

INTRODUÇÃO A DRENAGEM MODELADORA

 **Cursoslivres**



Quando a técnica é recomendada

A drenagem modeladora é uma técnica manual pertencente ao campo da estética corporal que visa estimular a circulação sanguínea e linfática, favorecer a eliminação de líquidos e toxinas, e contribuir para a modelagem do contorno corporal. Embora muitas vezes seja confundida com a drenagem linfática ou com a massagem redutora, a drenagem modeladora possui características próprias que determinam suas indicações e a forma como deve ser aplicada.

Diferente da drenagem linfática, que tem um caráter terapêutico mais amplo e movimentos suaves voltados ao estímulo do sistema linfático, a drenagem modeladora utiliza manobras mais intensas, firmes e rápidas, com o objetivo de melhorar a definição corporal e mobilizar líquidos acumulados em determinadas regiões do corpo. Essa técnica é especialmente recomendada para pessoas que buscam melhorar a aparência corporal sem procedimentos invasivos.

A técnica é indicada, em especial, para indivíduos que apresentam **retenção de líquidos** e que sofrem com a sensação de inchaço, principalmente em regiões como pernas, abdômen e braços. O estímulo da circulação linfática e venosa por meio das manobras ajuda a reduzir o edema e promove uma sensação de leveza corporal. Esse benefício é notado com frequência por pessoas que permanecem muito tempo em pé ou sentadas ao longo do dia, ou ainda por aquelas que enfrentam alterações hormonais ou alimentares que favorecem a retenção hídrica.

Outra recomendação comum para a aplicação da drenagem modeladora é em casos de **gordura localizada** leve a moderada. A técnica favorece a mobilização de líquidos e auxilia na reabsorção de depósitos adiposos superficiais. Embora a drenagem modeladora não provoque a quebra direta de células de gordura, como algumas técnicas de massagem redutora, ela contribui para a melhora do tônus da pele e do aspecto corporal ao estimular o metabolismo local e a oxigenação dos tecidos. Por isso, pode ser uma aliada importante em programas de emagrecimento, especialmente quando associada a hábitos saudáveis.

A técnica também é recomendada para pessoas que desejam **melhorar o contorno corporal**, mesmo sem alterações significativas no peso. A redefinição da silhueta corporal por meio da drenagem modeladora é uma das principais razões que levam indivíduos a procurar esse tipo de atendimento estético. O tratamento, quando realizado de forma regular, pode proporcionar melhora na textura da pele, tonificação das áreas tratadas e sensação de firmeza.

Além disso, a drenagem modeladora é frequentemente aplicada em **procedimentos estéticos complementares**, como após sessões de radiofrequência, criolipólise, ultrassom estético, entre outros. Nesses casos, a técnica auxilia na absorção dos efeitos dos procedimentos, acelera o processo de recuperação tecidual e potencializa os resultados esperados.

Mulheres no período pré-menstrual ou que apresentam **alterações hormonais associadas ao ciclo menstrual** também podem se beneficiar da drenagem modeladora. A retenção de líquidos e o desconforto abdominal são queixas comuns nessa fase, e a técnica pode proporcionar alívio, além de contribuir para o bem-estar físico e emocional. Da mesma forma, em momentos de estresse ou cansaço físico, a drenagem modeladora pode promover relaxamento muscular e melhora na circulação geral.

Contudo, é fundamental que a aplicação da técnica seja precedida de uma avaliação individual, na qual o profissional identifique possíveis contraindicações ou adaptações necessárias. A presença de doenças vasculares, processos inflamatórios ativos, alterações circulatórias, gestação em determinados períodos ou histórico de trombose, por exemplo, pode exigir cuidados especiais ou mesmo contraindicar a realização do procedimento.

Outro ponto relevante é o **perfil do cliente e suas expectativas**. A drenagem modeladora não deve ser indicada como solução milagrosa para emagrecimento ou tratamento definitivo contra celulite e gordura localizada. Trata-se de uma ferramenta complementar, que deve ser compreendida dentro de um plano de cuidados mais amplo, envolvendo alimentação

equilibrada, atividade física, hidratação adequada e acompanhamento profissional.

A técnica é ainda recomendada como forma de **prevenção de disfunções estéticas**, especialmente em pessoas com predisposição genética ou estilo de vida sedentário. Quando aplicada com regularidade, a drenagem modeladora pode auxiliar na manutenção dos resultados obtidos por meio de outras práticas, contribuindo para um corpo mais equilibrado, saudável e com aparência mais harmoniosa.

