

ARTIGO ORIGINAL

O EFEITO SINÉRGICO ENTRE MASSAGEM MODELADORA E O USO DE TERMOATIVO: COMPARATIVO ENTRE DOIS CASOS

THE SYNERGIC EFFECT BETWEEN MODELING MASSAGE AND THE USE OF THERMOATIVE: COMPARATIVE BETWEEN TWO CASES

JACQUELINE DE SOUZA SANTOS¹

JENNYFER PEREIRA DA SILVA¹

THAMIRES BATISTA SILVA¹

SILMARA PATRICIA CORREIA DA SILVA MACRI²

ANNIELLE MENDES BRITO DA SILVA³.

1. Acadêmica do Curso Superior Tecnológico em Estética e Cosmética da Universidade Santo Amaro (UNISA) - São Paulo - SP
2. Docente e orientadora da Universidade Santo Amaro (UNISA) – São Paulo – SP
3. Co-orientadora da Universidade Santo Amaro (UNISA) – São Paulo - SP

RESUMO

Estudos relatam que a associação de um termoativo, com os movimentos vigorosos da massagem modeladora (MM) fazem com que ocorra um aumento da circulação sanguínea, acelerando o metabolismo e melhorando a oxigenação do tecido, o que gera a diminuição da flacidez, redução da retenção de líquido e melhora da função intestinal. A técnica de MM tem como função modelar o contorno corporal, remodelar a gordura localizada e, conseqüentemente, melhorar a aparência do fibroedema gelóide (FEG). O presente trabalho teve como objetivo avaliar a eficácia da MM com e sem o uso de termoativos na remodelação do contorno corporal. Foram selecionadas duas voluntárias, que foram submetidas ao procedimento de MM na presença e ausência. Além dos fatores fisiológicos, para a análise de cada caso, foram considerados os fatores ambientais e os hábitos das voluntárias. Foi observada a melhora do aspecto da FEG em ambos os casos. A redução imediata de medidas após as 3 aplicações semanais foi mais eficiente com o uso do termoativo, devido ao aumento da irrigação local, da melhora na motilidade intestinal, além da redução do edema na região abdominal. Desta forma, associação entre MM e termoativo mostrou-se mais eficiente na melhora do quadro de FEG.

Endereço: UNISA - Campus 1 - R. Prof. Enéas de Siqueira Neto, 340
Jardim das Imbuías, São Paulo - SP, 04829-300
Telefone: 0800 17 17 96

Palavras-chave: Gordura, Celulite, Medidas, Redução, Abdominal

ABSTRACT

Modeling massage (MM) causes an increase in blood circulation, accelerating the metabolism and improving the oxygenation of the tissue, which generates a decrease in flaccidity, reduction of fluid retention, and improvement of intestinal function. The MM technique has the function of modeling the body contour, remodeling the localized fat, and, consequently, improving the appearance of the Fibro edema gelloid (FEG). The present study aimed to evaluate the effectiveness of MM with and without the use of thermogenic agents in the remodeling of body contour. Two volunteers were selected, who underwent the MM procedure in the presence and absence. In addition to the physiological factors, for the analysis of each case, the environmental factors and the habits of the volunteers were considered. Improvement in the appearance of the FEG was observed in both cases. The immediate reduction of measures after the 3 weekly applications was more efficient with the use of the thermogenic agents, due to the increase of the local irrigation, the improvement in the intestinal motility, besides the reduction of the edema in the abdominal region. Thus, an association between MM and thermogenic agents was shown to be more efficient in improving the condition of FEG.

Key-words: Adipocytes, Cellulite, Ouctome, Assessment Health, Weight Loss, Abdominal Fat.

