



Nombre de alumno: Verónica Anahí
López Aguilar

Nombre del profesor: Silvino Domínguez
Pérez

Nombre del trabajo: Síntesis

Materia: Enfermería y prácticas
alternativas de salud

Grado: 8° CUATRIMESTRE

Grupo: "A"

El drenaje linfático manual (DLM) es una técnica que utiliza diferentes tipos de masajes con fines terapéuticos, también llamada masoterapia y se basa en el conocimiento de la anatomía y la fisiología linfática. Es una terapia circulatoria que actúa directamente sobre el sistema linfático, responsable de eliminar toxinas y mantener el sistema inmunitario totalmente en forma. El Sistema linfático está destinado a combatir la retención de líquidos, desechar toxinas, eliminar la celulitis y mejora la circulación o piernas cansadas. Funciona como filtro ya que su función es depurar, pero al mismo tiempo está destinado a proteger al organismo. También cumple con la función de absorción de vitaminas y grasas que sean solubles.

¿Cómo se realizan este tipo de tratamientos?

Esta técnica terapéutica se realiza con las manos a través de movimientos muy suaves, lentos, repetitivos y de arrastre superficial, con especial atención al estímulo intensivo de los ganglios linfáticos tratando de evitar las presiones, cuyo objetivo es estimular la salida de linfa y líquidos intersticiales de la zona afectada, mejorando así cuadros edematosos, inflamaciones y retenciones de líquidos orgánicos. Debe llevarse a cabo por un terapeuta especializado. Si se utiliza una presión excesiva se puede producir un espasmo de la musculatura lisa que rodea los linfáticos superficiales, dificultando el drenaje del edema.

El precursor del Drenaje Linfático fue Émil Vodder (1896 – 1986) a quien se le debe el nombre de la técnica, después se ha ido actualizando por diferentes autores siempre manteniendo las mismas bases generales del método de Vodder. Actualmente se incluye el drenaje linfático manual en un concepto más amplio que es KPE, que incluye vendajes compresivos, movilizaciones, cuidados de la piel y tratamiento postural.

¿Cuáles son los beneficios del drenaje linfático?

El drenaje linfático manual está indicado en los linfedemas de estadio I y II y debe ser realizado por fisioterapeutas especializados en esta técnica. Forma parte de la primera fase o fase de tratamiento en la terapia física descongestiva (TFD) para el tratamiento de la linfedema. Normalmente se utiliza un tipo de masaje, suave y

ligero, que se aplica sobre el sistema circulatorio y cuyo objetivo es movilizar los líquidos del organismo para favorecer la eliminación de las sustancias de deshecho que se acumulan en el líquido que ocupa el espacio entre las células. De ahí que una de las principales aplicaciones del drenaje linfático sea en la retención de líquidos, aunque también se utiliza con frecuencia en el tratamiento de la celulitis, los problemas de circulación, las piernas cansadas, los procesos de cicatrización.

El drenaje linfático es una terapia manual que consiste en la activación de la circulación linfática a través de masajes, estimulando los vasos y ganglios linfáticos, mejorando así la evacuación del exceso de líquido intersticial.

El sistema linfático se extiende por nuestro cuerpo a modo de red, de forma paralela al sistema circulatorio. Forma parte del Sistema Inmunitario, y está formado por vasos, capilares, conductos y ganglios linfáticos.

Tiene dos funciones principales. Por un lado, se encarga del transporte y el drenaje de moléculas que, por sus características, no puede llevar el sistema sanguíneo. Por otra parte, el sistema linfático produce células y anticuerpos para la defensa del organismo.

Los ganglios se encargan de reconocer y luchar contra sustancias que puedan afectar a nuestro organismo, como bacterias o virus, y están repartidos por todo el organismo (cabeza, cuello, axilas, abdomen, ingles y piernas). La inflamación de un ganglio nos alerta de que algo ocurre en nuestro cuerpo: el sistema inmunitario detecta un elemento patógeno y se pone en marcha para luchar contra él.

El sistema linfático carece de un mecanismo autónomo para su movimiento, a diferencia de otros sistemas como el cardíaco o el digestivo. El sedentarismo de la vida moderna, la contaminación y determinados componentes de la industria alimentaria perjudican nuestro sistema linfático, el cual se ve incapaz de eliminar por sí mismo las toxinas que recoge y acumula.

El drenaje linfático ayuda a movilizar los líquidos del cuerpo, eliminando la acumulación de sustancias de desecho que se almacenan en el líquido intersticial.

Los movimientos de esta terapia son siempre lentos y progresivos, y no suponen molestia alguna para el paciente. El sistema linfático se puede estimular con masajes suaves que se dan directamente sobre la piel. Esta es presionada y estirada de forma leve, por lo que la sensación para el paciente será relajante y placentera. Las zonas más importantes serán aquellas donde se encuentran ubicados los ganglios.

El drenaje linfático está recomendado en el tratamiento de diferentes patologías, entre las que cabe destacar problemas relacionados con la obstrucción linfática, de origen reumático, infeccioso, dermatológico o alérgico. Edemas por metástasis, radiación o quemaduras también pueden encontrar su solución en esta terapia.

Además, este tratamiento tiene importantes beneficios para el paciente a nivel estético, ya que combate, entre otros, arrugas, bolsas en los ojos, celulitis, pérdida de cabello y piernas pesadas.

Bibliografía

USD.2022.ANTOLOGIA DE PRACTICA CLINICAS CE ENFERMERIA.UTILIZADA EL 02 DE ABRIL DE 2022.PDF