

## Drenaje linfático 04-04-2022

Consiste en un masaje lento y repetitivo, con una dirección concreta siguiendo la dirección de los vasos linfáticos y que estimula la limpieza. Se recomienda en:

- Edemas en extremidades inferiores tras una cirugía o durante el embarazo.
- Piernas cansadas e hinchadas
- Varices
- Edemas por problemas renales o hepáticos o por deformidades en articulaciones (Artritis, Artrosis)
- Celulitis
- Hipertensión
- En situaciones de ansiedad y estrés.
- Síndrome premenstrual

### Beneficios

- Elimina toxinas
- Regula los líquidos del organismo
- Mejora la circulación del retorno.
- Aumenta las defensas
- Controla la presión sanguínea
- Mejora la circulación linfática y la función renal.

Este tipo de masajes debe ser realizado por un profesional que conozca las técnicas.

