2004).

O movimento do doador o posicionamento das palmas das mãos deve estar perpendiculares às vias de drenagem, os movimentos se repetem de imediato na região adjacente à região manipulada, baseada em manobras que consistem em arrastar, combinando vários movimentos, e podem ser posicionadas proximal ou distal, seguindo sempre o fluxo da linfa (GUIRRO; GUIRRO, 2004).

O movimento giratório ou rotação, o posicionamento da região palmar do terapeuta fica sobre a superfície a ser drenada com movimentos de desvio ulnar com as mãos no sentido da drenagem proposta e todas as manobras devem ser realizadas totalizando de 5 a 7 movimentos (GUIRRO; GUIRRO, 2004).

O objetivo do método Vodder é de recolocar em movimento e estimular o sistema imunológico. As manobras devem conter ritmos uniformes e lentos, para obter sensações agradáveis e relaxantes. O método deve ser realizado com manobras na frequência determinada e tempo indicado, sempre obedecendo ao sentido da circulação linfática de retorno, para não sobrecarregar o membro afetado, aumentando a absorção com a pressão adequada e suficientemente para propulsionar o líquido do interstício para dentro dos capilares linfáticos (BORGES, 2006).

#### 4.3. MÉTODO VODDER NO PERÍODO GESTACIONAL

O corpo da gestante sofre algumas alterações anatômicas e hormonais que consiste de um processo fisiológico, para auxiliar no desenvolvimento do feto. No

entanto essas alterações podem trazer como consequência a dor e limitações de gestante em suas atividades de vida diárias (SILVA; BRONGHOLI, 2004).

No terceiro trimestre, a gestante apresenta um grande aumento da anatomia do útero, dor lombar, micção frequente, entre outras alterações. O edema gestacional ocorre principalmente em membros inferiores, podendo ser adquiridas através do sobrepeso, fadiga e intercorrências de acordo com o quadro de cada gestante. Para saber o que é fisiológico do que é patológico na gestante, o fisioterapeuta necessita compreender as alterações decorrentes da gestação (SILVA; BRONGHOLI, 2004).

O edema gestacional acomete principalmente os membros inferiores e a sua etiologia consiste no aumento da permeabilidade capilar, aumento da pressão capilar e diminuição da pressão coloidosmótica na qual provoca uma insuficiência das válvulas venosas (BARBOSA, 2012).

A prevenção e o tratamento do edema gestacional devem ser acompanhados por uma equipe multiprofissional, pois pode desenvolver hipertensão ou pré-eclâmpsia. Além disso, a associação entre edema e varicosidades pode propiciar o desenvolvimento de trombose venosa profunda e tromboflebite (MACHADO et al, 2012).

Um das observações na gestante é o retorno venoso, que com o aumento da pressão aplicada sobre o sistema venoso pode levar à insuficiência valvular e ao aspecto tortuoso nas veias superficiais. O edema acumulado de modo anormal nos membros inferiores pode causar a compressão do nervo cutâneo femoral localizado na lateral da coxa ao passar pelo ligamento inguinal. Quando o edema está na região do tornozelo, pode comprimir o nervo tibial posterior em seu percurso posterior ao maléolo medial, ocasionando parestesias e fraqueza muscular.

O método de Vodder em gestante é realizado principalmente nos membros inferiores, sendo importante salientar que este método é superficial, feito de uma forma contínua e lenta, para a linfa ser conduzida de maneira rítmica e progressiva. A pressão deve ser leve e suave, superando a pressão interna fisiológica, podendo chegar entre 25 a 40 mmHg nos grandes vasos linfáticos (EMRICH, 2013).

