



Oli essenziali

Olio argan

In questa pagina parleremo di :

- [Olio argan](#)
- [Caratteristiche pianta](#)
- [Estrazione](#)
- [Tipologie](#)
- [Costituenti principali](#)
- [Proprietà](#)
- [Usi](#)
- [Formulazioni commerciali](#)
- [Costi](#)



Olio argan

Tra gli oli essenziali, quello di argan è forse quello più gettonato e utilizzato del momento. L'industria cosmetica e quella alimentare hanno scoperto le preziose virtù di quest'olio proponendo prodotti in grado di far bene al corpo, al palato e al nostro benessere in generale. Quest'olio è estratto dai semi dell'Argania Spinosa, albero originario dell'Africa settentrionale, che cresce e viene esclusivamente coltivato nelle regioni del Marocco. L'albero da cui si estrae l'olio di argan è molto longevo ed adatto a vivere nei climi aridi. Il prodotto oleoso dei semi dell'albero è stato tradizionalmente utilizzato dalle donne gerbere, sia per usi cosmetici che alimentari, ma anche per riti propiziatori, come bagnare la bocca dei neonati con una goccia d'olio in senso di buon augurio, oppure offrirlo agli ospiti in segno di accoglienza. Da quando i ricercatori locali, prima e internazionali, dopo, hanno scoperto le straordinarie virtù dell'olio di argan, questo utilissimo prodotto naturale viene esportato e commercializzato dappertutto.

Caratteristiche pianta

La pianta da cui si estrae l'olio di argan, è, come detto al precedente paragrafo, l'albero africano Argania spinosa, appartenente alla famiglia delle Sapotacee. L'albero può raggiungere anche i dieci metri di altezza, mentre in zone con climi più ostili si mantiene ai livelli di un piccolo arbusto. La chioma è rotonda e le foglie sono spinose. Il legno del fusto è molto duro e nodoso e viene usato per ottenere legna da



riscaldamento. I fiori dell'argania sbocciano a inizio estate e variano dal bianco al giallo. I frutti sono delle bacche usate per l'alimentazione dei cammelli. All'interno dei frutti sono presenti tre semi, ovvero le nocchie da cui si estrae l'olio di "argan", il cui nome, nella lingua gerbera, vuol dire proprio "olio".

Estrazione



L'olio di argan viene estratto dai semi dell'albero *Argania spinosa*, ovvero dai nocchioli o, meglio, da quello che i nocchioli contengono: mandorle che producono sostanze oleose. I frutti si raccolgono in estate, mentre in alcune zone dell'Africa settentrionale, a febbraio. Gli operai che raccolgono i frutti selezionano solo quelli che sono giù caduti a terra e che sono interi; non vanno raccolte le noci senza frutto, poiché quest'ultimo è stato probabilmente divorato da animali selvatici e dunque non è in grado di garantire la buona qualità dei semi. Dai frutti vengono estratte le nocchie e poi le mandorle che possono essere macinate manualmente o meccanicamente.

L'estrazione manuale dell'olio di argan si effettua attraverso lo sfregamento delle mandorle e fino a quando non emettono una pasta oleosa. Per ottenerla servono quasi 60 ore di lavoro, da cui si estrae solo una modesta quantità di olio di argan (due chili). Per aumentare la produzione di questa sostanza, si è passati ai metodi di estrazione meccanica che, macinando più velocemente le mandorle, consentono di ottenere almeno tre chili e mezzo di olio. In genere la produzione complessiva di olio di argan è piuttosto ridotta rispetto alla quantità dei frutti raccolti. Basta pensare che per 100 chili di frutti si ottiene appena un litro di olio e che per ottenere una quantità di prodotto destinata alla commercializzazione si debbono raccogliere ingenti quantità di frutto. L'albero *Argania spinosa*, tra l'altro è considerato una coltivazione tipica del Marocco, dove si estende per circa 800 mila ettari. L'importanza di questa coltivazione è tale, che l'Unesco nel 1998 l'ha dichiarata "Patrimonio della biosfera", cioè specie da proteggere e conservare per mantenere l'equilibrio dell'ambiente e dell'ecosistema.

Tipologie

L'olio di argan può essere utilizzato sia in campo alimentare che cosmetico. Ma nei due differenti ambiti di applicazione si usano due tipologie di olio. Quello estratto dalle nocchie tostate, più scuro e dal sapore caratteristico, viene usato in campo alimentare, mentre quello proveniente da noci non tostate, più chiaro, trova numerose applicazioni in campo cosmetico.



Costituenti principali

L'olio di argan è ricchissimo di sostanze antiossidanti, come la vitamina E ed A e di sostanze emollienti, come l'acido linoleico e l'acido oleico, questi ultimi costituiscono circa il 45% dei suoi costituenti principali. La composizione è identica sia nell'olio per uso cosmetico che in quello alimentare, anche se la tostatura dei semi potenzia l'efficacia dei principi attivi, ecco perché nella cosmesi si impiega prevalentemente l'olio di argan da semi tostati.

