O impacto da drenagem linfática no pós-operatório de cirurgias estéticas – Uma revisão narrativa

The impact of lymphatic drainage in the postoperative period of cosmetic surgeries – A narrative review

1. Julia Cavalcante Carriel
1. Stefanie Lauane Oliveira Souza
2. Orientadora: Ma. Patrícia Lius Melo Alves
Afiliação: 1. Acadêmicas do curso de Biomedicina da Universidade de Sorocaba
2.Professora assistente da Universidade de Sorocaba

RESUMO: A drenagem linfática é amplamente utilizada no pós-operatório de cirurgias estéticas por favorecer a redução de edemas, prevenir fibroses e seromas e promover maior conforto ao paciente. Este estudo, realizado por meio de revisão narrativa, buscou analisar as evidências científicas sobre seus efeitos fisiológicos, clínicos e funcionais. A pesquisa bibliográfica nas bases BVS, PubMed, LILACS e Google Acadêmico identificou 30 artigos, dos quais 10 atenderam aos critérios de inclusão. Os estudos revisados apontaram benefícios consistentes, como diminuição de edemas, melhora da cicatrização, prevenção de complicações e impacto positivo na percepção de dor e qualidade de vida. Conclui-se que a drenagem linfática constitui um recurso essencial no cuidado pós-operatório em cirurgias estéticas, embora sejam necessários ensaios clínicos mais robustos para consolidar protocolos padronizados de aplicação.

Palavras-chave: Drenagem linfática; Cirurgia estética; Pós-operatório; Reabilitação.

Abstract: Lymphatic drainage is widely used in the postoperative period of cosmetic surgeries because it favors the reduction of edema, prevents fibrosis and seromas, and promotes greater patient comfort. This study, carried out through a narrative review, sought to analyze the scientific evidence on its physiological, clinical and functional effects. The bibliographic search in the VHL, PubMed, LILACS and Google Scholar databases identified 30 articles, of which 10 met the inclusion criteria. The reviewed studies pointed to consistent benefits, such as reduction of edema, improved healing, prevention of complications and positive impact on pain perception and quality of life. It is concluded that lymphatic drainage is an essential resource in postoperative

care in cosmetic surgeries, although more robust clinical trials are needed to consolidate standardized application protocols.

Keywords: Lymphatic drainage; Aesthetic surgery; Postoperative; Rehabilitation.

1. INTRODUÇÃO

A drenagem linfática manual (DLM) é uma técnica terapêutica consolidada na prática clínica, especialmente no contexto da cirurgia plástica, devido à sua contribuição significativa para o processo de recuperação pós-operatória. Criada na década de 1930 por Emil e Estrid Vodder, a técnica foi posteriormente aperfeiçoada por outros estudiosos, como Leduc, o que resultou em variações metodológicas que permanecem amplamente aplicadas até hoje[1]. Fundamentada em manobras manuais suaves, lentas e rítmicas, a DLM tem como princípio estimular o sistema linfático, promovendo a reabsorção de líquidos intersticiais e o direcionamento do fluxo linfático para os linfonodos mais próximos, o que auxilia na redução do edema, na eliminação de metabólitos e no favorecimento da cicatrização tecidual[2].

No pós-operatório de cirurgias estéticas, a intervenção com drenagem linfática requer individualização, uma vez que fatores como o tipo de procedimento realizado, a extensão da área manipulada, o tempo de cicatrização e as condições clínicas do paciente influenciam diretamente na escolha da técnica, na intensidade das manobras e na frequência das sessões[3]. Quando aplicada de forma correta e dentro das indicações clínicas, a DLM é considerada segura; entretanto, o uso inadequado, com pressão excessiva ou direcionamento incorreto, pode comprometer a cicatrização e agravar o quadro inflamatório[4].

