

# Linfodrenaggio

e lo  
scorrere  
della  
linfa

**Consulenza Naturopatica · Trattamenti Olistici**  
**Trattamenti corpo e viso estetici**  
**Si riceve su appuntamento**

RIMINI · Via di Mezzo 61A · Fatma 391 7072214 · Catia 340 4646904

 serendipity.centro.olistico  serendipity.rimini

## LINFODRENAGGIO e lo SCORRERE della LINFA

Il **linfodrenaggio** manuale è una **tecnica di massaggio** messa a punto per **drenare la linfa** presente nel circolo linfatico dell'organismo.

Spesso la linfa per motivazioni alimentari, stile di vita, situazioni ormonali o interventi chirurgici può non drenare correttamente e ristagnare.

Nel linguaggio comune, l'appellativo di massaggio **linfodrenante** viene spesso utilizzato in maniera generica per indicare **diverse tipologie di massaggio** che agiscono sulla circolazione linfatica.

I metodi a cui si ricorre più comunemente per garantire risultati effettivi possono variare in base alla tecnica messa in atto e al tipo di **massaggio linfodrenante** che viene eseguito.

**Importante è assicurarsi che l'operatore sia qualificato per svolgere tale trattamento.**

I benefici principali sono:

- **Aiuta il funzionamento dell'apparato cardiocircolatorio** favorendo una migliore circolazione del sangue ed una maggiore ossigenazione dei tessuti.
- **Effetto antiedematoso**, contro gonfiori, ristagni e **cellulite**, per il trattamento di disturbi di origine reumatica articolari e extra articolari.
- **Effetto sulle difese immunitarie**, eliminando le scorie e le tossine accumulate nel corpo depura l'organismo e ne aumenta le sue capacità difensive.
- **Miglioramento della microcircolazione**, favorendo una maggiore ossigenazione dei tessuti.
- **Effetto rilassante**, per la sua ritmicità e per la caratteristica leggerezza delle manovre di sfioramento.
- **Effetto rigenerante dei tessuti** proprio grazie al miglioramento della microcircolazione migliora visibilmente il tono e l'aspetto generale della cute.
- **Effetto sedativo e rilassante** sulle fibre muscolari, stimola la produzione di endorfine che aiutano a combattere vari stati nervosi.

Come per ogni trattamento oltre ai benefici vi possono essere delle controindicazioni. Il massaggio linfodrenante non può essere svolto in diverse situazioni di alterazioni e patologie dell'organismo.

Sarà compito dell'operatore informare il cliente su tutti gli aspetti, richiedendo se necessario a scopo precauzionale un parere medico.