Em resumo, a drenagem modeladora é indicada para indivíduos que buscam melhora estética moderada, redução de inchaço, alívio de retenção de líquidos e tonificação da pele. Seus efeitos são mais eficazes quando integrados a um estilo de vida saudável e aplicados por profissionais qualificados, que saibam reconhecer o momento certo e as condições adequadas para a técnica ser empregada com segurança e eficácia.

Referências Bibliográficas

- GUIMARÃES, C. M. *Manual de técnicas em estética corporal*. São Paulo: Senac, 2017.
- OLIVEIRA, L. R. *Estética corporal: fundamentos e técnicas*. Rio de Janeiro: Rubio, 2019.
- COSTA, J. R. *Massagens estéticas: teoria e prática para profissionais*. Curitiba: Intersaberes, 2021.
- OLIVEIRA, M. L. *Estética e massoterapia: fundamentos, técnicas e cuidados*. São Paulo: Phorte, 2021.
- ANVISA. *Manual de boas práticas em procedimentos estéticos*. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa>. Acesso em: ago. 2025.

Principais Regiões Tratadas na Drenagem Modeladora

A drenagem modeladora é uma técnica manual aplicada com o objetivo de estimular a circulação sanguínea e linfática, promover a eliminação de líquidos acumulados e contribuir para a remodelagem do contorno corporal. Ao contrário da drenagem linfática tradicional, que utiliza toques suaves e lentos para estimular o sistema linfático, a drenagem modeladora recorre a manobras mais firmes, com maior pressão e ritmo mais intenso. Esse diferencial torna algumas regiões do corpo mais indicadas para receber o tratamento, de acordo com suas características anatômicas e fisiológicas.

A escolha das **regiões tratadas** depende das necessidades individuais, do tipo físico e da avaliação feita pelo profissional esteticista. Entretanto, há áreas que concentram maior interesse estético e são comumente trabalhadas por apresentarem maior acúmulo de gordura localizada, retenção de líquidos e tendência à flacidez. Essas regiões são tratadas com técnicas específicas que visam não apenas a melhoria visual, mas também a promoção do bem-estar.

Abdômen

O abdômen é uma das regiões mais procuradas nos tratamentos estéticos e uma das principais áreas de atuação da drenagem modeladora. Essa região tende a acumular gordura subcutânea, especialmente em indivíduos com hábitos alimentares desequilibrados, sedentarismo ou alterações hormonais. Além disso, é comum a retenção de líquidos no baixo ventre, causando desconforto e inchaço. As manobras aplicadas no abdômen são direcionadas para estimular a mobilização dos líquidos e a ativação da circulação, promovendo sensação de leveza e melhora do contorno abdominal.

Flancos

Os flancos, localizados nas laterais da região abdominal, também são áreas frequentemente tratadas. Popularmente conhecidos como “pneuzinhos”, são zonas de acúmulo de gordura localizada que impactam diretamente a silhueta

corporal. A drenagem modeladora nessa área contribui para a suavização do contorno e pode ajudar na prevenção da formação de depósitos de gordura mais rígidos, desde que associada a práticas saudáveis e sessões regulares.

Coxas

As coxas, especialmente a parte interna e posterior, são regiões que comumente apresentam acúmulo de gordura, celulite e flacidez. A drenagem modeladora nas coxas atua tanto na redução do inchaço quanto na melhora da textura da pele. A técnica promove estímulo circulatório e auxilia na liberação de toxinas, contribuindo para a tonificação e a uniformização do aspecto cutâneo. Além disso, pode favorecer o alívio da sensação de peso nas pernas, especialmente em pessoas que permanecem longos períodos sentadas ou em pé.

Glúteos

Os glúteos constituem uma região anatômica relevante nos tratamentos de estética corporal por serem áreas de preocupação estética comum, especialmente no que se refere à firmeza, ao volume e à presença de celulite. A drenagem modeladora nos glúteos visa melhorar a circulação local, estimular o metabolismo celular e favorecer a oxigenação dos tecidos, o que pode contribuir para o aspecto mais tonificado e uniforme da pele. Além disso, o trabalho nessa área pode ajudar na prevenção de acúmulos gordurosos e no desconforto causado por retenção de líquidos.

