

## Ritenzione idrica e cellulite: rimedi omeopatici

**Autore:** francesca

**Data:** 13 Gennaio 2012



Quando si decide di intraprendere [una lotta contro la cellulite](#), la prima cosa da sapere è che tutti i trattamenti sono lenti. Inoltre, non esiste un trattamento unico che funziona bene da solo. Combattere la cellulite, perciò, significa intraprendere una serie di cure tra cui quella alimentare che consiste nel

- controllare il cibo e nel bere molta acqua
- usare creme anticellulite e fare massaggi
- fare esercizio fisico

La possibilità di seguire un **trattamento di tipo omeopatico** deve perciò essere valutata per aiutare l'organismo a disintossicarsi dalle tossine che causano prevalentemente la [ritenzione idrica](#).

Ogni giorno, infatti, il nostro corpo accumula un **carico di tossine** attraverso ciò che mangiamo ma anche a causa delle nostre abitudini errate: la vita sedentaria, il troppo sale nel cibo e la carenza di

sali minerali. Tutto ciò provoca proprio la ritenzione idrica. Il corpo fa fronte naturalmente all'accumulo di tossine attraverso un meccanismo di pulizia che avviene ad opera del **fegato, dei reni e del sistema linfatico**. Tale sistema di solito funziona autonomamente ma, a volte, esso non riesce a svolgere la sua normale attività a causa dei **sovraccarichi di cibo e stress o delle disfunzioni ormonali**. E', in tal senso, che la soluzione omeopatica può essere davvero efficace. Un buon trattamento omeopatico contro la cellulite deve essere fatto fino a due volte all'anno per 6-8 settimane e serve per disintossicare e drenare il corpo attraverso la stimolazione del fegato, dei reni e del sistema linfatico.

## Cellulite e omeopatia

I rimedi omeopatici più efficaci contro la cellulite sono abbastanza noti e vanno seguiti a **seconda del tipo di cellulite di cui si soffre e della sua gravità**. Com'è noto, infatti, la cellulite è di diversa entità e può essere più o meno grave. I rimedi che di seguito descriveremo funzionano in media se assunti circa tre volte al giorno per circa sei-otto settimane ma sotto osservazione medica e associati a uno stile di vita sano ed equilibrato. Essi seguono la **classificazione omeopatica** della donna con tendenza al sovrappeso e alla cellulite. Inoltre, servono per combattere la cellulite molle, quella dura, il rilassamento cutaneo, il tono dell'umore e lo stesso appetito ad esso connesso.

1. Il *Calcium Carbonicum* (o calcarea carbonica) è consigliato per la cellulite calcarea carbonica tipica della donna che, secondo l'omeopatia, viene detta **Calcarea**. Questo tipo di donna è generalmente di forme generose ma non eccessive, ha uno stile di vita sedentario ed ama cibarsi con gusto. Poichè si tratta di una cellulite in una donna **prevalentemente pigra**, questo rimedio omeopatico serve ad accelerare il metabolismo e a ripulire il suo organismo dalle tossine. Il Calcium carbonicum è consigliato anche per le **patologie ossee, del fegato e della circolazione** e si usa moltissimo in pedatria.
2. Il *Sulfur* e il *Calcium sulfuricum* sono consigliati per la cosiddetta donna **Sulforica**. Si tratta di un tipo di donna che pure essendo attiva e in salute esagera nelle pietanze elaborate, nella consumazione di dolci e salumi. Nonostante una regolare attività fisica, questa tipologia di donna tende a incamerare più calorie di quelle di cui ha bisogno, appesantendo l'organismo e dando vita a ritenzione idrica e cellulite, soprattutto sulle **cosce e sui glutei**. Il rimedio omeopatico che le si prescrive serve a smaltire le tossine e ristabilizzare il suo appetito.
3. La *Grafite* stimola il drenaggio ed è indicato soprattutto per quelle donne che hanno **problemi circolatori e venosi**. La cellulite è dovuta prevalentemente a un cattivo funzionamento del [meccanismo di lipolisi](#) e la grafite serve proprio a stimolare tale processo.
4. La *Thuja* serve a stimolare il **rassodamento cutaneo** e cura la cellulite molle e il rilassamento dei tessuti. In omeopatia esiste la cosiddetta **donna Thuja** che pure essendo tendenzialmente magra presenta cellulite sulla parte inferiore del corpo. Questo tipo di donna soffre molto lo **stress e il suo problema è prevalentemente la ritenzione idrica e il suo umore** molto variabile e tendente al depresso. Per lei in aggiunta alla Thuja va bene anche un farmaco omeopatico che agisca sul tono dell'umore e contro la stanchezza come *la Pulsatilla*.

Esistono molti altri rimedi omeopatici che, di volta in volta, l'**omeopata** può decidere di prescrivere per combattere la cellulite e la ritenzione idrica. In generale, tuttavia, chi si rivolge alla medicina omeopatica è anche una persona che ama curarsi in modo naturale e che evita la [chirurgia estetica](#) per combattere i problemi del corpo. Proprio per questo si riportano qui dei rimedi naturali che aiutino nella lotta contro la cellulite e la ritenzione idrica in maniera naturale.

## Cellulite e ritenzione idrica: rimedi naturali efficaci

Il primo è molto facile da realizzare e riguarda un massaggio da fare sotto la doccia meglio se con un tipo di spugna adatto. Massaggiare per almeno 5 minuti in tutta l'area in cui c'è la cellulite con gel o bagnoschiuma a base di sostanze drenanti.

La seconda opzione è una ricetta breve:

- mettere 1 tazza di olio di mais in una ciotola
- aggiungere mezzo bicchiere di succo di pompelmo e 1 cucchiaino di timo secco
- spalmare il preparato sulla zona che presenta cellulite e massaggiare la pelle. Un miglior risultato può essere ottenuto riscaldando la zona con massaggio energetico o con il phon.

L'ultimo rimedio consiste nel mettere del caffè macinato sulla zona interessata e massaggiarla: tutte le creme anticellulite hanno la caffeina tra i loro componenti.

---

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/bellezza/ritenzione-idrica-e-cellulite-rimedi-omeopatici/>

Generato il 28/04/2025