INTRODUÇÃO

Atualmente temos muitos procedimentos que podem ajudar a chegar no tão falado padrão de beleza e nesta busca compreende-se que cada pessoa possui um biotipo diferente, com as variáveis idade, sexo, carga hormonal, herança genética, hábitos de vida e alimentação. Parte da população feminina procura tratamentos melhora da saúde, autoestima e bem-estar, utilizando métodos como acompanhamento médico, nutricionistas, exercícios físicos e o acompanhamento profissionais de estética, principalmente para a redução de gordura localizada e celulite. De acordo com (MACHADO,2017) e (CALVACANTE,2016) . A gordura localizada é o aumento da espessura e consistência do tecido adiposo, que tem como principal função o armazenamento de energia e a

Endereço: UNISA - Campus 1 - R. Prof. Enéas de Siqueira Neto, 340
Jardim das Imbuías, São Paulo - SP, 04829-300
Telefone: 0800 17 17 96

atuação como isolante térmico do organismo (JUNQUEIRA, 2017) e (BORGES,2016).O tecido adiposo é composto por adipócitos, células de aparência arredondada que podem se multiplicar na infância e adolescência, e permanecer na vida adulta, podendo variar a quantidade de lipídios depositado em seu interior (JUNQUEIRA,2017). No tecido adiposo encontramos o maior depósito de energia do corpo, armazenada na forma de triglicerídeos (compostos de ácidos graxos e glicerol), que são provenientes, em sua maioria, de uma alimentação rica em carboidratos e gorduras. Em excesso, o tecido adiposo aumenta o risco para doenças cardiovasculares, reduzindo a expectativa de vida e agravando o estresse, sendo que o seu excesso também pode ocorrer em pessoas que não apresentam quadro de sobrepeso.(JUNQUEIRA,2016) e (BORGES,2016)

Cerca de 80% da população feminina sofre com fibroedema gelóide (FEG) mais conhecida pelo termo celulite. Este termo teve origem na literatura médica francesa há mais de 150, também é conhecida como adiposidade edematosa, lipodistrofia ginóide e dermatopaniculose deformante (HEXSEL,2014). FEG é considerado uma alteração do tecido conjuntivo onde o aumento de gordura, resulta na compressão das células nervosas, vasos linfáticos e sanguíneos gerando o edema, reduzindo a circulação local, debilitando o aporte de nutrientes e oxigênio e afinando a base do tecido conjuntivo dérmico. Em consequência destes fatores, ocorre a protrusão da gordura na interface dermo-hipodérmica, o que causa a aparência de pele (MOURA,2019) ondulada e irregular que deforma a camada da pele, dando o aspecto “casca de laranja”. Estes fatos acontecem a partir da puberdade, principalmente no sexo feminino, acometendo qualquer biotipo (PENTEADO,2020), preferencialmente em locais de há mais acúmulo de gordura como quadris, coxas e glúteos (ATOM,2017) e (SILVA,2015).

FEG pode ser diagnosticado de diversas formas, podendo apresentar variação de 3 ou 4 graus de gravidade. O exame mais simples consiste em pressionar o tecido adiposo entre os dedos polegar e indicador ou entre as palmas das mãos, a pele se parecerá com irregularidades (SILVA,2018). O tratamentos estéticos para FEG vêm sendo muito procurados nos últimos anos devido à grande preocupação do público feminino em busca de um corpo perfeito e para esta finalidade são utilizados métodos que tratam a flacidez muscular, a acúmulo de gordura, a tonificação cutânea, o edema, sendo também indicada a reeducação alimentar e as atividades físicas (CARNAVAL,2014).

O mercado de cosméticos é muito vasto e os cremes e géis termoaivos têm o poder de auxiliar na queima de gordura e redução medidas. Pode-se obter resultados um curto espaço de tempo, com a ajuda do estabelecimento de hábitos saudáveis. Os termoaivos podem possuir diferentes composições, onde apresentam combinação de substâncias funcionais, como cafeína, nicotinato de metila e pro vitamina B5. Em resposta aos ativos termogênicos é comum que pele apresente uma vermelhidão e ardor, que são sinais da vasodilatação o que permite a melhora da oxigenação e nutrição tecidual, promovendo o aumento do metabolismo local e uma melhor absorção dos ativos funcionais (SOUZA,2017). Cada cosmético tem uma forma correta de ser aplicado, mas, por ser associado à perda de gordura, os cremes e géis termoaivos podem ser aplicados antes da prática de exercícios físicos ou antes e durante a MM. Para obter melhores resultados, recomenda-se envolver a região do corpo onde o creme foi aplicado com um filme plástico, pois isto facilita a maior absorção do produto (OLIVEIRA,2017).