Braços

Os braços, sobretudo a região posterior, também são comumente tratados com drenagem modeladora, especialmente em pessoas que apresentam flacidez e retenção de líquidos. A área dos tríceps é uma das mais afetadas pela perda de tônus com o passar dos anos, sendo sensível ao toque e de difícil tonificação. A drenagem modeladora pode ajudar na definição do contorno do braço, estimulando a circulação e auxiliando na eliminação de toxinas acumuladas. Embora os resultados sejam sutis nessa região, a regularidade do tratamento pode trazer melhorias visíveis.

Costas

A região das costas, principalmente a área superior próxima às escápulas e a lombar, é menos citada, mas também pode ser beneficiada pela técnica, especialmente em indivíduos que acumulam gordura ou tensão muscular nessas áreas. A drenagem modeladora nessa região pode promover alívio de tensões, estimular a circulação e contribuir para o equilíbrio corporal como um todo. Quando associada a outras técnicas de relaxamento ou alongamento, os benefícios podem ser ainda mais amplos.

Face (com limitações)

Embora a drenagem modeladora seja majoritariamente aplicada no corpo, algumas variações da técnica, com manobras adaptadas, podem ser empregadas no rosto. Contudo, por se tratar de uma região sensível e com características anatômicas delicadas, deve-se evitar a aplicação da técnica com pressão intensa. Quando realizada com toques mais leves, pode auxiliar na redução de inchaços faciais, estimular a circulação e melhorar a vitalidade da pele, especialmente em regiões como as bochechas, queixo e pescoço.

Considerações Finais

O tratamento por meio da drenagem modeladora deve sempre considerar a anatomia e fisiologia de cada região, respeitando os limites do corpo e as condições de saúde do cliente. A avaliação individualizada permite identificar as áreas prioritárias, as particularidades da circulação e a presença de contraindicações. Além disso, a aplicação da técnica deve ser realizada por profissionais capacitados, que conheçam a estrutura corporal e saibam adaptar as manobras às necessidades específicas de cada região.

A escolha das regiões a serem tratadas não deve se basear apenas em fatores estéticos, mas também em critérios funcionais, visando a promoção do equilíbrio corporal e o bem-estar do indivíduo como um todo. A atuação ética, responsável e técnica é o que garante a eficácia e a segurança da drenagem modeladora, tornando-a uma importante aliada no cuidado com o corpo.

Referências Bibliográficas

- GUIMARÃES, C. M. *Manual de técnicas em estética corporal*. São Paulo: Senac, 2017.
- OLIVEIRA, L. R. *Estética corporal: fundamentos e técnicas*. Rio de Janeiro: Rubio, 2019.
- COSTA, J. R. *Massagens estéticas: teoria e prática para profissionais*. Curitiba: Intersaberes, 2021.
- OLIVEIRA, M. L. *Estética e massoterapia: fundamentos, técnicas e cuidados*. São Paulo: Phorte, 2021.
- ANVISA. *Boas práticas em procedimentos estéticos*. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa>. Acesso em: ago. 2025.



Resultados Esperados em Abordagens Estéticas

As abordagens estéticas vêm ganhando espaço como ferramentas complementares para a promoção da saúde, bem-estar e valorização da imagem corporal. Com o avanço das técnicas manuais e dos recursos tecnológicos, os procedimentos estéticos não invasivos têm sido cada vez mais procurados por pessoas que desejam melhorar a aparência, prevenir disfunções estéticas e reforçar a autoestima. Entretanto, para que os resultados sejam compreendidos corretamente, é essencial ter clareza sobre os efeitos reais esperados, suas limitações e a importância da atuação profissional qualificada.

De maneira geral, os resultados esperados em procedimentos estéticos envolvem a **melhora do aspecto da pele**, a **redução da retenção de líquidos**, a **modelagem do contorno corporal**, a **atenuação da celulite**, o **estímulo à circulação sanguínea e linfática**, e a **sensação de bem-estar físico e emocional**. Esses efeitos podem ser obtidos de forma gradual e acumulativa, a depender da técnica utilizada, da frequência das sessões, das características individuais do cliente e do comprometimento com hábitos saudáveis.

Um dos principais objetivos das técnicas manuais, como a drenagem linfática e a drenagem modeladora, é a **diminuição do edema** e da sensação de inchaço, especialmente em regiões como pernas, abdômen e rosto. A melhora da circulação linfática permite a eliminação de toxinas acumuladas e o reequilíbrio dos fluidos corporais, o que se reflete na leveza do corpo, na definição do contorno e na melhora do tônus da pele. Ainda que o efeito visual da redução de medidas seja muitas vezes temporário, a continuidade do tratamento contribui para resultados mais duradouros.