Proprietà

L'olio di argan è considerato un vero e proprio alleato del benessere e della bellezza. Le sue proprietà sono emollienti, antiossidanti, antiradicali liberi e antinvecchiamento. I costituenti di questo prodotto rallentano l'ossidazione e l'invecchiamento cellulare ritardando la comparsa dei segni tipici dell'età e del rilassamento dei tessuti, quali le rughe e le smagliature. L'olio di argan non è efficace solo sulla pelle, ma anche sui capelli e su molti disturbi dell'epidermide, quali acne, seborrea e psoriasi, anche, psoriasi. Il ripristino del normale equilibrio della pelle e dei capelli dipende anche dalle proprietà emollienti dell'olio. Infatti, il prodotto si rivela efficace in caso di capelli secchi, aridi e sfibrati, perché restituisce loro il giusto grado di idratazione. Non solo, contrariamente a quanto si potrebbe credere, l'olio di argan non aggrava i problemi della seborrea, cioè dell'eccessiva produzione di grasso nella pelle, ma anzi li allevia, favorendo il riequilibrio della naturale produzione di sebo. La secchezza e il grasso della pelle e dei capelli sono, infatti, la faccia della stessa medaglia, ovvero il risultato di un "difetto" nella produzione del sebo che mantiene elastica la pelle e la difende dalle aggressioni esterne. Nell'acne, si assiste a un'ostruzione dei pori del derma, che non permette la fuoriuscita naturale del sebo e non fa respirare la pelle, stesso meccanismo nei capelli grassi, che quando vengono lavati si seccano perché gli shampoo troppo aggressivi lavano via tutto il sebo prodotto dal cuoio capelluto. Applicando alcune gocce di olio di argan sul viso e sui capelli si assiste a una progressiva regolazione del sebo, con effetti benefici sulla morbidezza dei capelli e sulla luminosità della pelle. In alcuni casi l'olio di argan svolge anche degli effetti "calmanti" sui dolori articolari e muscolari.

Usi

L'olio di argan, come già detto, viene usato sia in campo cosmetico che alimentare. Nella cultura occidentale che insegue il mito del benessere e dell'eterna giovinezza a tutti i costi, gli usi dell'olio di argan riguardano principalmente la cosmesi. Prodotti a base di quest'olio vengono usati per la pelle e per i capelli, ma anche per tutto il corpo e per massaggi benefici e rilassanti. Sui capelli basta applicare alcune gocce di olio di argan prima dello shampoo. L'olio va passato su tutta la lunghezza dei capelli e tenuto per circa mezz'ora, ma anche per tutta la notte. Dopo si potrà lavare la chioma con uno shampoo delicato, ritrovandosi con capelli morbidi e luminosi. Per un uso corretto, l'olio di argan va scaldato con le mani. Questo magnifico prodotto della natura si può usare anche per rinforzare le unghie. In tal caso basta mescolarlo con qualche goccia di limone e tenervi immerse le mani per almeno dieci minuti. L'operazione va ripetuta ogni settimana, per almeno due mesi. Per rendere meno evidenti le smagliature della gravidanza è consigliabile massaggiare le zone del ventre con alcune gocce di olio. Per rendere elastica la pelle del viso, l'olio va applicato almeno due volte al giorno, mattina e sera. Sempre due volte al giorno, le

applicazioni di olio di argan per la pelle colpita da dermatite seborroica e psoriasi. I miglioramenti del prurito e della desquamazione dovrebbero essere visibili dopo dieci giorni. Effettuare le applicazioni di olio di argan su corpo, viso e capelli, è molto semplice, perché questo prodotto non unge e viene assorbito facilmente dalla pelle.

Formulazioni commerciali

L'olio di argan viene commercializzato sotto forma di diversi prodotti cosmetici: crema viso e mani, latte detergente, siero riparatore, crema antirughe, crema corpo, bagno doccia e olio puro. Le creme viso a base di olio di argan sono anche composte da altri estratti vegetali, come il burro di karitè, la rosa damascena e il fiore di Acmeilla. Le creme si stendono sul viso o sulle parti interessate (collo, mani, e décolleté) con dei movimenti circolari. Il latte detergente si stende sul viso con le mani o con un batuffolo di cotone. Il siero riparatore è simile alla crema, ma si applica sul viso e su altre parti del corpo, prima della detersione. Il bagno doccia si usa come qualsiasi altro prodotto per l'igiene del corpo, mettendone una certa quantità sul corpo inumidito. L'olio di argan puro può essere usato per fini cosmetici, come le creme e il bagno doccia, ma anche per combattere problemi di secchezza dei capelli, eczemi e dermatiti e per rinforzare le unghie. L'olio puro è anche indicato per eseguire dei massaggi sul corpo.

Costi

Il costo dei prodotti a base di olio di argan è più elevato rispetto ad altri composti ad uso cosmetico. Ciò è dovuto al fatto che l'olio di argan viene estratto in quantità limitate e la scarsità di distribuzione ne fa aumentare i prezzi. Il costo di creme e sieri a base di olio di argan dipende anche della modalità di lavorazione di questi prodotti, che usano solo sostanze da coltivazioni biologiche e con un elevato grado di purezza. Una crema antiage a base di olio di argan, da 50 ml, può costare anche 36 euro, con punte massime di 39 euro. Trenta ml di siero riparatore costano, invece, 30 euro. Più accessibile il prezzo del latte detergente, che si aggira intorno ai 16 euro per una confezione da 200 ml. Sempre alto, il costo dell'olio di argan puro. Una confezione da 10 ml costa quasi dieci euro. I prodotti da usare come bagno doccia, a livello di prezzo, si mantengono sugli stessi valori di altri prodotti cosmetici naturali e di qualità. Una confezione di bagno doccia all'olio di argan, da 200 ml, costa, infatti, 12 euro.

