

FORMACION EN DRENAJE LINFATICO MANUAL



LEON 2018



FORMACION EN DRENAJE LINFATICO MANUAL TERAPEUTICO – ESTETICO – POSTCIRUGÍA – DEPORTIVO

El sistema linfático forma parte del sistema de fluidos corporales, siendo así que el 70 % de nuestro cuerpo es agua, y que muchas de las funciones vitales se desarrollan en este medio, entendemos que el sistema linfático es muy importante, formando parte del Sistema Circulatorio y de la globalidad del sistema de fluidos de nuestro cuerpo.

El sistema linfático está formado por una serie de órganos y un sistema tubular de vasos linfáticos, y su importancia viene determinada por sus funciones, dos de ellas fundamentales:

Circulatoria contribuyendo al mantenimiento de la homeostasis en los tejidos orgánicos y regulando el fluido intersticial (drenaje y transporte de macromoléculas, ácidos grasos, etc. que no pueden ser transportados a nivel circulatorio).

El **drenaje linfático manual** es una **técnica que se realiza con las manos a través de movimientos muy suaves**, lentos y repetitivos que favorecen la circulación de la linfa, mejorando así cuadros edematosos, inflamaciones y retenciones de líquidos orgánicos y con muchas aplicaciones dentro del campo terapéutico, preventivo, estético y de recuperación postcirugía.



El **sistema linfático** colabora estrechamente con el sistema inmunológico, por lo que **el drenaje linfático manual mejora de manera general el estado de salud** y ejerce un papel muy beneficioso en el sistema nervioso, **además de tratar específicamente distintas afecciones**. Así el **drenaje linfático manual** es otra forma de reforzar el sistema inmunológico.

Existe un gran desconocimiento en cuanto al papel que ejerce en el organismo el sistema linfático y su relación con el sistema inmunológico, aunque se conoce su existencia desde la antigüedad. Hipócrates o Aristóteles ya sabían que había ciertos conductos dentro del organismo que contenían una sustancia “blanca lechosa”



EFFECTOS DEL DRENAJE LINFÁTICO MANUAL

El masaje de drenaje linfático tiene los siguientes efectos en nuestro organismo:

ACCIÓN SIMPATICOLITICA

Acción simpaticolítica se refiere a todas aquellas sustancias que reducen o suprimen por completo la acción del Sistema Nervioso Simpático (sistema que nos pone en alerta, nos prepara para la acción, para la lucha, la huida o la pelea). Con la inhibición del Sistema Nervioso Simpático se permite que el Sistema Nervioso Parasimpático actúe con mayor fuerza (logrando o consiguiendo con



esta acción la relajación del paciente; un total estado de descanso).

ACCIÓN ANALGÉSICA

El Drenaje Linfático Manual produce analgesia a través de varios mecanismos, entre los que podemos mencionar 3:

- Al disminuir la presión local con la estimulación del drenaje de la inflamación o acumulación de líquidos, las terminaciones nerviosas libres dejan de ser estimuladas.
- El masaje representa un estímulo para los mecanorreceptores, que van a hacer que se inhiba la transmisión de impulsos nociceptivos (impulsos de dolor) que viaja por ciertas terminaciones nerviosas (terminaciones nerviosas gruesas). Es decir: el cerebro da prioridad al estímulo del masaje, y 'olvida' el estímulo doloroso.
- Como se ayuda a evacuar sustancias del tejido conectivo, se ayuda a evacuar sustancias tóxicas cuyo acúmulo produce la estimulación de las terminaciones nerviosas del dolor.



RELAJACIÓN

Como ya se mencionó antes, el Masaje de Drenaje Linfático tiene efecto simpaticolítico. Al aumentar la actividad del sistema parasimpático se produce un estado de relajación, y cualquier terapia que produzca relajación va a inducir a la sedación del paciente.

ACCIÓN INMUNITARIA

Las maniobras del Masaje de Drenaje Linfático favorecen los mecanismos inmunológicos del organismo, al estimular el movimiento de la linfa y la acción de los ganglios linfáticos.



ACCIÓN DRENANTE

Es la acción más importante del drenaje. El Drenaje Linfático va a facilitar la evacuación de líquido y de sustancias del tejido conectivo. Por un lado, el efecto drenante se basa en la evacuación de sustancias y líquido del tejido superficial, y secundariamente se va a favorecer la circulación linfática más profunda, porque favorece el automatismo de los linfangiones al hacer que los vasos linfáticos se llenen de linfa.