Em relação à **tonificação e à firmeza da pele**, os estímulos mecânicos realizados nas massagens e nas terapias combinadas com eletroterapia ajudam na reorganização das fibras de colágeno e elastina, além de melhorarem a oxigenação dos tecidos. Isso proporciona uma aparência mais saudável, com textura mais uniforme, especialmente em áreas com flacidez leve. A massagem modeladora, por exemplo, pode atuar diretamente sobre o

tecido subcutâneo, auxiliando na suavização de irregularidades e na prevenção de novas formações de gordura localizada.

Outro resultado esperado é a **redução do aspecto da celulite**, condição multifatorial que atinge principalmente mulheres e está associada à má circulação, retenção de líquidos e alterações na estrutura da pele. Técnicas que promovem o aumento do metabolismo local, a melhora da vascularização e a drenagem de líquidos podem contribuir para a diminuição da aparência ondulada da pele, embora a celulite não possa ser eliminada completamente. A orientação profissional sobre a manutenção dos resultados e a adoção de hábitos saudáveis é essencial nesse contexto.

As abordagens estéticas também oferecem **efeitos relaxantes e psicofísicos** relevantes. O toque terapêutico, o cuidado com o corpo e o ambiente acolhedor das sessões proporcionam alívio do estresse, melhora da qualidade do sono e sensação de bem-estar geral. A valorização da aparência, aliada à percepção de cuidado pessoal, tem impacto direto na autoestima e na autoconfiança, fatores que refletem positivamente na vida social, profissional e afetiva do cliente.

No entanto, é importante salientar que os resultados esperados em procedimentos estéticos são **variáveis e influenciados por múltiplos fatores**, como idade, tipo de pele, metabolismo, estilo de vida, presença de doenças, uso de medicamentos e grau de comprometimento com o tratamento. A atuação do profissional consiste não apenas na aplicação das técnicas, mas também na realização de uma avaliação completa, na definição de metas realistas e na orientação contínua do cliente.

Também é fundamental destacar que os procedimentos estéticos **não substituem tratamentos médicos**, nem oferecem soluções definitivas para questões complexas como obesidade, disfunções hormonais ou patologias dermatológicas. Quando associados a práticas saudáveis, os tratamentos estéticos podem atuar como aliados no cuidado com o corpo e na prevenção de alterações estéticas, mas sempre dentro dos limites éticos e técnicos da profissão.

Os melhores resultados são observados quando há **regularidade nas sessões, individualização dos protocolos, uso de produtos de qualidade**, e, principalmente, **adesão a um estilo de vida equilibrado**, que inclua alimentação saudável, prática de atividades físicas, hidratação e gestão do estresse. O profissional de estética deve ser transparente ao informar os objetivos possíveis, evitando promessas exageradas e respeitando a complexidade biológica de cada organismo.

Em resumo, as abordagens estéticas oferecem uma variedade de benefícios reais, que vão desde a melhora visual do corpo e da pele até efeitos emocionais positivos. A expectativa sobre os resultados deve ser orientada por informações claras, baseadas em evidências e ajustadas às particularidades de cada indivíduo. Assim, o atendimento estético se torna não apenas um ato de beleza, mas também um processo educativo e de cuidado integral com o corpo e a mente.

Referências Bibliográficas

- GUIMARÃES, C. M. *Manual de técnicas em estética corporal*. São Paulo: Senac, 2017.
- OLIVEIRA, L. R. *Estética corporal: fundamentos e técnicas*. Rio de Janeiro: Rubio, 2019.
- COSTA, J. R. *Massagens estéticas: teoria e prática para profissionais*. Curitiba: Intersaberes, 2021.
- OLIVEIRA, M. L. *Estética e massoterapia: fundamentos, técnicas e cuidados*. São Paulo: Phorte, 2021.
- ANVISA. *Manual de boas práticas em procedimentos estéticos*. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa>. Acesso em: ago. 2025.