Entre as complicações mais frequentes observadas no período pós-cirúrgico estão o edema, a formação de fibrose e o acúmulo de líquidos em seromas. O edema corresponde ao acúmulo anormal de líquidos nos espaços intersticiais, decorrente da lesão dos vasos linfáticos durante a cirurgia, enquanto a fibrose é caracterizada pelo excesso de deposição de fibras colágenas, resultando em endurecimento e retrações teciduais que comprometem a estética do resultado[5]. A drenagem linfática, quando iniciada em tempo adequado geralmente a partir do terceiro dia após a cirurgia, tem

se mostrado eficaz na prevenção dessas intercorrências, favorecendo a cicatrização, reduzindo a formação de aderências e proporcionando maior conforto ao paciente[6].

Estudos apontam que a técnica pode ser utilizada em diferentes tipos de cirurgias plásticas, incluindo procedimentos abdominais, faciais, mamários e de lipoaspiração, sempre com benefícios clínicos associados à diminuição da inflamação, da dor e do desconforto físico[7]. Ainda assim, é indispensável considerar suas contraindicações, como processos infecciosos, neoplasias malignas ativas e distúrbios circulatórios graves, uma vez que a aplicação indevida pode acarretar riscos adicionais à saúde.

A busca pelo aperfeiçoamento da imagem corporal tem impulsionado a demanda crescente por procedimentos estéticos cirúrgicos, tornando essencial a adoção de cuidados integrados que garantam resultados mais seguros e satisfatórios. Intervenções como a abdominoplastia e a lipoaspiração, por exemplo, frequentemente geram traumas teciduais significativos, com risco elevado de edema e complicações cicatriciais, que podem ser mitigados pela aplicação sistemática da drenagem linfática. Evidências científicas reforçam que a utilização dessa técnica no período pós-operatório contribui não apenas para a recuperação física, mas também para a melhora do bem-estar subjetivo e da qualidade de vida do paciente[7].

Dessa forma, a drenagem linfática manual se apresenta como um recurso terapêutico de caráter multifuncional, uma vez que atua na prevenção de complicações, na aceleração da recuperação e na potencialização dos resultados estéticos e funcionais. Contudo, a efetividade da técnica depende da capacitação profissional, da correta avaliação clínica e do respeito às particularidades de cada paciente, garantindo segurança e eficácia no processo de reabilitação cirúrgica.

Diante do exposto, o presente estudo tem como objetivo geral analisar de forma crítica os efeitos fisiológicos e clínicos da drenagem linfática manual e mecânica no pós-operatório de cirurgias estéticas. Como objetivos específicos, busca-se: (i) investigar os mecanismos fisiológicos relacionados à redução do edema e à mobilização de líquidos intersticiais; (ii) avaliar os efeitos da técnica na percepção de dor e no desconforto pós-operatório; (iii) examinar sua contribuição para a prevenção de fibrose, seromas e complicações cicatriciais; e (iv) compreender o impacto dessa prática na recuperação funcional, estética e no bem-estar global do paciente.

2. METODOLOGIA

O estudo utilizou o método de revisão de literatura, que tem como objetivo a síntese de conhecimentos sobre a aplicação da drenagem linfática no pós-operatório de cirurgias estéticas.

Para a construção da pesquisa foi definida a estratégia PICO (Quadro 1), que representa o acrônimo para Paciente, Intervenção e Contexto, sendo aplicável na construção de questões de revisão de literatura. A questão norteadora elaborada possibilitou definir quais informações eram realmente essenciais para responder à problemática, otimizando a busca e recuperação de evidências em bancos de dados científicos e evitando pesquisas desnecessárias.

Quadro 1: Descrição da Estratégia PICO

P	Problema	Indivíduos em pós-operatório de cirurgias estéticas que apresentam edema, retenção de líquidos ou processo inflamatório decorrente do procedimento
I	Intervenção	Drenagem linfática manual ou mecânica aplicada no período pós-operatório
C	Comparação	Ausência de tratamento, repouso isolado, massagem convencional ou outros métodos terapêuticos utilizados no pós-operatório
O	Desfecho	Redução da resposta inflamatória sistêmica e local (diminuição de citocinas inflamatórias e marcadores bioquímicos), melhora na circulação linfática, diminuição de edemas e aceleração do processo de recuperação pós-operatória

Fonte: Elaboração própria (2025).