- La técnica de Drenaje Linfático ha sido desarrollada por diferentes escuelas a partir de las primeras maniobras que a principios de siglo instauró Winiwater y que posteriormente retomó el Dr. Vodder, referencia obligada ya que fue el matrimonio Vodder quien profundizó en el nuevo tipo de



masaje naciendo así lo que hoy conocemos como Drenaje Linfático Manual (DLM). El desarrollo posterior en base a las experiencias clínicas de diferentes autores han dado lugar a diferentes escuelas reconocidas por la Sociedad Internacional de Linfología:

- Escuela Alemana: Dr. Földi
- Escuela Belga: Profesor Leduc
- Escuela Francesa: Dr. Cluzan
- Escuela Australiana: Dr. Cashley-Smith
- Escuela Austríaca: Sucesores del Dr. Vodder

Lo más importante no es ser de una u otra escuela, puesto que, las bases teóricas y conceptuales de las distintas maniobras de drenaje se cimentan en la anatomía y fisiología del sistema linfático. Es, por tanto conocer en profundidad los principios de acción del Sistema Linfático así como el lugar que ocupa en el organismo, la clave para una correcta aplicación de las distintas técnicas y protocolos que hoy en día se conocen y realizar con éxito un buen tratamiento.

INDICACIONES FUNDAMENTALES DEL DRENAJE LINFÁTICO MANUAL

Gracias a los efectos que produce el masaje de Drenaje Linfático Manual que comentamos antes (su acción simapticolítica, su acción analgésica, su acción inmunitaria y su acción drenante), el mismo está indicado en muchas patologías que cursen con dolor, hiperexcitación del sistema nervioso, edema o inflamación. Entre estas patologías podemos mencionar:

- Acné, rosácea, eczemas crónicos y alérgicos
- Estreñimiento
- Estrés y cansancio crónico (por su efecto relajante)
- Cualquier proceso que curse con dolor agudo dado su efecto analgésico es un buen tratamiento inicial, antes de otras terapias más agresivas
- Retención de líquidos y procesos circulatorios de congestión, edema, piernas cansadas...
- Hematomas por traumatismos.
- Edemas linfáticos tras extirpaciones mamarias (linfedemas).



- Procesos estético-reparadores como complemento de otros tratamientos.
- En tratamimentos corporales y de belleza para mejorar la capacidad linfática y reducir líquidos aumentando la diuresis y mejorando la eliminación.

CONTRAINDICACIONES DEL MASAJE DE DRENAJE LINFÁTICO MANUAL

CONTRAINDICACIONES ABSOLUTAS

- Tumores malignos no controlados que hayan producido metástasis
- Infecciones agudas
- Insuficiencias cardiacas descompensadas (porque con el DLM estamos aumentando el gasto cardiaco pues aumentamos el retorno venoso)
- Trombosis recientes



CONTRAINDICACIONES RELATIVAS O PRECAUCIONES

- Hipertiroidismo: Debe evitarse hacer la primera cadena **ganglionar** y se debe estimular el **términus** un poco más lateral a la posición habitual
- Hipotensión arterial: Se puede hacer **DLM** de forma progresiva, empezando con sesiones cortas e ir poco a poco



avanzando, progresando a medida que el paciente se va adaptando

- Infecciones crónicas: Hay que evitar la zona de infección
- Tumores tratado o controlados: Realizar el drenaje a distancia del tumor
- Asma bronquial: Debe evitarse cualquier maniobra sobre el **esternón**, ya que posee muchas terminaciones nerviosas **parasimpáticas**, y el asma es un broncoespasmo asociado a una estimulación del sistema nervioso **parasimpático**
- Embarazo: El **Drenaje Linfático Manual** puede realizarse en ausencia de complicaciones



DLM: DRENAJE LINFÁTICO MANUAL – EFECTOS FISIOLÓGICOS

- Efectos sobre el sistema Linfático (no efectos sobre el sanguíneo)
- Efecto relajante sobre el tono muscular
- No debe provocar enrojecimiento cutáneo
- No debe nunca provocar dolor
- Se hace siempre con una presión suave
- Se hace con una velocidad lenta repetitivas, rítmicas...
- Las manos tienen que estar relajadas, el movimiento debe de venir de muñecas y brazos
- No se usan lubricantes



- Se realiza en sentido proximodistal (se empieza en la raíz y se termina por el extremo del miembro)
- La dirección de todas las maniobras tiene que ser la del recorrido linfático, es decir, la dirección del recorrido linfático hacia las zonas de evacuación.

CARACTERISTICAS DE LA FORMACION

DIRIGIDO A: Profesionales de la salud, fisioterapeutas, terapeutas ocupacionales, DUES, Esteticistas, dietistas...

OBJETIVO: Dotar a los participantes de los conocimientos anatomofisiológicos, teóricos y prácticos para que puedan utilizar esta gran herramienta con total garantía, conociendo como, cuando y porqué, y obteniendo la destreza manual con las maniobras específicas del DLM que le permitan una buena ejecución.