A MM tem sido um dos métodos mais procurado atualmente para redução de medidas e melhoramento da aparência do FEG, pode também ser direcionado para o aumento da circulação sanguínea local, redução da flacidez, eliminação de células mortas, diminuição da retenção de líquido e melhoramento da função intestinal, havendo até 80% de resultados satisfarórios (FIGUEIREDO,2020). Nesta técnica, são utilizados movimentos de deslizamento e massageamento, rápidos e firmes, com a palma das mãos e dedos com deslizamento intenso e profundo. Os movimentos de pinçamentos alternados são executados com pequenos movimentos de pinça, utilizando todos os dedos, que percutem alternadamente os tecidos com o objetivo de aumentar a circulação sanguínea e provocar o esvaziamento das células adiposas (SOLDERA,2015).

OBJETIVO

O presente trabalho teve como objetivo avaliar a eficácia da massagem modeladora com e sem o uso de termoaivos na remodelação do contorno corporal, gordura localizada e melhora da aparência do FEG, por meio da análise da redução de medidas e da percepção das pacientes quanto aos resultados. Além dos fatores físicos, foram correlacionados ainda os fatores individuais, ambientais e hábitos adotados pelos indivíduos da pesquisa.

MÉTODO

Endereço: UNISA - Campus 1 - R. Prof. Enéas de Siqueira Neto, 340
Jardim das Imbuías, São Paulo - SP, 04829-300
Telefone: 0800 17 17 96

A pesquisa realizada é qualitativa e se refere a uma investigação de eventos em um curto período, ou seja, em um ponto no tempo, visando a coleta de informações, análise e comprovação dos dados. A pesquisa é caracterizada como descritiva, pois se propõe a descrever características das voluntárias (OLIVEIRA,2017).

Duas voluntárias foram selecionadas por conveniência entre as alunas do curso Superior de Tecnologia em Estética e Cosmética da Universidade Santo Amaro - UNISA. Aleatoriamente foram separadas da seguinte forma: voluntária I - Submetida à massagem modeladora utilizando um creme neutro; voluntária II - Submetida à massagem modeladora com creme termogênico.

Por se tratar de um estudo com humanos, este projeto de pesquisa foi submetido e aprovado pelo comitê de ética em pesquisa da Universidade Santo Amaro – UNISA com parecer nº 3.488.221 e CAAE nº 17903619.7.0000.0081. As participantes da pesquisa foram submetidas à leitura e assinatura de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, em duas vias, antes da realização de qualquer procedimento e da resposta de qualquer questionário. As pesquisadoras participantes assinaram o termo de compromisso e confidencialidade elaborado de acordo com a Resolução 466/2012-CNS/CONEP, onde comprometem-se a manter em anonimato, sob sigilo absoluto, durante e após o término do estudo, todos os dados que identifiquem os sujeitos da pesquisa, usando apenas para divulgação os dados inerentes ao desenvolvimento do estudo.

A coleta de dados foi realizada no período de agosto e setembro de 2019 no laboratório de aulas práticas de Estética e Cosmética da UNISA, no Campus I, situada na Rua Professor Enéas de Siqueira Neto, 340, Jardim das Imbuías, São Paulo, CEP: 04829-300.

Antes do procedimento da MM, foi utilizado um Gel esfoliante corporal com ativos de guaraná e *Ginko Biloba* que promove esfoliação suave do local, permitindo a melhoria na penetração dos ativos presentes no creme termogênico. O creme neutro, sem ativos e sem fragrância, foi utilizado na voluntária I com a finalidade de facilitar os movimentos da massagem. Para a voluntária II foi usado um creme comercial a base de cafeína que é indicado para massagem corporal e redução de medidas.

Antes das pacientes serem submetidas a MM, estas passaram por um teste de contato cutâneo a fim de confirmar se elas poderiam desenvolver uma dermatite alérgica de

contato pelo uso dos cosméticos. Para isto, o produto foi aplicado em uma área de 3cm em região vascularizada (região do pulso), e observou-se a área por 10 minutos, onde não houve formação de eritemas ou papilas, a paciente foi selecionada no grupo, foram realizados os testes para ambos cremes, neutro e termoativo. Caso houvesse a reação, a paciente deveria ser direcionada a local adequado para lavar a região com água corrente em abundância e sabonete neutro (SOLDERA,2015).