A partir desta definição, a questão de revisão formulada foi: *A drenagem linfática contribui para a redução da resposta inflamatória no pós-operatório de cirurgias estéticas? Quais mecanismos fisiológicos estão envolvidos nesse processo?*

A pesquisa foi realizada a partir de artigos selecionados por meio da consulta à BVS (Biblioteca Virtual em Saúde), Google Acadêmico, à PubMed (*US National Library of Medicine*) e à LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde). Para a coleta de dados, utilizou-se um formulário estruturado (APÊNDICE

A), contendo informações pertinentes para a pesquisa, realizada em agosto de 2025, sobre o tema definido, a partir dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e seus equivalentes em inglês: “Drenagem Linfática” (*Lymphatic Drainage*), “Cirurgia Estética” (*Aesthetic Surgery*), “Pós-operatório” (*Postoperative Period*), com auxílio dos operadores booleanos “AND” e “OR”.

Como critério de exclusão, foram considerados artigos incompletos, jornais, revisões, textos não disponíveis na íntegra online ou fora do recorte temporal definido. Os critérios de inclusão contemplaram: artigos publicados em português, inglês e espanhol, artigos originais, revisões sistemáticas, revisões de literatura e relatos de caso, publicados nos últimos cinco anos, que abordassem especificamente a drenagem linfática em pós-operatório de cirurgias estéticas.

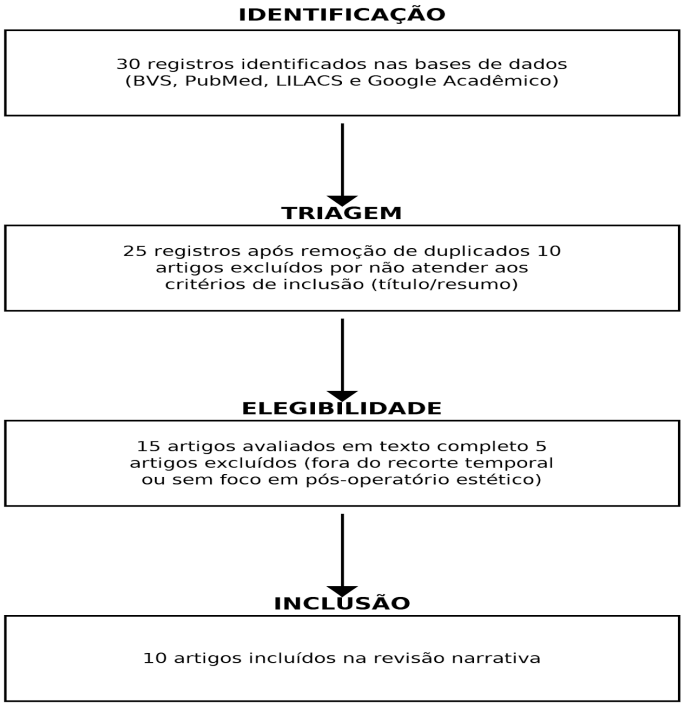
A seleção dos artigos ocorreu em etapas: primeiramente, foram eliminadas duplicações. Em seguida, os artigos restantes passaram por triagem de título, resumo e texto completo. Caso a elegibilidade não fosse clara na triagem inicial, obtinha-se o texto completo para avaliação detalhada. Os artigos selecionados foram categorizados por similaridade semântica e relevância científica, garantindo que os dados coletados fossem consistentes e permitissem atingir os objetivos propostos, identificando as principais evidências sobre o impacto da drenagem linfática na recuperação de pacientes submetidos a cirurgias plásticas.

3. RESULTADOS

A busca inicial nas bases de dados BVS, PubMed, LILACS e Google Acadêmico identificou 30 artigos relacionados ao tema. Após a remoção de cinco duplicatas, restaram 25 artigos para triagem por título e resumo. Desses, 10 foram excluídos por não atenderem aos critérios de inclusão previamente estabelecidos. Em seguida, 15 artigos foram avaliados na íntegra, dos quais cinco foram eliminados por estarem fora do recorte temporal ou não apresentarem foco no contexto pós-operatório estético. Assim, 10 artigos compuseram a amostra final desta revisão.