Olio di borragine

In questa pagina parleremo di :

- [Introduzione](#)
- [Caratteristiche](#)
- [Proprietà](#)
- [Usi](#)
- [Prodotti commerciali](#)
- [Controindicazioni](#)



Introduzione

Viene comunemente definito “l’olio della bellezza e della lunga vita”, per le sue benefiche proprietà sui processi cellulari e sull’invecchiamento cutaneo. I suoi benefici effetti sono conosciuti fin dai tempi più remoti, quando la medicina si basava esclusivamente sull’utilizzo di prodotti del mondo vegetale. Stiamo parlando dell’olio di borragine, sostanza benefica che si estrae dai semi dall’omonima pianta originaria dell’Asia, dell’Africa e del Nord America, ma ormai diffusa anche in Europa. L’olio di borragine si rivela utile per contrastare diverse condizioni negative della pelle e dell’organismo, rientrando a pieno titolo tra i prodotti che hanno sia una valenza dermocosmetica che erboristica. Con l’olio di borragine si possono combattere inestetismi cutanei e si possono prevenire anche malattie cardiovascolari. Nei prossimi paragrafi chiariremo meglio i meccanismi benefici di questo utilissimo prodotto erboristico.

Caratteristiche

L’olio di borragine si ricava dai semi di una verdura coltivata in gran parte del mondo, dall’Europa mediterranea, all’Asia, all’Africa. Questa pianta cresce ai bordi delle strade, sulle pendici delle montagne e su terreni umidi e fertili. Non è difficile riconoscerla perché presenta dei peli sulle foglie e sui gambi e dei fiori di colore azzurro. L’olio di borragine si estrae dalla spremitura a freddo dei semi della pianta. Durante il procedimento di estrazione non vengono aggiunti solventi o conservanti, poiché le sostanze estranee alla borragine distruggono i principi attivi della pianta.



Proprietà

L'olio di borragine contiene acidi grassi essenziali appartenenti al gruppo degli omega 3 e degli omega 6. Questi grassi, chiamati anche polinsaturi o grassi buoni, svolgono un ruolo essenziale nella prevenzione delle malattie cardiovascolari e nelle prevenzione delle condizioni patologiche ad esse associate, quali ipercolesterolemia ed ipertensione arteriosa. In particolare, l'olio di borragine contiene acido linoleico, un omega tre, e acido gamma linoleico, un omega 6 che svolge una potente azione regolatrice dei processi metabolici ed ormonali dell'organismo. Gran parte degli effetti benefici dell'olio di borragine sono legati proprio alla presenza dell'acido gamma linoleico, che una volta ingerito si trasforma in acido diomogamma linoleico, sostanza in grado di regolare la sintesi delle prostaglandine, ormoni implicati in moltissime funzioni umane, dalla sintesi degli stimoli dolorosi, alla regolazione del flusso sanguigno. In particolare, l'acido gamma linoleico interviene nella regolazione delle PEG1, ovvero delle prostaglandine del gruppo 1, che hanno una funzione anticoagulante, vasodilatatrice ed antinfiammatoria. Gli acidi grassi dell'olio di borragine, intervenendo sulla sintesi delle PEG 1, svolgono quindi un'importante funzione protettiva delle malattie cardiovascolari e infiammatorie.

Usi

L'olio di borragine viene usato per contrastare diverse condizioni dell'organismo e della pelle. La presenza di acidi grassi omega 6 dona a quest'olio anche elevate proprietà antiossidanti, tanto da impiegarlo in prodotti antirughe o anti-age. I meccanismi di azione sugli ormoni umani permettono di ottenere effetti benefici anche sulla pelle. L'olio di borragine viene, infatti, usato in caso di cute grassa e di forfora, ma anche in caso di arrossamenti della pelle e di patologie come la psoriasi. Il meccanismo seboregolatore dell'olio di borragine permette di curare l'eccesso di sebo, sia a livello cutaneo che sui capelli, ma anche l'eccessiva secchezza del viso dovuta a processi di invecchiamento cellulare.

Prodotti commerciali

L'olio di borragine viene commercializzato sia sotto forma di olio puro estratto a freddo, che sotto forma di perle. L'olio di borragine puro si può usare per proteggere la pelle dall'invecchiamento e dall'azione nociva degli agenti esterni, quali raggi solari, gelo e smog. Applicando alcune gocce di olio di borragine sulle zone da trattare si proteggerà l'epidermide da tutte le aggressioni esterne che ne causano l'invecchiamento. L'olio di borragine si rivela utile anche in caso di pelle opaca e spenta e in caso di smagliature. Dopo qualche giorno di applicazioni la pelle apparirà più tonica e luminosa. Altra forma commerciale dell'olio di borragine, le perle rivestite da gelatina, glicerina e acqua purificata. Le dosi consigliate sono di due perle al giorno durante i pasti. Il costo dei preparati a base di olio di borragine è abbastanza elevato. Una confezione di olio puro estratto a freddo, da 100 ml, costa circa 32 euro. Più economiche le perle: una confezione di 90 perle a base di olio di borragine costa 15 euro. Le fasce di prezzo dei prodotti a base di olio

di borragine variano anche in base all'azienda produttrice. Confezioni da 45 perle possono costare, infatti, anche 16 euro.