No presente trabalho, a MM foi aplicada por uma das pesquisadoras pelo período de 40 a 50 minutos, procedimento que foi realizando semanalmente pelo período de 3 semanas, na região abdominal, dando início a uma higienização local com álcool, em seguida aplicando uma esfoliação manual e aplicando uma quantidade significativa de creme neutro na voluntária I, e creme termoativado na voluntária II, que foram submetidas às manobras de MM.

Por se tratar de um tratamento estético não invasivo, rápido e indolor, estes procedimentos apresentam mínimos riscos para as pacientes. Dentre os principais benefícios da técnica, podemos destacar a melhora da oxigenação dos tecidos, do tônus muscular e da flacidez da pele.

Antes das sessões, as voluntárias foram submetidas a uma anamnese que continha 26 perguntas atuais e retrospectivas sobre sua saúde, hábitos e fatores ambientais. Foram realizadas as medidas corporais de cada paciente com fita métrica na região abdominal, medindo circunferência superior e inferior, também foi feita a avaliação visual e fotográfica de pré e pós aplicações para se observar alterações na circunferência abdominal e a aparência do FEG. Após cada sessão, as voluntárias foram submetidas à avaliação de perímetro corporal e a entrevistas sobre a percepção do tratamento e os efeitos que estavam apresentando.

Os dados coletados nos questionários, bem como nas fichas de avaliação, foram tabulados com o auxílio do software Microsoft Excel e, no caso das entrevistas avaliativas, dependendo dos relatos, foram analisadas de forma qualitativa.

RESULTADOS

A gordura localizada é o acúmulo de tecido adiposo em algumas regiões específicas do corpo, sendo um dos problemas que mais incomoda a população feminina, gerando assim

a procurar por tratamentos estéticos. A massagem modeladora e os termoativos são utilizados amplamente para o tratamento da gordura localizada com a finalidade de redução perimétrica corporal e melhoria da aparência do FEG em diversas clínicas de estética. Desta forma, decidiu-se analisar o efeito sinérgico destes artifícios para o público feminino na faixa etária entre 18 e 29 anos. Mantivemos o foco nesta população, pois trata-se de mulheres que passam por diversas alterações hormonais, muitas vezes afeta a autoestima e causam problemas emocionais relacionados a insatisfação com a imagem corporal. Neste contexto, o presente estudo teve o objetivo de analisar a eficácia da MM na presença ou ausência de termoativo em duas voluntárias que apresentavam o acúmulo de tecido adiposo na região abdominal.

É conhecido que os efeitos de MMs, dependendo do biotipo, das características femininas e dos hábitos, podem ser diferenciados. As medidas e os registros fotográficos foram utilizados para averiguar os resultados no primeiro e último atendimento realizado com as participantes. Por se tratar de um estudo de casos levamos em consideração as individualidades das participantes. A **Tabela I** contém as informações mais importantes que foram consideradas para a caracterização das participantes deste estudo.

Tabela I. Caracterização das participantes com base na anamnese.

CARACTERÍSTICA	VOLUNTÁRIA I	VOLUNTÁRIA II
IDADE	18	25
PROFISSÃO	ESTUDANTE	AUXILIAR DE ESCRITÓRIO
SONO	REGULAR	REGULAR
FUNCIONAMENTO INTESTINAL	REGULAR	REGULAR
ATIVIDADE FÍSICA	SEDENTÁRIA	ATIVA
TABAGISMO	SIM	NÃO
INGESTÃO DE LÍQUIDOS/DIA	1 LITRO	3 LITROS
ALIMENTAÇÃO	BALANCEADA	BALANCEADA
USO DE CONTRACEPTIVO HORMONAL	SIM	NÃO