A Figura 1 apresenta o fluxograma PRISMA adaptado, ilustrando de forma sistemática o processo de seleção dos estudos.

Figura 1 – Fluxograma PRISMA adaptado para seleção dos estudos



Fonte: Elaboração própria (2025)

Além do fluxograma, elaborou-se uma síntese dos estudos incluídos, apresentada no Quadro 2. Esse quadro reúne informações sobre autor e ano, objetivos, metodologia empregada e principais resultados, permitindo uma visão comparativa das evidências.

Quadro 2 – Síntese dos estudos incluídos na revisão

Referência	Objetivo	Metodologia	Principais Resultados
8	Analisar a aplicabilidade de ferramentas de gerenciamento de referências em revisões integrativas.	Revisão metodológica	Destaca a importância da padronização e do rigor na seleção e análise de estudos, fortalecendo a qualidade das revisões.
9	Avaliar os efeitos da drenagem linfática manual na qualidade de vida de pacientes com linfedema e edema misto.	Revisão sistemática de ensaios clínicos randomizados	Evidenciou melhora significativa na qualidade de vida e redução perceptível do edema após a aplicação da DLM.
10	Revisar os fundamentos e	Revisão de literatura	Confirma a eficácia da técnica no manejo de edemas e na recuperação de

	aplicações da drenagem linfática clássica.		tecidos, reforçando seu valor terapêutico.
11	Apresentar a estratégia PICO como método para formulação de questões de pesquisa e busca de evidências.	Estudo metodológico	Estabelece a estratégia PICO como ferramenta essencial para a elaboração de revisões clínicas e sistemáticas de qualidade.
12	Descrever a anatomia e fisiologia do sistema linfático e o processo de formação do edema.	Revisão descritiva	Explica a base fisiológica da DLM, destacando sua contribuição no equilíbrio hídrico e na drenagem de fluidos.
13	Avaliar o uso combinado de drenagem linfática manual e linfotaping em cirurgias plásticas de abdome.	Estudo clínico	Demonstrou diminuição significativa da fibrose e de aderências locais, contribuindo para melhor resultado estético.
14	Investigar estratégias preventivas para edema e fibrose em cirurgias plásticas.	Revisão narrativa	Evidenciou a DLM como intervenção eficaz na redução de equimoses, fibroses e complicações no pós-operatório.

Fonte: Elaboração própria (2025).

A análise dos artigos incluídos demonstra que a drenagem linfática manual apresenta efeitos consistentes na redução do edema, da dor e de complicações como fibrose e seromas no período pós-operatório[14]. Estudos observacionais e experimentais, como os de Chi et al.,[5] e Santos et al.,[15], reforçam a eficácia clínica da técnica em lipoaspirações e abdominoplastias, evidenciando recuperação mais rápida e estética mais satisfatória.

De forma complementar, revisões sistemáticas e integrativas[8.9] consolidam a segurança da DLM, enquanto pesquisas experimentais[9,10] apontam para benefícios fisiológicos como aumento da mobilidade linfática e melhora do metabolismo. Em conjunto, os achados reforçam a importância da drenagem linfática como estratégia terapêutica fundamental no cuidado pós-cirúrgico estético.

4. DISCUSSÃO

A análise dos estudos selecionados evidência que a drenagem linfática manual (DLM) constitui uma intervenção amplamente reconhecida e eficaz no manejo pós-operatório de cirurgias estéticas, atuando de maneira significativa na redução do edema, prevenção de fibroses e melhora da cicatrização. Revisões integrativas e

sistemáticas[8,9] convergem no sentido de reforçar a segurança e os benefícios da técnica quando aplicada em conformidade com protocolos clínicos adequados, destacando-a como recurso não invasivo de grande potencial terapêutico.