Condições que Impedem a Aplicação da Técnica

A drenagem modeladora é uma técnica amplamente utilizada na estética corporal para melhorar o contorno corporal, estimular a circulação e promover a eliminação de líquidos e toxinas. Seus benefícios são reconhecidos tanto no campo estético quanto no bem-estar físico e emocional. No entanto, como qualquer procedimento que atua diretamente sobre os tecidos corporais, ela exige conhecimento técnico, bom senso profissional e, principalmente, respeito às condições de saúde do cliente. Existem situações clínicas e fisiológicas que contraindicam ou limitam a aplicação da técnica, com o objetivo de proteger o indivíduo de possíveis complicações.

As **contraindicações absolutas** são aquelas nas quais o procedimento é completamente desaconselhado, por representar riscos à saúde do cliente. Já as **contraindicações relativas** indicam que a técnica pode ser aplicada apenas com cautela, avaliação individual e, em alguns casos, com autorização médica. Conhecer essas condições é fundamental para a segurança e ética na prática estética.

Doenças vasculares

Pessoas com **problemas circulatórios graves**, como trombose venosa profunda, flebite, varizes de grande calibre ou histórico recente de embolia, não devem ser submetidas à drenagem modeladora. A aplicação de pressão sobre os vasos pode favorecer o deslocamento de coágulos e gerar complicações graves, como embolias pulmonares. Mesmo em casos leves de insuficiência venosa ou varizes iniciais, é imprescindível que o profissional avalie os riscos e, se necessário, exija liberação médica.

Processos inflamatórios ou infecciosos

A presença de **infecções ativas**, inflamações agudas, feridas abertas, dermatites, erupções cutâneas ou febre são contraindicações importantes. Nessas situações, o corpo já se encontra em estado de alerta imunológico, e a manipulação das áreas afetadas pode agravar o quadro clínico, espalhar a infecção ou comprometer a recuperação do organismo. A integridade da pele

e a ausência de sinais infecciosos são requisitos básicos para o início de qualquer técnica manual.

Câncer e tratamento oncológico

Pacientes em **tratamento oncológico** ou com histórico recente de câncer requerem atenção especial. Embora algumas técnicas de drenagem possam ser benéficas para controle de edemas, especialmente em casos de linfedema pós-cirúrgico, a drenagem modeladora, com suas manobras vigorosas, não é recomendada sem liberação expressa de um médico responsável. Existe o risco teórico de estímulo à circulação de células tumorais e de agravamento de áreas frágeis do organismo.

Distúrbios cardiovasculares

Indivíduos com **hipertensão arterial não controlada**, insuficiência cardíaca, arritmias graves ou doenças cardíacas estruturais não devem ser submetidos à drenagem modeladora sem autorização médica. O aumento da circulação sanguínea induzido pela técnica pode sobrecarregar o sistema cardiovascular e gerar alterações na pressão arterial ou na frequência cardíaca. A avaliação prévia da pressão arterial e da saúde cardiovascular é uma medida de segurança essencial.

Gravidez

A **gestação**, especialmente no primeiro trimestre, é considerada uma contraindicação relativa. Embora existam massagens adaptadas para gestantes, a drenagem modeladora, com suas manobras intensas e áreas sensíveis de aplicação, não é indicada nesse período. A região abdominal, lombar e outras áreas próximas ao útero devem ser evitadas, e qualquer atendimento a gestantes deve seguir protocolos específicos, preferencialmente com aval do obstetra.

Alterações cutâneas ou procedimentos recentes

Pessoas que tenham passado por **cirurgias recentes, lipoaspiração, aplicação de bioestimuladores, preenchimentos, tatuagens novas ou outros procedimentos invasivos** devem aguardar o tempo necessário de

cicatrização antes de realizar a drenagem modeladora. O tecido em recuperação é mais suscetível a lesões e complicações, e a manipulação precoce pode prejudicar o resultado do procedimento anterior.

Doenças autoimunes e crônicas descompensadas

Algumas **doenças autoimunes**, como lúpus, artrite reumatoide ou esclerose sistêmica, podem gerar reações inflamatórias em diversos sistemas do corpo. Nesses casos, o profissional deve avaliar o grau de estabilidade da condição, e a aplicação da técnica deve ser feita somente com conhecimento do quadro clínico. Da mesma forma, doenças como diabetes mellitus descompensado, doenças hepáticas ou renais graves e alterações metabólicas importantes exigem cuidado redobrado.

Distúrbios psicológicos e sensibilidade aumentada

Pessoas com **distúrbios de imagem corporal, hipersensibilidade ao toque, quadros de ansiedade acentuada ou fobia de contato físico** podem não se adaptar bem à técnica, especialmente pela intensidade das manobras. Nesses casos, o atendimento deve ser personalizado, respeitando os limites emocionais do cliente, e pode ser necessário buscar alternativas mais suaves ou encaminhar para suporte psicológico complementar.