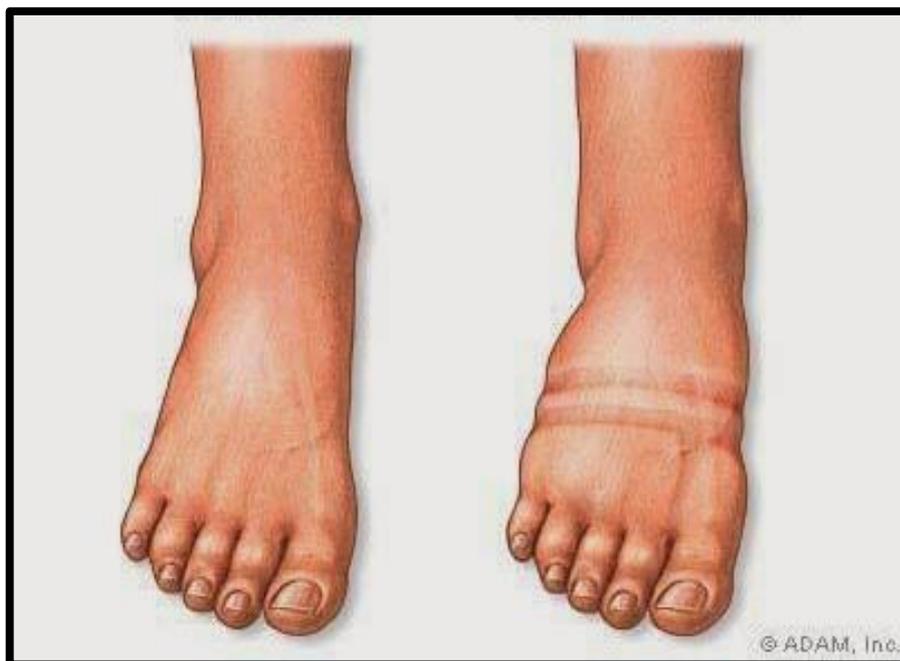


Figura 4 – Edema em membro inferior

Fonte: GUIRRO; GUIRRO, 2004.

O método de Vodder apresenta resultados positivos e significativos na diminuição de edemas. Contudo a técnica possui contraindicações relativas em casos de hipertireoidismo, asma, bronquite, flebite e trombose venosa profunda, nesses casos a técnica não pode ser aplicada (RIBEIRO, 2004).

Não é recomendada a utilização de nenhuma técnica de drenagem linfática manual na região abdominal da gestante, pois essas manobras podem estimular as contrações uterinas, levando a um aborto espontâneo. É preciso a máxima atenção com relação ao número de sessões que está sendo aplicada a técnica, recomendado de duas a três sessões por semana, com objetivo de não sobrecarregar o sistema linfático da gestante (RIBEIRO, 2004).

A realização do método Vodder em gestante tem como objetivo auxiliar a função do sistema linfático, podendo ser avaliado na comparação da perimetria dos MMSS e MMII antes e após a aplicação da técnica e o método deve ser monitorado pelos sinais vitais como pressão arterial, frequência cardíaca e peso corporal (SILVA; BRONGHOLI, 2004).

Para a realização do método o fisioterapeuta deve posicionar a gestante em decúbito dorsal, e posteriormente na posição de decúbito lateral direito e esquerdo. Com os MMII apoiados por um travesseiro, e posicionados com elevação aproximadamente à 45°. Iniciado a estimulação em bombeamento dos linfonodos

axilares, supra e infraclaviculares, externos, inguinais, poplíteos e posteriores aos maléolos em seguindo a realização do método de Vooder por manobras de distal para proximal em ambos MMII, MMSS e tronco (SILVA; BRONGHOLI. 2004).

De forma progressiva e harmônica o fisioterapeuta pode intervir com manobras de massagens num ritmo contínuo e lento para que a linfa seja conduzida gradativamente, sempre com a pressão leve e suave, buscando sempre preservar a integridade dos tênues capilares conforme (figura 6), tendo em vista os efeitos positivos da técnica e bem estar da gestante (BORGES, 2006).