Nos estudos experimentais e observacionais[10,11,12], observa-se que a DLM contribui não apenas para o controle do edema, mas também para a melhora da elasticidade tecidual, da mobilidade e do conforto do paciente. Em procedimentos como a lipoaspiração e a abdominoplastia, a técnica mostrou-se decisiva na prevenção de complicações frequentes, como seromas, fibroses e equimoses, corroborando a sua função essencial no processo de recuperação[14,15]. Ao mesmo tempo, pesquisas clínicas apontaram efeitos fisiológicos adicionais, como aumento da natriurese e estímulo metabólico, que podem favorecer o equilíbrio hidroeletrolítico e acelerar a regeneração tecidual[9].

Os estudos incluídos na revisão reforçam que o edema é uma das complicações mais frequentes no pós-operatório de cirurgias plásticas, resultado do trauma tecidual e da ruptura de vasos linfáticos. A drenagem linfática atua diretamente nesse processo, favorecendo a eliminação do excesso de líquidos intersticiais e reorganizando o fluxo linfático[8,9,10] . Santos et al.,[14] e Soares e Santos[15] destacam que, em abdominoplastias e lipoaspirações, a técnica foi determinante para a redução precoce do inchaço e para a melhora estética da cicatrização.

Outro achado recorrente nos estudos clínicos foi a prevenção da fibrose, complicação caracterizada pelo endurecimento e retração tecidual. A literatura aponta que o início precoce da DLM, associado a movimentos lentos e suaves, contribui para reduzir o risco de formação de fibras colágenas excessivas[13,14,15]. Pesquisas que integraram a drenagem linfática a recursos complementares, como o linfotaping ou a bandagem elástica, demonstraram resultados ainda mais expressivos, tanto na redução da fibrose quanto na melhora da mobilidade tecidual[14]. Esses achados reforçam que a DLM pode ser incorporada em protocolos combinados de reabilitação, potencializando a resposta clínica.

Embora a maior parte das publicações enfatize os desfechos clínicos e estéticos, alguns estudos analisaram também o impacto fisiológico da drenagem linfática. Silva et al.[17] evidenciaram que a técnica é capaz de estimular a natriurese e a lipólise, sugerindo que sua aplicação pode influenciar não apenas o equilíbrio hídrico, mas também processos metabólicos. Essa evidência reforça a importância de

compreender a drenagem linfática não apenas como recurso estético, mas como intervenção fisiológica que atua sobre múltiplos sistemas do organismo.

Da mesma forma, Müller et al.[11] observaram melhora significativa da qualidade de vida em pacientes com linfedema submetidos à DLM, demonstrando que a técnica exerce benefícios que transcendem os aspectos visuais da recuperação cirúrgica. Esses achados podem ser extrapolados para o contexto da cirurgia plástica, uma vez que a percepção subjetiva de melhora e o alívio da dor e do desconforto são componentes fundamentais para a satisfação do paciente.

Outro ponto de destaque nos estudos é a importância da atuação multiprofissional no cuidado pós-operatório. Maningas et al.,[9] e Mendes et al.,[10] reforçam que a drenagem linfática deve ser conduzida por profissionais devidamente capacitados, com conhecimento aprofundado da anatomia e fisiologia do sistema linfático, além das contraindicações clínicas. Isso é essencial para garantir segurança, sobretudo em pacientes com histórico de neoplasias, infecções ou distúrbios circulatórios.

A literatura também aponta que a DLM deve ser individualizada, respeitando as características de cada paciente e o tipo de cirurgia realizada. A frequência das sessões, a pressão aplicada e as áreas trabalhadas precisam ser adaptadas, de forma a garantir eficácia sem comprometer a integridade dos tecidos em processo de cicatrização[10]. Nesse sentido, a padronização de protocolos ainda é um desafio, pois os estudos analisados revelaram grande heterogeneidade em relação à forma de aplicação e ao número de sessões recomendadas.

Apesar da concordância entre os autores quanto aos benefícios da drenagem linfática, a discussão sobre as limitações metodológicas é fundamental para avaliar a robustez das evidências. Parte significativa das pesquisas apresenta amostras reduzidas e metodologias heterogêneas, o que limita a generalização dos resultados[11,12]. Além disso, observa-se escassez de ensaios clínicos randomizados de grande porte especificamente voltados para o contexto da cirurgia estética, o que representa uma lacuna importante a ser preenchida.