Controindicazioni

Non esistono controindicazioni per quanto riguarda l'applicazione di olio di borragine puro sulla pelle. Qualche attenzione si deve prestare all'assunzione delle perle. Chi segue una dieta ricca di pesce azzurro, in cui i grassi omega 3 e 6 sono naturalmente presenti, può fare a meno delle perle di olio di borragine, perché corre il rischio di accusare effetti dovuti a eccesso di acidi grassi. L'assunzione delle perle deve essere valutata dal medico anche quando si soffre di specifiche patologie o quando si assumono dei farmaci.

Olio di jojoba

In questa pagina parleremo di :

- [Olio di jojoba](#)
- [Caratteristiche](#)
- [Proprietà](#)
- [Usi](#)
- [Dove comprare e costi](#)



Olio di jojoba

Viene definito un “olio miracoloso”, per i suoi effetti emollienti ed idratanti sulla pelle e sui capelli. E' inoltre uno dei principali componenti di molti prodotti cosmetici, come creme viso, balsami e tinture per capelli. Stiamo parlando dell'olio di jojoba, che assieme ad altri prodotti oleosi sta progressivamente conquistando il mercato della cosmesi e dell'estetica. Il successo di quest'olio però, non è affatto immeritato, anzi, al contrario, è dettato proprio dalle sue innumerevoli proprietà benefiche che lo rendono particolarmente apprezzato nei casi di invecchiamento e desquamazione cutanea.

Caratteristiche

L'olio di jojoba è in realtà una cera oleosa estratta dai semi della *Simmondsia chinensis*, un arbusto originario delle aree desertiche del Messico e degli Stati Uniti. La cera oleosa si ottiene proprio dalla spremitura dei semi, presentandosi allo stato naturale come un liquido denso, dall'odore oleoso e di colore giallo paglierino. Dopo la raffinazione, l'olio di joboba si presenta incolore, inodore e adatto agli usi cosmetici che abbiamo indicato al paragrafo precedente. Questa sostanza è molto stabile, solidifica a meno dieci grandi centigradi, è poco suscettibile all'irrancidimento e contiene un'abbondante quantità di grassi insaturi da cui derivano la gran parte delle sue proprietà emollienti. Conosciuta fin dall'antichità, la cera oleosa dei semi di *Simmondsia chinensis* veniva impiegata dalle popolazioni americane indigene per curare infiammazioni della pelle, degli occhi e della gola. Non tossico a livello alimentare, l'olio di joboba non è



affatto commestibile, perchè l'intestino umano non è in grado di digerirlo. L'ingestione dell'olio provoca infatti la formazione di una massa intestinale insolubile che può causare anche degli effetti lassativi.

Proprietà

L'olio di jojoba, come accennato poche righe sopra, contiene un gran quantità di grassi insaturi legati a molecole lipidiche che danno vita a miscele cerosi chiamate esteri. Per la sua particolare composizione, l'olio di jojoba è anche privo di trigliceridi e quindi di glicerina, assenza che rende la sua molecola lineare, non ramificata e facilmente assorbibile dalla pelle. La composizione dell'olio di jojoba è simile al sebo umano, ovvero allo strato lipidico secreto dai tessuti umani a scopo di protezione dagli agenti esterni. L'olio contiene anche degli antiossidanti, come vitamine del gruppo E e B, sali minerali, come rame, zinco e iodio e tocoferoli, potenti antiossidanti naturali. Le sostanze presenti nelle molecole cerosi dell'olio di jojoba hanno anche proprietà antisettiche ed antimicotiche.

Usi

L'olio di jojoba viene essenzialmente usato per scopi cosmetici e per lenire fenomeni di secchezza e disidratazione della pelle e dei capelli. Se opportunamente raffinato, quest'olio permette anche di ottenere del carburante ecologico, ovvero il biodisel. Per le sue proprietà, l'olio di jojoba si può anche impiegare per combattere le micosi delle piante, ma è nella cura dei capelli e della pelle che questo prodotto rivela la sua incredibile efficacia. Sulle pelle, l'olio di jojoba si può applicare puro, aggiungendone alcune gocce al viso e massaggiando delicatamente, oppure addizionato alla crema viso. Per potenziare gli effetti anti-age e prevenire la comparsa delle rughe, l'olio di jojoba viene spesso abbinato ad oli essenziali o ad altre sostanze simili, come l'olio di avocado. Nei capelli, l'olio di jojoba può essere applicato puro o tramite specifici prodotti, come balsami o shampoo. L'olio puro va applicato su tutta la lunghezza della chioma, massaggiando fino a raggiungere le punte. Dopo una posa di circa un'ora, si potrà procedere al lavaggio. Gli shampoo e i balsami addizionati ad olio di jojoba hanno l'effetto di rendere i capelli più lucidi e morbidi, facilitandone anche l'asciugatura con il phon. In caso di eccessiva secchezza, l'olio di jojoba puro si può applicare sui capelli bagnati poco prima di procedere all'asciugatura. Questa tecnica permetterà di avere una chioma perfettamente morbida e brillante. L'olio di jojoba viene anche addizionato alle moderne tinture per capelli, per attutire l'effetto aggressivo delle sostanze chimiche coloranti. Le tinture all'olio di jojoba tingono come le altre, con il vantaggio di far risultare la chioma non secca e disidratata, ma lucida, morbida e luminosa.