Considerações Éticas e Técnicas

A identificação dessas contraindicações deve ser feita por meio de uma **avaliação criteriosa**, preferencialmente com anamnese detalhada e, quando necessário, a solicitação de exames ou parecer médico. O profissional da estética não é habilitado a diagnosticar patologias, mas tem a responsabilidade de reconhecer sinais de alerta e zelar pela segurança do atendimento. A omissão de informações importantes por parte do cliente, seja por desconhecimento ou por insegurança, reforça a importância da escuta atenta e da construção de um ambiente de confiança.

Ademais, manter registros atualizados, termos de consentimento e protocolos padronizados ajuda a resguardar o profissional em sua prática. A técnica da drenagem modeladora, apesar de segura para a maioria das

pessoas, não deve ser aplicada de forma indiscriminada ou com foco apenas estético, ignorando os aspectos clínicos envolvidos.

Referências Bibliográficas

- GUIMARÃES, C. M. *Manual de técnicas em estética corporal*. São Paulo: Senac, 2017.
- OLIVEIRA, M. L. *Estética e massoterapia: fundamentos, técnicas e cuidados*. São Paulo: Phorte, 2021.
- COSTA, J. R. *Massagens estéticas: teoria e prática para profissionais*. Curitiba: Intersaberes, 2020.
- ANVISA. *Manual de boas práticas em procedimentos estéticos*. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa>. Acesso em: ago. 2025.
- BRASIL. Ministério da Saúde. *Protocolos de atenção à saúde: procedimentos manuais e cuidados não invasivos*. Brasília: MS, 2022.



Cuidados Pré e Pós-Atendimento na Drenagem Modeladora

A drenagem modeladora é uma técnica da estética corporal com crescente adesão por parte de pessoas que buscam melhorar o contorno corporal, reduzir a retenção de líquidos e estimular o bem-estar físico. Como qualquer procedimento estético manual, sua aplicação segura e eficaz depende não apenas da técnica correta, mas também da observância de cuidados antes e após cada sessão. Esses cuidados têm como objetivo preparar o organismo, minimizar riscos, potencializar os resultados e garantir a preservação da saúde do cliente.

Cuidados pré-atendimento

O momento que antecede a sessão de drenagem modeladora é essencial para garantir a segurança e a eficácia do procedimento. Antes de iniciar qualquer intervenção estética, é fundamental que o profissional realize uma **avaliação completa**, coletando informações sobre o histórico de saúde do cliente, presença de contraindicações, queixas principais e expectativas. Essa anamnese deve ser registrada e atualizada periodicamente.

Entre os cuidados mais relevantes antes da aplicação da técnica está a **hidratação adequada**. Recomenda-se que o cliente esteja bem hidratado, ingerindo água ao longo do dia. A água favorece o funcionamento dos sistemas linfático e circulatório, facilitando a eliminação de toxinas e promovendo melhores respostas à manipulação dos tecidos.

Outro ponto importante diz respeito à **alimentação**. Embora não haja uma dieta obrigatória, orienta-se que o cliente evite refeições pesadas, ricas em gordura e sódio, antes da sessão. Esses alimentos podem favorecer a retenção de líquidos e dificultar o processo de drenagem. O ideal é manter uma alimentação leve e equilibrada nas horas que antecedem o atendimento.

A prática de **atividades físicas intensas** imediatamente antes da sessão também deve ser evitada. O esforço físico aumenta a temperatura corporal e pode sensibilizar os músculos e tecidos, tornando o toque da técnica desconfortável. O mesmo se aplica ao consumo de álcool, que interfere no metabolismo hepático e na circulação, podendo comprometer os efeitos desejados da drenagem.

Outro cuidado importante é a **condição da pele**. A região a ser tratada deve estar limpa, sem uso de cremes ou loções que dificultem o deslizamento das mãos e sem lesões, erupções cutâneas ou sinais de inflamação. O cliente deve ser orientado a informar qualquer alteração recente na pele, como procedimentos, alergias ou exposição solar intensa.

É papel do profissional orientar o cliente sobre o **uso de roupas confortáveis** e, se possível, evitar o uso de peças muito justas ou que possam comprimir as regiões trabalhadas. A escolha adequada da vestimenta contribui para o conforto durante e após a sessão.

