

EFEITOS DA DRENAGEM LINFÁTICA MANUAL NA SÍNDROME PRÉ-MENSTRUAL

TRIVELATO, Nayara Bogaz *

CORREIA, Luara Cristiano **

MELO, Thatiana Faria de ***

COELHO, Marcela Andressa Pereira Martins ****

RODRIGUES, Nahiani Miranda *****

Orientador(a): SANTOS, Máira Daniéla dos

A síndrome pré-menstrual ou mais conhecida como TPM, é um conjunto de sintomas tanto físicos como comportamentais que afetam aproximadamente 40% das mulheres. Ela se inicia entre o 10º e o 14º dias antecedentes a menstruação e cessam no início do fluxo menstrual. Existem vários tipos de TPM que no qual são classificadas em A,C,D,H e D. Um dos principais sintomas dela são: irritabilidade, ansiedade, depressão, cefaléia, retenção de líquidos e mastalgia. Não existe um teste ou exame definitivo para o diagnóstico e sim uma cuidadosa obtenção da história clínica do paciente, porém existe um tratamento que são a base de remédios diuréticos, antidepressivos e supressores da ovulação. A atividade física é bastante utilizada também e tem grandes resultados nas pacientes, junto com uma alimentação hipossódica. O tratamento fisioterápico bastante utilizado como por exemplo é a drenagem linfática manual que atua sobre o sistema linfático, drenando o excesso de líquido acumulado. Objetivo: Mostrar o efeito positivo da drenagem linfática manual em pacientes com síndrome pré-menstrual. Matérias e Métodos: Pesquisa bibliográfica de caráter descritivo, baseado em livros do acervo da biblioteca das Faculdades Integradas de Santa Fé do Sul, e artigos no formato de pdf online. Conclusão: A Drenagem Linfática age como um analgésico da TPM, ela desintoxica, aumenta a regeneração celular, ativa o sistema imunológico, que no qual tem por fim a melhoria do paciente.

Palavras-chave: Síndrome pré menstrual. Drenagem Linfática. Tratamento fisioterápico.

* FUNEC, nayarabt@hotmail.com

** FUNEC, luara-cris@hotmail.com

*** FUNEC, thati_faria@hotmail.com

**** FUNEC, loirinha_ms2005@hotmail.com

***** FUNEC, nahiani_sfs@hotmail.com