Dove comprare e costi

I prodotti a base di olio di jojoba si comprano in erboristeria, farmacia, parafarmacia e supermercati. I comuni prodotti cosmetici, come crema viso, balsamo e shampoo, si possono tranquillamente trovare nei supermercati, mentre l'olio puro e specifici prodotti antiage, si acquistano più facilmente in erboristeria,

farmacia e parafarmacia. Le tinture per capelli all'olio di jojoba si trovano ormai anche nei supermercati, basta leggere l'etichetta del prodotto per sincerarsi della presenza di quest'olio tra i componenti dello stesso. Il costo dei prodotti all'olio di jojoba varia in base al canale di acquisto e agli ingredienti utilizzati. Una confezione di olio di jojoba puro da 100 ml costa tra i dieci ed i quindici euro. Stesse fasce di prezzo, per le creme viso a base di olio di jojoba e di altre sostanze emollienti. Più economico il costo degli shampoo e dei balsami sempre a base di quest'olio. Per questi prodotti, i prezzi di vendita al pubblico si aggirano tra i quattro ed i sei euro.

Olio di mandorla

In questa pagina parleremo di :

- [Olio di mandorla](#)
- [Caratteristiche](#)
- [Applicazioni sul corpo](#)
- [Applicazioni sui capelli](#)
- [Olio mandorla per capelli grassi](#)
- [Olio di mandorla sul viso](#)
- [Olio di mandorla sulle labbra](#)
- [Conservazione](#)
- [Costi](#)



Olio di mandorla

L'olio di mandorla è la sostanza emolliente che si ricava dal seme del mandorlo. Si tratta di una sostanza dalle innumerevoli proprietà benefiche, impiegata con successo nella cosmesi e nei trattamenti estetici per viso e corpo. L'olio di mandorla è infatti usato per applicazioni esterne su corpo, viso, labbra e capelli. Viene anche usato nei massaggi antistress e per combattere inestetismi quali rilassamento cutaneo e smagliature. L'olio di cui stiamo parlando si ricava dalle mandorle dolci, cioè dai semi dell'albero *Prunus dulcis*, specie arborea originaria dell'Asia. Il mandorlo comprende, infatti, altre due specie, il prunus amara, con semi tossici e il prunus fragilis, dove la mandorla appare senza il classico rivestimento legnoso. L'albero di mandorla è molto piccolo e generalmente non supera i cinque metri di altezza, ma dai suoi semi si estrae un'utilissima sostanza oleosa conosciuta appunto con il nome di olio di mandorla, od olio di mandorle dolci.

Caratteristiche

L'olio di mandorle si estrae dalla spremitura a freddo delle mandorle dolci. Questa sostanza è ricchissima di grassi saturi e polinsaturi, di vitamine, B, E, carboidrati, proteine e sali minerali. Quest'olio si assorbe facilmente, non unge, non macchia e possiede proprietà non comedoniche, cioè non ostruisce i pori della pelle, lasciandoli liberi di respirare e di liberarsi del sebo in eccesso. L'olio di mandorle ha proprietà emollienti, lenitive, addolcenti, nutrienti e di normalizzazione



delle pelli secche ed aride. Per i suoi benefici effetti viene ampiamente usato nella cosmesi, sia per applicazioni sul corpo, che sul viso, sui capelli e sulle labbra. L'azione lenitiva dell'olio di mandorla si esplica anche in caso di eczemi, dermatosi ed arrossamenti della pelle.

Applicazioni sul corpo



L'olio di mandorle viene usato per applicazioni su tutto il corpo. Si tratta dell'olio che viene usato abbondantemente nei centri benessere. I massaggiatori lo applicano sul corpo dei clienti prima di iniziare il massaggio. Il massaggio con olio di mandorla ha un benefico effetto antistress. Notevoli anche i benefici estetici di quest'olio che si può usare per combattere le smagliature su seno e pancia, specie quelle che si manifestano dopo la gravidanza o dopo una dieta drastica. L'olio va passato tutti i giorni sulle zone rilassate o smagliate o sui punti che

rischiano di sviluppare questi fastidiosi inestetismi. Il massaggio deve essere delicato, ma deciso, in modo da far assorbire la sostanza all'interno della pelle, che nel corso del trattamento apparirà più tonica e luminosa. L'applicazione dell'olio di mandorla sul corpo serve anche a riequilibrare le alterazioni del film idrolipidico, ovvero di quella pellicola che riveste la pelle donandole tono e freschezza. Le applicazioni sono utili in caso di secchezza ed aridità della pelle, ma anche in caso di dermatosi ed eczemi. I rossori provocati da questi fastidi spariranno in pochi giorni, ecco perché si dice spesso che l'olio di mandorla ha proprietà eudermiche, cioè di normalizzazione di tutte le alterazioni che possono riguardare l'epidermide.