Na voluntária que usou o creme neutro houve a vermelhidão local passageira, sendo causada apenas pela fricção dos movimentos firmes e ritmados da MM (**Figura 1A e B**). A voluntária que teve a massagem aplicada com termoativo a base de cafeína mostrou aumento importante da hiperemia local e relatou o aquecimento da região (**Figura 1C e D**), além da redução imediata de medida. Conforme relatado previamente em literatura, este aquecimento e hiperemia facilitam a quebra do tecido adiposo e a redução de retenção de líquido local juntamente com os movimentos da MM. Podemos reparar adicionalmente que os aspectos de “casca de laranja” do FEG ficam atenuados imediatamente após a aplicação da MM, para ambos os grupos, o que mostra a eficácia da MM com ou sem aplicação do termoativo (**Figura 1**).

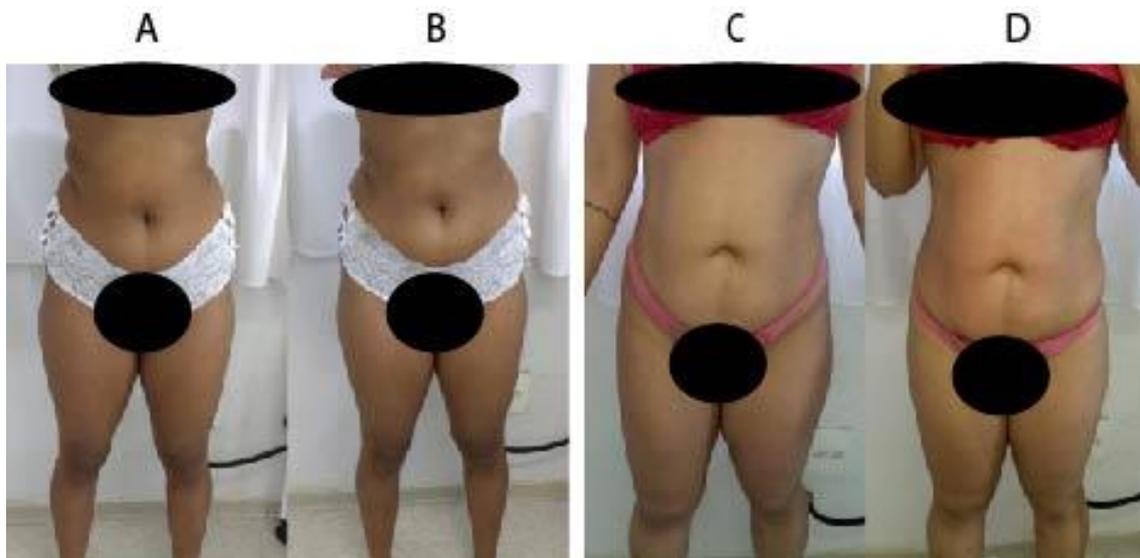


Figura 1. Comparativo do antes e depois imediatamente após o procedimento da primeira sessão. (A) Imagem obtida antes da primeira sessão da Voluntária I, submetida à massagem modeladora com creme neutro; (B) Imagem obtida imediatamente após a primeira sessão da Voluntária I, submetida à massagem modeladora com creme neutro; (C) Imagem obtida antes da primeira sessão da Voluntária II, submetida à massagem modeladora com termoativo; (D) Imagem obtida imediatamente após a primeira sessão da Voluntária II, submetida à massagem modeladora com termoativo. Observar a hiperemia apresentada após ambos procedimentos.

É importante ressaltar que, apesar dos efeitos serem imediatos, este protocolo deverá ser repetido pelo menos 3 vezes, de preferência, semanalmente, para que os resultados sejam

mais eficientes, conforme mostrado na **Figura 2**. Desta forma, pode-se evidenciar que a associação de princípios termoativos com a MM tende a ter maior eficácia, se comparando com a MM usando apenas creme neutro.