Cuidados pós-atendimento

Após a realização da drenagem modeladora, é igualmente importante adotar cuidados que favoreçam a recuperação dos tecidos, a manutenção dos efeitos estéticos e a prevenção de desconfortos.

A **ingestão de água** continua sendo essencial no período pós-atendimento. Ela auxilia na eliminação de toxinas mobilizadas pela técnica, favorece o funcionamento renal e contribui para a renovação celular. Orienta-se que o cliente mantenha uma boa hidratação nas horas e dias seguintes à sessão, como parte de um hábito contínuo de cuidado com o corpo.

O cliente deve ser orientado a evitar, nas horas seguintes ao procedimento, a **exposição direta ao sol**, especialmente se a pele apresentar vermelhidão ou sensibilidade. A aplicação de produtos cosméticos agressivos, o uso de roupas apertadas e a realização de atividades físicas extenuantes também devem ser adiadas por, pelo menos, algumas horas, a depender da resposta individual ao tratamento.

Alguns indivíduos podem apresentar leve **sensação de cansaço, sonolência ou sede aumentada**, o que é considerado normal, especialmente em sessões mais intensas. Caso o cliente relate dor, hematomas ou desconforto excessivo, é necessário revisar a técnica aplicada e reavaliar as condições de saúde do cliente antes da continuidade do protocolo.

É importante reforçar a orientação quanto à **alimentação balanceada** e à prática regular de exercícios físicos como fatores que potencializam os resultados da drenagem modeladora. A técnica, por si só, não substitui hábitos saudáveis, mas atua como coadjuvante no equilíbrio corporal e na melhora estética.

Além disso, o acompanhamento contínuo pelo profissional é fundamental. Durante as sessões subsequentes, devem ser observadas alterações no corpo, reações cutâneas, variações na retenção de líquidos e resposta aos estímulos. Essas observações contribuem para ajustes técnicos, personalização do atendimento e maior efetividade dos resultados.

Por fim, é papel do profissional promover uma relação educativa com o cliente, explicando de forma clara que os resultados esperados são progressivos, dependem da continuidade das sessões e da adesão a um estilo de vida equilibrado. Estimular a autonomia do cliente no cuidado com o próprio corpo é um diferencial ético e técnico que valoriza a atuação na área da estética.

Referências Bibliográficas

- OLIVEIRA, M. L. *Estética e massoterapia: fundamentos, técnicas e cuidados*. São Paulo: Phorte, 2021.
- GUIMARÃES, C. M. *Manual de técnicas em estética corporal*. São Paulo: Senac, 2017.
- COSTA, J. R. *Massagens estéticas: teoria e prática para profissionais*. Curitiba: Intersaberes, 2020.
- ANVISA. *Manual de boas práticas em procedimentos estéticos*. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa>. Acesso em: ago. 2025.

- BRASIL. Ministério da Saúde. *Caderno de Atenção Básica: Práticas integrativas e complementares*. Brasília: MS, 2018.



Limites de Atuação do Profissional Não Habilitado

No campo da estética corporal, a prática de técnicas manuais como a drenagem modeladora tem se tornado cada vez mais comum entre profissionais que atuam na área de cursos livres, especialmente aqueles que não possuem formação técnica ou superior regulamentada. Diante disso, torna-se essencial compreender os **limites legais, éticos e técnicos da atuação do profissional não habilitado**, de forma a garantir a segurança dos clientes, evitar infrações jurídicas e promover uma prática responsável e respeitosa com a saúde humana.

O Brasil permite a atuação de profissionais formados por cursos livres na área da estética, desde que observadas as diretrizes da **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (Lei nº 9.394/1996)** e do **Decreto nº 5.154/2004**, que regulamentam a educação profissional em nível básico. No entanto, isso não confere ao aluno desses cursos o título de técnico ou especialista reconhecido por conselhos de classe. Portanto, o profissional formado apenas em cursos livres deve atuar **exclusivamente dentro do escopo da estética não invasiva**, sem invadir áreas da saúde que exigem formação superior ou habilitação profissional legalmente regulamentada.

Um dos principais limites da atuação do profissional não habilitado é a **vedação à prática de procedimentos invasivos**, como aplicações de injetáveis, peelings profundos, uso de equipamentos ablativos ou intervenções que envolvam perfuração, corte, introdução de substâncias ou qualquer técnica que possa comprometer a integridade anatômica dos tecidos. Esses procedimentos são restritos a profissionais de saúde com registro ativo em conselhos como o Conselho Regional de Enfermagem (COREN), Conselho Regional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (CREFITO), ou Conselho Regional de Medicina (CRM).