Applicazioni sui capelli

Gli effetti dell'olio di mandorla sui capelli sono davvero sorprendenti e non hanno nulla da invidiare a quelli ottenuti con le spume modellanti, in genere piene di sostanze chimiche. Con l'olio di mandorle dolci, sostanza che, lo ricordiamo, è assolutamente naturale, si possono fare impacchi ristrutturanti ed applicazioni per capelli aridi, secchi e sfibrati. L'olio di mandorle si può applicare anche sui capelli grassi appena lavati, che, per la loro struttura, tendono a seccarsi molto, dopo ogni shampoo. Non bisogna aver paura di applicare l'olio dopo aver lavato i capelli grassi. Questa sostanza, infatti, non unge e viene assorbita in pochissimo tempo dalla chioma. Le applicazioni di olio di mandorle sui capelli si possono fare sia prima che dopo il lavaggio. Nei capelli grassi le applicazioni vanno effettuate solo dopo il lavaggio. Per capelli secchi, aridi e sfibrati si possono effettuare anche applicazioni ristrutturanti prima dello



shampoo. L'olio va applicato in abbondanza sui capelli asciutti e tenuto per almeno mezz'ora. Per una maggiore penetrazione della sostanza all'interno del bulbo dei capelli, si può coprire la chioma con una tovaglia raccolta a forma di turbante. Trascorsa mezz'ora si potrà procedere allo shampoo. Durante l'asciugatura dei capelli ci si accorgerà della loro rinnovata morbidezza e lucentezza. L'olio di mandorla sui capelli funziona meglio di una spuma modellante: disciplina i capelli aridi, mossi e crespi, li protegge dai raggi solari e dal calore del phon, nutre la cuticola del capello distrutta da trattamenti e tinture. Insomma possiamo affermare con certezza che l'olio di mandorla, sui capelli ha degli effetti davvero miracolosi. Per proteggere i capelli dall'azione del mare e della salsedine è consigliabile portare in vacanza una piccola bottiglietta di olio di mandorla, da usare prima o dopo aver fatto il bagno o prima e dopo l'esposizione al sole.

Olio mandorla per capelli grassi

I capelli grassi presentano un'eccessiva produzione di sebo e tendono a diventare unti ed oleosi già dopo pochissimi giorni dallo shampoo. L'olio di mandorla può fare miracoli a che su questa particolare tipologia di capelli, che scontano i disagi provocati da un fastidioso disturbo della pelle: la dermatite seborroica. L'eccesso di sebo sulla pelle e sul cuoio capelluto, oltre a ungere l'epidermide in maniera eccessiva, crea anche degli stati irritativi e delle infiammazioni cutanee rappresentate da rossori, desquamazione ai lati del naso e delle orecchie, forfora sui capelli ed emissione di un liquido giallastro. Questo quadro mostra i chiari ed evidenti sintomi della dermatite seborroica, una malattia da curare con il sostegno del dermatologo, ma anche un fastidio che compromette irrimediabilmente la resa estetica dei propri capelli. Questi, dopo il lavaggio, tendono ad apparire secchissimi, quasi bruciati e ciò perché i detergenti tendono a rimuovere tutto il sebo presente sul cuoio capelluto. In questo caso, l'olio di mandorla va applicato poco prima di asciugare i capelli con il phon o subito dopo averli asciugati. L'applicazione dell'olio prima del lavaggio è inutile perché i capelli sono già unti dall'eccesso di sebo. L'olio di mandorla deve, infatti, servire a ricostituire il sebo e il film idrolipidico trascinato via dal lavaggio e dai risciacqui dei capelli. L'applicazione dell'olio, poco prima o subito dopo l'asciugatura, avrà un effetto disciplinante e ristrutturante per i capelli, che appariranno lucidi, morbidi e senza quel fastidioso ed antiestetico effetto crespo che li fa sembrare simili alla steppa del deserto. In inverno basta anche una sola applicazione di olio di mandorla, da passare sulle punte e poi sull'intera chioma, mentre in estate, specie se la stagione si presenta piuttosto umida ed afosa è consigliabile procedere con tre applicazioni consecutive, sempre prima o dopo l'asciugatura dei capelli.

Olio di mandorla sul viso

L'olio di mandorla si può applicare anche sul viso, in caso di pelle secca e arida. Per la sua azione emolliente tende a nutrire la pelle troppo secca, restituendole elasticità e morbidezza e facendola apparire più giovane. L'uso dell'olio di mandorla è, invece, assolutamente sconsigliato sui visi con pelle grassa. La pelle grassa, infatti, si comporta molto diversamente dai capelli con lo stesso problema. Mentre questi ultimi si seccano dopo il lavaggio, la pelle grassa continua a produrre sebo, che si accumula sui pori, li ostruisce, facendo fuoriuscire quell'odioso liquido giallastro tipico della dermatite seborroica. Se per sbaglio si

dovesse applicare l'olio di mandorla sul viso con pelle grassa o lo si dovesse usare al posto del sapone, ci si ritroverebbe in poche ore con un volto chiazzato (in tutto o in parte) di punti neri o di piccolissime pustoline acneiche. L'uso dell'olio di mandorla sul viso è altamente consigliabile solo ed esclusivamente in caso di pelle arida e secca. Questo prodotto può essere usato anche al posto dei comuni saponi che, per la presenza di tensioattivi, tendono a seccare ulteriormente le pelli già inaridite da altri fattori (vento, sole, stress, invecchiamento, costituzione fisica, ecc.).