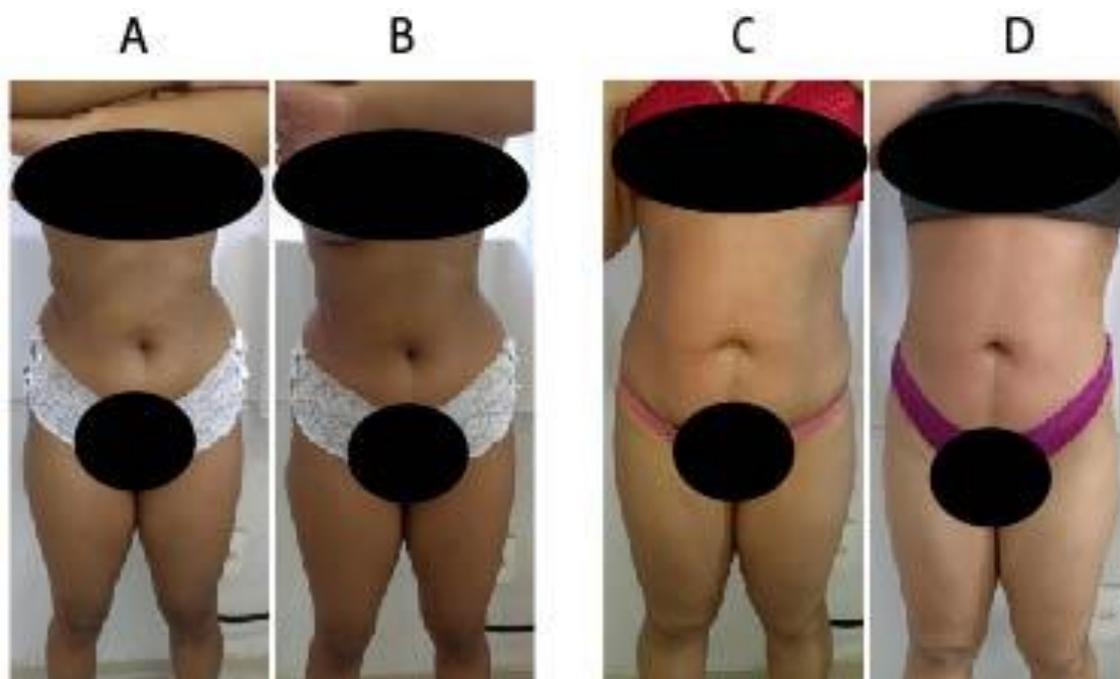


Figura 2. Comparativo dos resultados após procedimento na primeira sessão e na terceira (última) sessão. (A) Imagem obtida imediatamente após a primeira sessão da Voluntária I, submetida à massagem modeladora com creme neutro; (B) Imagem obtida imediatamente após a terceira e última sessão da Voluntária I, submetida à massagem modeladora com creme neutro; (C) Imagem obtida imediatamente após a primeira sessão da Voluntária II, submetida à massagem modeladora com termoativo; (D) Imagem obtida imediatamente após a terceira e última sessão da Voluntária II, submetida à massagem modeladora com termoativo. Pode-se observar uma modelagem na região da cintura de ambas voluntárias.

DISCUSSÃO

Conforme mostrado na **Tabela I**, a voluntária submetida ao procedimento com ativo teve um efeito adicional, pois se mantém ativa fisicamente, faz ingestão adequada de água, não fuma e não faz uso de contraceptivos orais, hábitos estes que são mencionados na literatura como saudáveis e auxiliam no emagrecimento e melhoria da qualidade de vida.

Estudo realizado por FABRIS, AMORIM e WATANABE foi avaliada a eficácia de um creme redutor de gordura na redução do perímetro abdominal de 10 mulheres que foram submetidas a 10 dias de aplicações do creme sem a associação de outros protocolos manuais ou de aparelhos eletroterápicos, sendo evidenciado que apenas a aplicação do creme não foi suficiente para um resultado mais pronunciado na redução de medidas, corroborando com os resultados que mostram que a associação da MM com o termoativo pode aperfeiçoar os resultados para a redução da gordura localizada e FEG. (FABRIS,2019)

Tabela II. Resultados das medidas de circunferência abdominal (superior e inferior) em ambas voluntárias.