PLAZAS: 16 plazas por riguroso orden de inscripción.

FECHAS Y LUGAR: León

FECHAS	SEDE
26 y 27 de Enero de 2018	Lancia 7
24 y 25 de Febrero de 2018	Nocedo 96
17 y 18 de Marzo de 2018	Nocedo 96
7 y 8 de Abril de 2018	Nocedo 96
25 y 26 de Mayo de 2018	Nocedo 96
9 Y 10 de Junio de 2018	Lancia 7

PRECIO DE LA FORMACION:

OPCION 1
Un solo pago al matricularse en la formación de 900 €
OPCION 2
Matrícula de 200 € y dos pagos de 375 € en el 2º y 4º seminario
OPCION 3
4 pagos de 250 € uno a la matrícula y otros 3 en el 2º, 4º y 6º seminario.

ABONAR EN EL NUMERO DE CUENTA – CAIXABANK - SANASPORT

ES56 2100 1905 3302 0011 7686



PROGRAMA DE LA FORMACION

1.- EL DRENAJE LINFATICO MANUAL – DLM

- Historia del D.L.M.
- Características y campos de acción de D.L.M
- Diferencias entre el masaje y el D.L.M
- La linfa: formación y recorrido de los vasos linfáticos.
- Circulación linfática y anastomosis. Anatomofisiología del sistema circulatorio y linfático.
- Anatomía y función del ganglio linfático.
- Contraindicaciones relativas, absolutas y precauciones del D.L.M.
- Clasificación de los edemas: primarios, secundarios, funcionales, orgánicos, precoces, tardíos.
- Edemas locales del SNC y sistema nervioso periférico (migrañas, parálisis facial, sinusitis, trastornos auditivos ...)
- Complicaciones en los tratamientos de edemas linfáticos: fibrosis, post- radioterapia, cicatrices retráctiles...
- Recomendaciones de higiene postural y autocuidado para pacientes con edemas (cuidados de la piel, ejercicios....)

PRACTICAS:

- Aprendizaje de los principales movimientos de las secuencias de DLM: bombeo, bombeo-dador, pasos de elefantes, movimientos desfibrosantes, antiedemas, círculos fijos...
- Tratamiento básico: cuello (cadenas ganglionares..)
- Tratamiento de abdomen
- Tratamiento de miembro inferior (parte anterior y parte posterior)
- Tratamiento de nuca, espalda y zona lumbar
- Tratamiento de Miembro Superior y Pecho



- Tratamiento de Cara y Cabeza
- Tratamientos de fleboedemas y linfedemas en miembros inferiores
- Tratamiento específico de los edemas linfoestáticos locales postquirúrgicos y tratamiento de cicatrices: Operaciones ortopédicas Cirugía plástica y medicina estética: correcciones de nariz, orejas, pared abdominal, senos, "face-lifting", liposucción... Trasplantes de piel Operaciones maxilares y extracciones dentarias...



Tratamiento de cicatrices tras heridas, quemaduras o úlceras cicatrizadas. Tratamientos de cara y cuello (secuencias especiales) en indicaciones dermatológicas: Acné rosácea Eczemas crónicos y alérgicos - Tratamiento de profilaxis de aparición de estrías

Tratamiento de edemas linfoestáticos de origen traumático(secuencias especiales en miembro superior y miembro inferior en casos de: Hematomas Esguinces y musculares Luxaciones y post-luxaciones, lesiones ligamentosas , Artrosis , Tendinitis, roturas de fibras...

Tratamientos específicos en patología crónica local respiratoria (secuencias especiales):

Resfriados crónicos y alergias Sinusitis, amigdalitis Bronquitis crónica Asma crónico-

Patologías específicas del aparato digestivo: Estreñimiento crónicos en embarazadas.

Tratamiento anticelulítico: definición. Clasificación. Diagnóstico diferencial: Obesidad. Edemas. Síndrome de Barraquer Simmons Etc...

Fisiopatología de la celulitis: Factores genéticos.

Factores hormonales. Factores nutricionales. Factores vasculares. Factores



tóxicos. Factores mecánicos.

Tratamiento nutricional. Nutracéuticos.

Fitofármacos utilizados para el tratamiento de la celulitis.

Acciones, indicaciones, contraindicaciones y efectos secundarios, evidencias.

Historia Indicaciones, contraindicaciones y beneficios Técnicas y maniobras faciales en: Región del Cuello Región Mandibular Región Maxilar Región Zigomática Región Nasal Región de la sien Región infraorbital y supraorbital Maniobras de drenaje facial