Olio di mandorla sulle labbra

L'olio di mandorla si può applicare anche sulle labbra che presentano le stesse caratteristiche della pelle secca. Condizioni atmosferiche difficili(freddo, caldo, salsedine), carenze vitaminiche, disturbi gastrointestinali, micosi della bocca ed influenze, possono seccare le labbra facendole apparire raggrinzite e screpolate. L'olio si può applicare sulle labbra passandolo con un dito. Le applicazioni vanno effettuate ogni mattina, fino al ripristino della naturale morbidezza delle labbra.

Conservazione

L'olio di mandorla viene venduto nelle erboristerie, parafarmacie, e nei negozi di prodotti per parrucchieri. Anche i centri estetici e del benessere possiedono scorte di confezioni di olio di mandorla. Il prodotto viene venduto in bottiglie di vetro, da 200 ml o da un litro. La bottiglia di vetro mantiene inalterate le proprietà del prodotto. Per la conservazione basta seguire esattamente le indicazioni riportate sulla scatola dove è contenuta la bottiglia. In genere, l'olio di mandorla, come qualsiasi prodotto da usare a fini estetici, va conservato al riparo dalla luce e dal calore e in un luogo fresco e asciutto.

Costi

I costi dell'olio di mandorla sono abbastanza accessibili. I prezzi possono crescere lievemente per oli arricchiti con vitamina E, ma questo arricchimento non è sempre necessario. E' ottimo anche l'olio di mandorla purissimo che contiene già naturalmente la sua buona quota di vitamine ed antiossidanti. Il costo della confezione da 200 ml è compreso tra i sei ed i sette euro, mentre la maxiconfezione da un litro è davvero conveniente perché si può acquistare a circa 20 euro. La maxi confezione è utile se si devono fare dei massaggi frequenti che richiedono l'applicazione di grandi quantità di olio, mentre se per gli utilizzi localizzati è meglio la confezione standard, anche perché il prodotto va usato entro 12 mesi dall'apertura.

Olio di neem

In questa pagina parleremo di :

- [Oli essenziali](#)
- [Olio di neem](#)
- [Caratteristiche](#)
- [Utilizzi pratici](#)

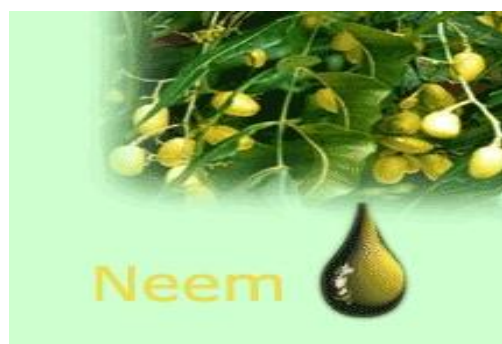


Oli essenziali

Come già sufficientemente riportato anche in altri articoli del nostro sito, sono secoli – se non millenni – che l'essere umano coltiva un particolare rapporto col mondo vegetale, che lo attrae non solo per la capacità di donare serenità e pace ma anche perché da esso noi proviamo ad estrapolare delle sostanze in grado di aiutarci in vari frangenti della nostra esistenza. La ricerca va avanti soprattutto in due rami, quello medico e quello cosmetico; quello medico prova a rintracciare geni che combattano malattie gravi quanto quelle che affliggono noi, ma anche sostanze ed enzimi in grado per esempio di contrastare la forfora o altri disturbi non mortali. La parte cosmetica invece punta all'interessamento estetico della persona, ed è rivolta soprattutto alle donne. In questo panorama si inquadrano gli oli essenziali: essi non sono altro che estratti purissimi di piante, i quali molto spesso si ritrovano sotto forma di olio, data l'origine soprattutto dalle foglie di questi esemplari. Nella nostra cultura sono molto diffusi soprattutto a livello popolare, quel livello che vede protagoniste le nostre nonne che con rimedi basati sugli oli essenziali hanno tirato su i nostri genitori. Tra i più famosi c'è l'olio di ricino, anche se non è stato mai gradito da nessuno per il sapore e l'utilizzo (purgante), ma anche l'olio di oliva era molto spesso utilizzato (contro il mal d'orecchi).

Olio di neem

L'olio di neem è un olio essenziale di origine indiana, ottenuto con processi semplici dalle foglie e dai rametti verdi di una pianta chiamata "azadirachta indica", che trova origine in Birmania ed in India. Esso si sta diffondendo recentemente



anche nell'occidente e nella nostra cultura, grazie soprattutto alla rete internet e ad alcune mode non sempre positive che si innamorano improvvisamente di altre culture e magari anche dei loro rimedi naturali, come è accaduto presso di noi con la medicina ayurvedica. Essa per fortuna ha mostrato molti lati positivi (ma non tutto ciò che viene promesso, ovviamente), e quindi questa medicina popolare indiana è stata assorbita anche nelle nostre vite. L'olio di neem è proprio un componente base dei rimedi ayurvedici, dato che viene considerato come un "tuttofare", ovvero come utile per ogni emergenza ed era presente in ogni casa di queste culture: ha proprietà antibatteriche, antivirali, antiparassitarie, antisettiche ed antifungine, tutte caratteristiche utili non solo all'uomo, ma anche agli animali ed alle piante, e non a caso esso era ed è utilizzato anche in quest'altro senso.