MEDIDA DE CIRCUNFERÊNCIA ABDOMINAL (em centímetros)						
	SEM TERMOATIVO			COM TERMOATIVO		
	INÍCIO	APÓS 1ª SESSÃO	APÓS 3ª SESSÃO	INÍCIO	APÓS 1ª SESSÃO	APÓS 3ª SESSÃO
SUPERIOR	73	72	72	85	83	79
INFERIOR	77	75	75	89	84	84

Na **Figura 2** podemos verificar que há melhora no aspecto do FEG e a **Tabela II** evidencia a redução de medidas após as 3 aplicações do protocolo com o uso de termoativo. Isto se deve provavelmente devido ao aumento irrigação sanguínea na região e da motilidade intestinal, além da redução do edema na região abdominal. Adicionalmente, podemos verificar que os hábitos das voluntárias foram de grande importância para um resultado eficiente do procedimento.

Os resultados do presente trabalho evidenciam que a constância da aplicação da MM, com ou sem ativo, é importante para um resultado eficaz. Temos isto mostrado no estudo conduzido por TACANI, MACHADO e SOUZA (2010) que constou de 8 pacientes do sexo feminino, onde realizaram-se 12 sessões de MM com creme neutro na área das coxas, glúteos e abdômen por 30 minutos, três vezes por semana. Neste estudo, foi

encontrada uma redução considerável na circunferência abdominal inferior, porém obtiveram uma melhora mais significativa na perimetria do quadril. (FIGUEIREDO,2020)

Ambas as participantes deste estudo relataram melhoria no funcionamento intestinal após as massagens, além de um aumento na micção, o que indica que a MM tem efeito adicional de melhoria do funcionamento do sistema digestório e urinário, auxiliando na redução do inchaço e edema na região abdominal. No estudo de MACHADO (2017) Aplicou-se MM em 2 voluntárias do sexo feminino, com idades de 20 e 40 anos, duas vezes por semana, com duração de 40 minutos por sessão, utilizando creme termoativado composto por castanha da índia, centella asiática, extrato de cavalinha e cafeína. Neste estudo foi possível observar efeitos positivos no quadro de acúmulo de gordura que as voluntárias apresentavam na região abdominal, constatando-se que oito sessões eram suficientes para uma melhora satisfatória na redução de medidas, com efeitos adicionais de melhora no aspecto da pele das voluntárias e no sistema digestório. (OLIVEIRA,2017)

Não evidenciamos resultados muito notáveis, o que relacionamos às poucas e infrequentes aplicações dos protocolos, porém, em seu estudo, TUNAY (2010) fez uso da MM em 60 mulheres com idade média de 40 a 43 anos, e relatou uma diminuição significativa de 0,5 cm na perimetria de coxa e na espessura do tecido adiposo. Concluindo, assim, que a técnica MM pode ser eficaz na diminuição do acúmulo de gordura localizada. (COSTA,2013)

CONCLUSÃO

Este estudo analisou dois casos específicos, onde as pacientes foram submetidas ao procedimento de MM com e sem a presença de creme termoativo a base de cafeína. Os resultados mostraram que a associação de princípios ativos com a MM tende de ser mais eficaz, quando à MM sem princípios ativos. Além do uso de princípios termoativos, a perda de acúmulo na região abdominal foi também associada a hábitos como boa alimentação, prática de exercícios físicos e ingestão correta de líquidos.

Neste contexto, observa-se que a massagem modeladora associada ao termoativo melhora a eficácia não só da redução de medidas, remodelando os contornos corporais, mas

também na oxigenação do tecido, função intestinal e melhora do aspecto do FEG, sendo uma técnica de fácil acesso que para a melhoria do bem-estar e da autoestima feminina.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos a Universidade Santo Amaro por fornecer o local para a realização da pesquisa e aos docentes do Curso Superior Tecnológico em Estética e Cosmética pelo suporte acadêmico oferecido durante o desenvolvimento deste trabalho.