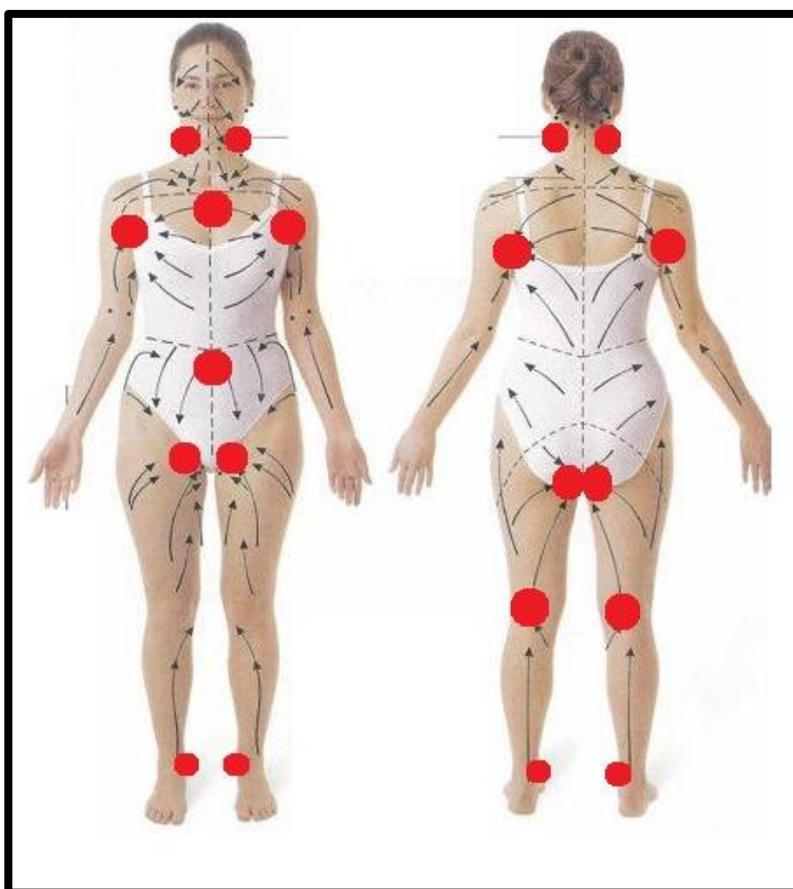


Figura 6 – sentido do fluxo da linfa na drenagem linfática

Fonte: Magazoni, (2013).

Segundo estudos comparativos de Silva, Brongholi (2004), ressalta-se que o método é de fácil adaptação pelas pacientes, que indicaram estar realmente satisfeitas com o tratamento, pois além da redução do edema e relaxamento posterior à terapêutica, relataram realizar suas AVD's e AVP's de forma mais eficaz, contribuindo para um melhor estado geral dessas gestantes e melhora no sono.

Análise realizada por Fernandes (2015) aponta a realização do método Vodder como uma opção alternativa, que pode ser utilizada tanto na prevenção como no tratamento de edemas.

De acordo com o estudo realizado por Fonseca e colaboradores (2009), o método de Vodder pode ser aplicado paralelo a outros tratamentos como por exemplo os exercícios físicos leves que potencializa os efeitos da técnica proporcionando bem estar.

Segundo Oliveira e Cardoso (2014), relatam que a drenagem linfática apresenta resultados positivos durante o período gestacional e pós-parto, contribuindo para uma recuperação mais rápida.

Conforme Ridolfi e Fernandes (2015), a técnica de DLM melhora visivelmente os edemas decorrentes da gestação, pois através de estímulos nos gânglios linfáticos, ela promove a melhora na circulação sanguínea e linfática.

Um estudo realizado por Abreu e Torres (2011), realizados em 10 (dez) atendimentos com gestantes, com frequência de três sessões semanais, duração de uma hora por sessão, foi possível constatar os benefícios de redução significativa de edemas em gestantes.

A realização da técnica de maneira correta mostra-se satisfatória, auxiliando no alívio de possíveis dores e inchaços, promovendo bem estar e relaxamento (EMRICH, 2013).

Sendo assim, através desta revisão de literatura, a utilização e aplicabilidade do método Vodder em gestantes associados a exercícios físicos, estilo de vida saudável e uso de meias compressivas como método alternativo, proporcionam as mulheres no período gestacional uma diminuição de edemas, promovem a melhora na circulação sanguínea e conseqüentemente o alívio de dores. O profissional fisioterapeuta observando os cuidados, indicações e as contra-indicações podem aumentar os benefícios do método Vodder e satisfação das gestantes (FONSECA et al., 2009).

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta revisão através das bases de estudo alcançou seus objetivos, tendo efeito convincente dos benefícios no tratamento do edema gestacional através da utilização do método Vodder, visto que possibilita à gestante utilizar um tratamento completamente natural e não invasivo, sem conferir risco a sua saúde e do bebê, através de medicamentos.

O método Vodder promove um melhor funcionamento linfático, facilitação do retorno circulatório, conseqüentemente a redução do edema e promove relaxamento corporal. Ressalta-se ainda que o método é de fácil adaptação pelas pacientes, por ser uma prática relaxante, não causar dores em seu tratamento e conforme pesquisas das fontes de dados as pacientes posterior à terapêutica, relataram realizar suas AVD's e AVP's de forma mais eficaz, contribuindo assim para um melhor estado geral dessas gestantes contudo a melhora no sono.