Na prática da **drenagem modeladora**, por exemplo, o profissional não habilitado pode aplicar a técnica desde que respeite suas **características estéticas e não terapêuticas**. Isso significa que a técnica deve ser aplicada

com o objetivo de promover bem-estar, melhorar a aparência do contorno corporal, reduzir a retenção de líquidos e estimular a circulação de maneira superficial. O profissional não deve prometer resultados clínicos, tratar edemas patológicos, pós-operatórios ou condições médicas, pois isso extrapola os limites da estética e configura exercício ilegal da profissão da saúde.

Além disso, o profissional que atua com base em cursos livres deve **informar de forma clara e transparente ao cliente** sobre a natureza do serviço prestado, destacando que se trata de uma abordagem estética e não terapêutica. O certificado obtido em curso livre não equivale a diploma técnico, tecnológico ou superior, e não confere habilitação para emitir diagnósticos, prescrever tratamentos ou realizar atendimentos em ambientes clínicos ou hospitalares.

Outro aspecto importante refere-se à **utilização de equipamentos eletroestéticos**. Muitos desses aparelhos possuem normas técnicas e exigem conhecimento aprofundado sobre biofísica, anatomia e fisiologia. Seu uso indevido, sem o devido preparo e orientação, pode acarretar riscos à saúde do cliente. Assim, o profissional não habilitado deve limitar-se ao uso de equipamentos permitidos em cursos livres, respeitando as instruções do fabricante e evitando associações com terapias que demandem avaliação médica.

Do ponto de vista ético, é essencial que o profissional sem habilitação não prometa **resultados irreais ou imediatos**, tampouco utilize linguagem que induza o cliente a crer que está recebendo tratamento médico. Termos como “cura”, “emagrecimento clínico”, “tratamento de linfedema” ou “redução garantida de gordura” não devem ser utilizados, pois além de eticamente incorretos, podem configurar **publicidade enganosa** e abrir espaço para questionamentos legais.

Além disso, o profissional deve sempre manter **registros atualizados** dos atendimentos, utilizar **fichas de anamnese** com consentimento livre e esclarecido, e observar **práticas rigorosas de biossegurança**, mesmo nos atendimentos mais simples. A higiene do ambiente, o uso de materiais

descartáveis, a lavagem das mãos e a desinfecção de superfícies são obrigações que não dependem do nível de formação, mas sim do compromisso com a integridade do cliente.

Importante também ressaltar que o exercício de qualquer atividade que configure prática exclusiva de profissionais da saúde, como fisioterapia dermato-funcional ou procedimentos pós-operatórios, sem a devida formação e registro, pode configurar **exercício ilegal da profissão**, tipificado pelo artigo 47 do Decreto-Lei nº 3.688/1941 (Lei das Contravenções Penais), sujeitando o indivíduo a sanções legais.

Portanto, o profissional não habilitado deve buscar sempre **atualização contínua**, respeitar os limites impostos pela legislação, atuar com ética e responsabilidade, e reconhecer quando o caso apresentado pelo cliente ultrapassa sua área de atuação, orientando o encaminhamento adequado para um profissional da saúde.

A estética é um campo em expansão e de grande valor social, mas seu crescimento deve estar atrelado ao compromisso com a segurança, a ética e a legalidade. Respeitar os limites de atuação não significa reduzir a importância do profissional da estética, mas sim **assegurar a legitimidade de seu trabalho**, promovendo confiança, credibilidade e resultados seguros.

Referências Bibliográficas

- BRASIL. Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional.
- BRASIL. Decreto nº 5.154, de 23 de julho de 2004. Regulamenta o § 2º do art. 36 e os arts. 39 a 41 da Lei nº 9.394/1996.
- BRASIL. Decreto-Lei nº 3.688, de 3 de outubro de 1941. Lei das Contravenções Penais.
- ANVISA. *Manual de boas práticas em procedimentos estéticos*. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa>. Acesso em: ago. 2025.
- OLIVEIRA, M. L. *Estética e massoterapia: fundamentos, técnicas e cuidados*. São Paulo: Phorte, 2021.

- COSTA, J. R. *Massagens estéticas: teoria e prática para profissionais*. Curitiba: Intersaberes, 2020.