Outro ponto crítico é a ausência de padronização nos critérios de avaliação dos resultados. Enquanto alguns estudos utilizaram parâmetros clínicos, como redução do perímetro abdominal e melhora da cicatrização, outros priorizaram marcadores subjetivos, como percepção de dor e bem-estar. Essa diversidade metodológica

dificulta a comparação direta entre os trabalhos e reforça a necessidade de protocolos mais consistentes e integrados.

Em suma, os resultados analisados permitem afirmar que a drenagem linfática manual constitui um recurso indispensável na reabilitação pós-operatória em cirurgias estéticas. Sua aplicação favorece a redução de complicações precoces e tardias, acelera a recuperação funcional e contribui para resultados estéticos mais satisfatórios, impactando diretamente na qualidade de vida do paciente. A associação da técnica com recursos complementares, como o linfotaping, amplia ainda mais seus efeitos, evidenciando o potencial de abordagens combinadas.

Contudo, a consolidação da DLM como protocolo clínico de referência depende do avanço das pesquisas, especialmente por meio de estudos clínicos controlados, com amostras representativas e padronização dos desfechos avaliados. A integração entre prática clínica, fundamentação científica e capacitação profissional é o caminho para fortalecer o uso seguro e eficaz da drenagem linfática no pós-operatório estético.

5. CONCLUSÃO

A presente revisão sistematizada possibilitou reunir e analisar criticamente as evidências científicas sobre o impacto da drenagem linfática no pós-operatório de cirurgias estéticas. De maneira geral, os estudos analisados apontam para a eficácia da técnica na redução de edemas, prevenção de fibroses e diminuição da ocorrência de seromas, ao mesmo tempo em que favorece a cicatrização, melhora a elasticidade tecidual e proporciona maior conforto e qualidade de vida ao paciente. Essa constatação reforça a importância da drenagem linfática não apenas como um recurso estético, mas como uma intervenção terapêutica relevante para a recuperação funcional e psicológica.

Verificou-se também que a DLM exerce efeitos fisiológicos que vão além do controle local do edema, influenciando processos metabólicos e contribuindo para a regulação hídrica e a recuperação global do organismo. Ao atuar na reorganização do fluxo linfático e na modulação da resposta inflamatória, a técnica desempenha papel essencial para que a cicatrização ocorra de maneira mais rápida e eficiente, reduzindo complicações que poderiam comprometer os resultados cirúrgicos e prolongar o tempo de reabilitação.

Outro aspecto fundamental observado nos artigos é a necessidade de que a drenagem linfática seja aplicada por profissionais devidamente capacitados, com conhecimento aprofundado da anatomia, fisiologia e contraindicações. A prática incorreta, seja por aplicação excessiva de força ou por desrespeito às condições clínicas do paciente, pode gerar riscos adicionais. Por essa razão, destaca-se a importância da formação especializada, da atuação multiprofissional e da individualização dos protocolos, levando em conta as especificidades de cada procedimento cirúrgico e as características individuais dos pacientes.

Apesar do consenso encontrado sobre os benefícios da drenagem linfática no pós-operatório estético, esta revisão também evidenciou limitações importantes na literatura disponível. Parte significativa dos estudos apresenta amostras reduzidas, metodologias heterogêneas e ausência de padronização nos critérios de avaliação dos resultados. Além disso, identificou-se escassez de ensaios clínicos randomizados de grande porte que investiguem, de forma mais aprofundada, a efetividade da DLM em diferentes tipos de cirurgias estéticas. Essas lacunas comprometem a generalização dos resultados e reforçam a necessidade de novas pesquisas que utilizem metodologias mais robustas e critérios clínicos padronizados.

Conclui-se, portanto, que a drenagem linfática deve ser considerada parte integrante e indispensável do cuidado pós-operatório em cirurgias estéticas. Trata-se de uma intervenção que alia fundamentação fisiológica, benefícios clínicos comprovados e impacto positivo na percepção estética e subjetiva do paciente. Sua aplicação contribui não apenas para a recuperação física, mas também para o fortalecimento da autoconfiança, da autoestima e da satisfação com os resultados obtidos, aspectos essenciais no contexto da cirurgia plástica contemporânea. Ao mesmo tempo, reforça-se a necessidade de continuidade das investigações científicas, de modo a consolidar protocolos clínicos baseados em evidências e garantir maior padronização e eficácia na prática profissional.