## REFERÊNCIAS

ABREU, T. T.; TORRES, C. S. **A Drenagem Linfática – Técnica Vodder Associada À Cinesioterapia Em Pós Operatório Imediato De Mastectomia Para A Manutenção Da Funcionalidade Do Ombro.**

ALVES, T.S.G. **Efeitos da fisioterapia na qualidade de vida da mulher durante o período gestacional: Revisão sistemática**, 2012, Cabo Verde.

**BARACHO, Elza. Fisioterapia aplicada a obstetrícia, Uroginecologia e Aspectos de Mastologia.** 4 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.

BARBOSA, G. P. A. eficácia da drenagem linfática manual como tratamento fisioterapêutico no edema em membros inferiores de pacientes no final da gestação. **Ver. Presciência.** N. 15. Recife, 2012. Disponível em: <http://www.faculdadesaomiguel.com.br/Presidencia5A.pdf>> Acesso em: 02 de outubro de 2016.

BORGES, F. S. **Modalidades Terapêuticas nas Disfunções Estéticas.** São Paulo: Photo Editora, 2006.

**Drenagem linfática manual no tratamento do edema gestacional. Rio de Janeiro, 2011.**

BARROS, M. H. Fisioterapia: **drenagem linfática manual.** São Paulo: Robe, 2001.

DOMENE, F. A. Drenagem linfática manual (método original Dr. Vodder). Barcelona: Nueva estética, 2002.

DREHER, Z. D.; ZAMPRONIO, F. P. C. Atuação Fisioterapêutica dermatofuncional nas disfunções estéticas decorrentes da gravidez. 2011. Disponível em: <http://bibliodigital.unijui.edu.br:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/498/ARTIGO->

pos-fisioterapia-dematofuncional.pdf?sequence=1> Acesso em: 17 de outubro de 2016.

EMRICH, M. L. DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL EM GESTANTES: UMA REVISÃO DA LITERATURA. 2013.

FERNANDES, N; ANGELIM, D; BARBOSA, N, L; SAMPAIO, M, M, M. ARAÚJO, M, V, U, M. **Características dos Edemas Fisiológicos na Gravidez.** UFC – Fisioterapia e Saúde Funcional, 2015.

FONSECA, F. M. Estudo comparativo entre a drenagem linfática manual e atividade física em mulheres no terceiro mês de gestação. **Rev. Fisioterapia ser.** V.4, n.4. Fortaleza, 2009. Disponível em: <  
[http://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/30985738/80feda297f20c391bb289271315079f2.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAJ56TQJRTWSMTNPEA&Expires=1476822978&Signature=uLQz4bJXS0YBQx%2BHQrfTC%2FoNmIU%3D&response-contentdisposition=inline%3B%20filename%3DTrauma\\_raquimedular\\_perfil\\_epidemiologic.pdf#page=13](http://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/30985738/80feda297f20c391bb289271315079f2.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAJ56TQJRTWSMTNPEA&Expires=1476822978&Signature=uLQz4bJXS0YBQx%2BHQrfTC%2FoNmIU%3D&response-contentdisposition=inline%3B%20filename%3DTrauma_raquimedular_perfil_epidemiologic.pdf#page=13)> Acesso em: 11 de outubro de 2016.

FONSECA, F. M.; PIRES, J. L. V. R.; MAGALHÃES, G. M.; PAIVA, F. A.; SOUSA, C. T.; BASTOS, V. P. D. Estudo corporativo entre a drenagem linfática manual e atividade física em mulheres no terceiro trimestre de gestação. *Fisioterapia Ser*, v. 4, n. 4, p. 225-233, 2009.

GODOY, J. M. P., GODOY, Maria F. G., **Drenagem linfática manual: um novo conceito.** São Paulo, 2004.

GODOY, J. M.; GODOY, M. F. Drenagem linfática no tratamento de linfedema em adolescentes. *Ver. Angiol Cir Vasc*, v. 1, p. 6.

GUIRRO, E.; GUIRRO, R. *Fisioterapia dermatofuncional.* 3. Ed. Editora Manole: São Paulo, 2002. 584p.

GUYTON, A. C.; HALL, J.E.; GUYTON, A. C. Tratado de fisiologia médica. Elsevier Brasil,2006.

LEDUC, A.; LEDUC, O. Drenagem linfática: teoria e prática. Manole, 2007.

