

DRENAJE LINFÁTICO MANUAL

Es una técnica de masaje específico de presión suave, con ritmo lento y repetitivo, y no produce enrojecimiento ni dolor. Tiene efectos calmantes y relajantes, mejora la circulación, el automatismo y relajación de las fibras musculares.

Esta técnica se basa en la activación del sistema linfático, el cual es el encargado de recoger los productos de desecho (proteínas, restos celulares, grasa...) del organismo, transportarlos por el intersticio a través de la linfa, hasta el torrente sanguíneo. Éste sistema, devuelve el 60% del líquido que filtra en los capilares sanguíneos a los espacios intersticiales durante el metabolismo normal.

Cuando este equilibrio se ve afectado por causas intrínsecas (extirpación de ganglios linfáticos, embarazo, alteraciones hormonales...) o extrínsecas (sedentarismo, mala nutrición, deshidratación...) genera que en el plasma la concentración de productos de desecho sea unas tres veces superior a la que existe en el líquido intersticial, lo que favorece la presencia del edema.

Efectos del Drenaje Linfático Manual

Indicaciones Terapéuticas

Contraindicaciones

EFECTOS DEL DLM

Efecto Drenante: estimula la introducción del líquido intersticial (líquido presente entre las células de los tejidos) dentro de los capilares linfáticos, permitiendo así la oxigenación y nutrición de los tejidos.

Efecto Inmunitario: potencia la inmunidad, al mejorar este sistema de drenaje fisiológico, permite un mejor flujo de células inmunitarias a los sitios donde éstas son requeridas.

Efecto Neurovegetativo: el drenaje actúa a nivel del Sistema Nervioso Autónomo Parasimpático, provocando sedación y relajación generalizada.

Efectos sobre la musculatura: actúa sobre el músculo liso de las paredes intestinales, estimulando el peristaltismo (movimientos involuntarios intestinales) esenciales para la correcta digestión y evacuación. Además tonifica la musculatura lisa de las paredes de arterias, venas y vasos linfáticos, mejorando así su efectividad en la función circulatoria. Sobre los músculos esqueléticos (estriados) ejerce una acción reguladora del tono muscular.

1ª Consulta

Previo a cualquier tratamiento se realizara una primera consulta gratuita donde se le explicara al paciente en qué consiste el tratamiento según la patología o motivo por el que acuda. Cada tratamiento será personalizado y adecuado a cada paciente. Se tendrá en cuenta la necesidad y la disponibilidad. A continuación, en la siguiente cita, se le realizará una Historia Clínica con sus datos y una serie de pruebas y mediciones, necesarias para el tratamiento. En base a los resultados, se protocolizara el tratamiento acorde con sus necesidades y se iniciará ese mismo día.

INDICACIONES TERAPEUTICAS

- PATOLOGIA LINFATICA Y VENOSA.

- **Linfedemas:** acúmulo de linfa en los tejidos, debido a la inflamación, obstrucción o extirpación de los canales linfático
 - **Primarios o Congénito:** es un trastorno hereditario caracterizado por obstrucción linfática crónica. Aparece en la adolescencia, en mujeres y produce hinchazón de los miembros inferiores, al parecer por hiperplasia de los vasos sanguíneos.
 - **Secundarios:** pueden aparecer tras una intervención quirúrgica de los ganglios linfáticos. Ejemplo, **mujeres mastectomizadas**
- **Insuficiencia venosa:**
 - **Insuficiencia Venosa Crónica:** alteración del sistema de retorno venoso.
 - **Varices:** venas dilatadas como consecuencia de alteración valvular y /o de la pared venosa.
 - **Tronculares:** venas subcutáneas dilatadas mas de 2mm
 - **Microvarices:**
 - *Telangiectasias:* venas intradérmicas hasta 1mm
 - *Reticulares:* venas subdérmicas de 1 a 2mm
 - **Edema Venoso = "Piernas Cansadas":** producido por el aumento de filtración capilar por hiperpresión venosa e insuficiente drenaje linfático. ([DLM Embarazo pdf](#))
- **Flebolinfedemas:** combinación lesión sistema venoso + sistema linfático.
- **Lipedema:** alteración sistema grasa que conlleva a alteración del sistema linfático

- **Mixedema:** acumulo de nuco polisacáridos ácidos, principalmente, acido hialurónico y proteínas en el espacio intersticial del organismo.

- **POST-OPERATORIOS**

- **Estética, Plástica y Reparadora:** liposucciones, rinoplastias, implantes de mama, abdominoplastias
 - **Vasculares:** Varices
 - **Traumaticos:** hematomas, tratamiento post-fracturas.....
- **Trastornos Neurovegetativo:** Estrés e insomnio.
- **Patologías crónicas de las Vías Respiratorias y Auditivas:** Sinusitis, amigdalitis, otitis.
- **Indicaciones en Dermatología:** Acne, dermatitis, ecemas...
- **Trastornos Dermatológicos:** Quemaduras, queloides, úlceras vasculares...
- **Trastornos del aparato digestivo:** Estreñimiento, dispepsias...

CONTRAINDICACIONES

◇ Absolutas:

- Infecciones Agudas.
- Toxoplasmosis.
- Erisipela, linfangitis: infecciones propias del sistema linfático.
- Insuficiencia cardiaca descompensada
- Reacciones alérgicas.
- Procesos cancerígenos
- Crisis asmática.
- TVP (Trombosis Venosa Profunda)

FISIOTERAPIA ALCOBENDAS

C / Constitución, 115 bajo 1

28100 Alcobendas

tel. 91.623.84.40

www.fisioterapia-alcobendas.com