REFERÊNCIAS

1. MACHADO, A T O M. **Benefícios da Massagem Modeladora na Lipodistrofia Localizada**. Rev. Multidisciplinar e de Psicologia. 2017, 11 (35): 1-12

2. CALVACANTE, I F. **EFICÁCIA DAS TÉCNICAS DE MASSAGENS PARA REDUÇÃO DE ADIPOSIDADES E DA FIBRO EDEMA GELÓIDE COM ENFASE EM MASSAGEM MODELADORA**, v. 4 n. 2 (2016): ABR-JUN

3. JUNQUEIRA, L C; J. HISTOLOGIA BASICA 13º edição, Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2017.

4. MACHADO A F P. **The effect of a cryotherapy gel in localized adiposity in young women**. Rev. J Health Sci Inst. 2012, 30 (1): 8-74

5. [\[LIVRO\] Técnicas estéticas corporais](#) E PEREZ - 2014

6. Borges, F.S, Scorza, F.A. - TERAPEUTICA EM ESTETICA, CONCEITOS E TECNICAS 1º edição: São Paulo, 2016.

7. HEXSEL D; SOIREFMANN M; DE SOUZA J S; ZAFFARI D; DAVID R B; SIEGA C. **Avaliação do grau de celulite em mulheres em uso de três diferentes dietas**. Rev. Surg Cosmet Dermatol. 2014, 6 (3): 214-9

8. Moura, L.R.M, Feitosa A.O.R.M - Análise dos efeitos do ultrassom terapêutico no fibro edema gelóide (celulite), Florianópolis, SC, 2019.

9. RM Penteado, TR Warpechowski - Scire Salutis, 2020 - sustenere.co

10. ATOM Machado, APS Nogueira... - ID on line. Revista de Psicologia, 2017 - idonline.emnuvens.com.br.

11. SILVA T R B; MERCADO N F. **Criolipólise e sua eficácia no tratamento da gordura localizada: revisão bibliográfica.** Rev. Visão Universitária 2015,3 (1): 129-145

12. SILVA, J.P SOUZA,F.S . ASSIS,I. B. PEREIRA. P . **ULTRACAVITAÇÃO PARA GORDURA LOCALIZADA – REVISTA DE LITERATURA.** São Lourenço, MG, 2018.

13. CARNAVAL, M. **Protocolos de tratamento para Fibro Edema Gelóide (FEG) utilizando a associação de Ultrassom com Vacuoterapia.** Rev. In: XIV Fórum De Pesquisa Científica E Tecnológica. 2014, 1(2).

14. Souza, T.B.O;E.B Ivo, E.B; Oliveira, M.M; Araújo, D.D.C; Pessoa, C.V. **HIDROLIPODISTROFIA GINOIDE E O SEU TRATAMENTO A BASE DE CENTELLA ASIATICA,** Palmas TO, 2017.

15. Oliveira,Andrea Lourenço de; **De esteticista para esteticista: diversificando os protocolos faciais e corporais aplicados na àrea de estética - 2017 -**

16. Soldera, K; Baganca, B.M; Oliveira, A.S; Dias, C.P; Pitrez, P.M; Roncada C. **Teste cutâneo em doenças alérgicas: uma revisão sistemática,** Caxias do Sul RS, 2015.

17. FABRIS, F; AMORIM, P; WATANABE, E. **Eficácia de um creme redutor de gordura e medidas na redução de perimetria abdominal: Um estudo de caso.** [Acesso em: 17/05/2019.] Balneário Camboriú: Disponível em:<http://siaibib01.univali.br/pdf/Franciele%20Fabris%20e%20Priscilla%20Amorim.pdf>.

18. Radmilla Luisa Figueiredo Souza Faculdade Independente do Nordeste – FAINOR Brasil; Marcelo José Costa Lima Espinheira Faculdade Independente do Nordeste – FAINOR. Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. ID on line. Revista de ..., 2020

19. Aiana Tátima Oliveira Mota Machado, Ana Paula Silva Nogueira, Luciana Trindade de Santana Laão, Beluzia Almeida Santos, Lívia Mara Gomes Pinheiro, Sirlândia Santos Oliveira; **BENEFÍCIOS DA MASSAGEM MODELADORA NA LIPODISTROFIA LOCALIZADA – ID ON LINE. REVISTA DE PSICOLOGIA – 2017.**

20. Costa, P.S. Efeitos fisiológicos da endermoterapia combinados a massagem modeladora no tratamento de gordura localizada na região do abdômen. Goiania GO, 2013.