MACHADO, A. F. P.; PEZZOLO, C. A.; FARCIC, T. S.; TACANI, P. M.; TACANI, R. E.; LIEBANO, R. E. **Efeitos da técnica de drenagem linfática manual durante o período gestacional: revisão de literatura.** Ver. Terapia Manual, v. 10, n. 48, p. 223-227, 2012 Disponível em:< <https://submission-mtprehabjournal.com/revista/article/view/90/58>> Acesso em: 04 de Outubro de 2016.

MARTINS, C. B.; LOPES M. L. M. Aplicação da drenagem linfática manual, “método original Dr. E. Vodder”, no tratamento dermatofuncional da rosácea. Application of the manual lymphatic drainage, "original method Dr. And Vodder", in the treatment dermatofunctionary of the rosette, Academia do curso de fisioterapia da Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL, 2003.

MAGAZONI, V. S. **Drenagem linfática.** 2013. Disponível em: <<https://valeriasachi.wordpress.com/tag/drenagem-linfatica>> acesso em: 01 de outubro de 2016.

MONTENEGRO, C. A. B.; RESENDE FILHO, J. **Resende: Obstetrícia fundamental.** 12 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.

OLIVEIRA, A; CARDOSO, M. A drenagem linfática na gravidez e pós-parto: uma revisão. EFDeportes.com, v. 19, n. 199, p. 1/1, 2014. Disponível em <[http://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/11152/3/2014\\_art\\_mpccardoso.htm](http://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/11152/3/2014_art_mpccardoso.htm)> Acesso em: 06 de Outubro de 2016.

OLIVEIRA; Nayara. Drenagem Linfática manual aplicada em gestante. 2010 Disponível em: <<http://fisiovitae.com.br/wp-content/uploads/2011/08/NAYARA.pdf>> Acesso em: 02 de outubro de 2016.

PICCINI, A. M. Redução do Edema em Membros Inferiores Através da Drenagem Linfática Manual: Um Estudo de Caso. **Ver. Inspirar.** 1 v., 2n. 2009.

RABELLO, P.C.; MEIJA, D. P. M. Benefícios da drenagem linfática manual em pacientes com edemas de membros inferiores no sétimo mês de gestacional. 2006. Disponível em: <[http://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/14/20\\_-\\_Ben.\\_da\\_dren.\\_linfYtica\\_man.\\_em\\_paciente\\_c\\_edema\\_de\\_membros\\_inf.\\_na\\_paciente\\_no\\_sYtimo\\_mYs\\_gestacional.pdf](http://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/14/20_-_Ben._da_dren._linfYtica_man._em_paciente_c_edema_de_membros_inf._na_paciente_no_sYtimo_mYs_gestacional.pdf)> Acesso em: 15 de Outubro de 2016.

SANTOS, D. A. F.; MEJIA, D. P. M. Fisioterapia Dermato-Funcional –Faculdade Cambory, 2006. Disponível em: <[http://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/18/84\\_-\\_Fisioterapia\\_dermatofuncional\\_utilizando\\_o\\_recurso\\_da\\_drenagem\\_linfYtica\\_manu\\_al\\_em\\_pacientes\\_pYs\\_cirYrgia\\_bariYtrica.pdf](http://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/18/84_-_Fisioterapia_dermatofuncional_utilizando_o_recurso_da_drenagem_linfYtica_manu_al_em_pacientes_pYs_cirYrgia_bariYtrica.pdf)> acesso em: 10 de outubro de 2016.

SILVA, M. D.; BRONGHOLI, K. **Drenagem linfática corporal no edema gestacional.** 2004. Disponível em: < <http://www.fisio-tb.unisul.br/Tccs/04b/morgana/artigomorganaduarte.pdf>> Acesso em: 06 de setembro de 2016.

SOUZA, R. L. MEJIA, P. M. Pós -graduação em fisioterapia dermato, funcional Faculdade Ávila. 2004.

TACANI, R.; TACANI, P. **Drenagem linfática manual terapêutica ou estética: existe diferença?** São Paulo, 2008. Disponível em: [http://seer.uscs.edu.br/index.php/revista\\_ciencias\\_saude/article/view/362/180](http://seer.uscs.edu.br/index.php/revista_ciencias_saude/article/view/362/180) Acesso em: 18 de outubro de 2016.

YAMATO, A. P. C. N. Sistema linfático: revisão de literatura. **Ver. Interbio.** 1v. 2n., 2007.