REFERÊNCIAS

1. Brito Brito PKS, Angelim CC, Casseb SMM. Uma revisão sistemática sobre os benefícios da drenagem linfática manual no tratamento do edema em membros inferiores. *Research, Society and Development*. 2021;10(4):e14810413968.

2. Camargo E, et al. Efeito agudo da drenagem linfática manual sobre a natriurese e lipólise de mulheres jovens. *Int J Cardiovasc Sci.* 2018;17(3) doi:10.5935/2359-4802.20180023.

3. Brito PKS, Angelim CC, Casseb SMM. Uma revisão sistemática sobre os benefícios da drenagem linfática manual no tratamento do edema em membros inferiores. *Res Soc Dev*. 2021;10(4):e14810413968. doi:10.33448/rsd-v10i4.13968.

4. Costa BJ, et al. Benefícios da drenagem linfática no pós-operatório. In: Fontes FLL, Melo MM, organizadores. *Interseções entre ciências sociais, humanas e da saúde: abordagens teóricas e práticas de pesquisa.* Teresina: Literacia Científica; 2024. p. 10-21. doi:10.53524

5. Chi A, et al. O uso do linfotaping, terapia combinada e drenagem linfática manual sobre a fibrose no pós-operatório de cirurgia plástica de abdome. *Fisioter Bras.* 2019;17(3):197-203.

6. Chi A, et al. Prevention and treatment of ecchymosis, edema, and fibrosis in the pre-, trans-, and postoperative periods of plastic surgery. *Rev Bras Cir Plást.* 2020;33(3):343-354.

7. De Oliveira JF, et al. A utilização da drenagem linfática manual na redução de edema no pós-operatório da lipoaspiração em mulheres. In: *Conhecimento em múltiplas perspectivas.* 2025. p. 321.

8. Elwing A, Sanches O. *Drenagem linfática manual: teoria e prática.* 2. ed. São Paulo: Senac São Paulo; 2020.

9. Maningas T, et al. Manual lymphatic drainage in postoperative abdominoplasty with core liposuction patients. *Am J Cosmet Surg*. 2020;37(1).

10. Mendes K, Silveira R, Galvão C. Uso de gerenciador de referências bibliográficas na seleção dos estudos primários em revisão integrativa. *Texto Contexto Enferm.* 2019;28:e20170204.

11. Müller M, Klingberg K, Wertli MM, Carreira H. Manual lymphatic drainage and quality of life in patients with lymphoedema and mixed oedema: a systematic review of randomised controlled trials. Qual Life Res. 2018;27(6):1403-14. doi:10.1007/s11136-018-1796-5.

12. Ozolins BC, et al. Drenagem linfática clássica: revisão de literatura. *Rev Saúde Foco.* 2018;10:319-323.

13. Santos I, Santos J. Os efeitos da drenagem linfática manual no pós-cirúrgico da abdominoplastia: uma revisão integrativa da literatura. *Rev Psicol.* 2021;15(57):709-719.

14. Santos C, Pimenta C, Nobre M. The PICO strategy for the research question construction and evidence search. *Rev Latino-Am Enfermagem.* 2007;15(3):508-511. doi:10.1590/S0104-11692007000300023

15. Soares AF, Santos JR. Benefícios da drenagem linfática manual no pós-operatório de cirurgias plásticas. Res Soc Dev. 2021;10(16):e582101623313. doi:10.33448/rsd-v10i16.24313.

16. Souza SM, Andrade APSN, Lapa VS. A eficácia da drenagem linfática manual, método Godoy®, associado à bandagem elástica adesiva no fibro-edema gelóide. *Braz J Health Rev.* 2020;3(6):19894-923.

17. Silva A, Marques T. Anatomia e fisiologia do sistema linfático: processo de formação de edema e técnica de drenagem linfática. *Scire Salutis.* 2020;4(1).