Caratteristiche

Una caratteristica dell'olio di neem, quando è purissimo, è un odore molto pungente, difficilmente sopportato da molte persone; questo è l'unico fastidio che provoca, facilmente superato aggiungendovi qualche goccia di altri oli essenziali naturali profumati o comunque ben più gradevoli. Per il resto l'olio di neem ha dalla sua un grande contenuto di vitamine (soprattutto di vitamina E), che lo rendono utile da spalmare sulla nostra pelle, compresa quella del viso, per renderla tonica, idrata e ringiovanita. In generale per questi utilizzi bastano pochissime gocce di quest'olio, dato che quando viene estratto esso è altamente concentrato; a causa di questa caratteristica, l'olio di neem è sconsigliato per assunzione interna, almeno quando è puro, ma è invece consigliato per utilizzi come i massaggi ed altre situazioni che lo richiedono come cosmetico. Il suo prezzo, se calcolato in Euro per litro, potrebbe allontanare chiunque, ma basti pensare che un flaconcino di trenta millilitri (30 ml), dal costo inferiore ai dieci euro solitamente, può durare un gran numero di applicazioni, anche perché ognuna di queste consiste in un versamento di due o tre gocce al massimo, perché questa è la dose già sufficiente ad avere buoni risultati mentre altre potrebbero comportare rischi.

Utilizzi pratici

L'olio di neem ha tanti utilizzi pratici interessanti e soprattutto praticabili ed utili ogni giorno: poche gocce del suo estratto possono essere aggiunte al classico sapone liquido per aumentarne le proprietà antibatteriche (si consiglia di far amalgamare il tutto agitando); stessa cosa può essere fatta con lo shampoo ed anche col bagnoschiama: nel primo caso l'olio di neem aiuterà a contrastare la presenza della forfora, nel secondo invece verranno sfruttate le sue doti idratanti per la bellezza della pelle. Le capacità rigeneranti dell'olio di neem potranno risultare utili nel miglioramento dell'aspetto di imperfezioni della pelle come smagliature e cicatrici: si consiglia per questi casi un'applicazione a massaggio di poche gocce, ripetuta costantemente ogni giorno; in questi casi esso può risultare utile anche per combattere gli inestetismi di casi più gravi di semplici cicatrici, come quelli dovuti ad herpes o anche alla psoriasi. Con l'olio di neem si può anche fabbricare un collare antipulci autocostruito, immergendo una fettuccia di stoffa nell'estratto e poi applicandola al cane o al gatto; sue simili proprietà sono utili anche contro le zanzare, sia cospargendone la pelle per allontanarne, sia anche per aiutare i gonfiori dovuti ai morsi di questi insetti ed ancora anche per impedire la crescita di larve in luoghi umidi stagnanti come i sottovasi.

Olio essenziale di limone

In questa pagina parleremo di :

- [Una preziosa risorsa naturale](#)
- [Proprietà e benefici](#)
- [Assunzione e dosaggi](#)
- [Uso dell'olio di limone](#)



Una preziosa risorsa naturale

La natura ha una soluzione per tutto: spesso in epoca moderna si tende a dimenticarlo, eppure proprio dalla realtà intorno a noi arrivano le soluzioni più semplici ma allo stesso tempo più efficaci ai piccoli disagi di tutti i giorni. Questo vale soprattutto per quanto riguarda la salute: non a caso, proprio dalle sostanze già esistenti in natura prende le mosse la medicina. Ogni pianta e ogni tipo di vegetazione può essere considerata quindi come elemento decorativo dello spazio verde, ma anche come preziosa risorsa da saper sfruttare. Ogni pianta, infatti, contiene preziose sostanze che si possono rivelare utili in modi estremamente variegati, anche a seconda della parte che si decide di utilizzare, per curare così efficacemente disturbi di diversa natura. Non fa eccezione il limone, pianta da sempre diffusa nel nostro territorio e tipica della vegetazione mediterranea: dalla scorza del frutto si ricava un olio prezioso per la bellezza e la cura della persona, dal gradevole profumo e dalle tante proprietà benefiche. L'olio di limone si può acquistare, oppure ricavare direttamente dalla pianta se nel giardino o nel terrazzo è presente, in modo tale da poter sfruttare al meglio le risorse che il limone è in grado di offrire.

Proprietà e benefici

L'olio essenziale di limone viene utilizzato per diversi disturbi o per trarre benefici di varia natura, proprio per via della sua versatilità e delle sue diverse proprietà benefiche. Il limone, in particolare, vanta in primis proprietà disinfettanti e antisettiche, che rendono l'olio di limone un elemento estremamente efficace in caso di gargarismi per la cura di infiammazioni della gola o per curare stomatici e problemi dell'apparato gastrico. Ulteriori benefici del limone sul sistema digestivo sono legati alle proprietà astringenti, depurative, vermifughe e antibatteriche. In campo omeopatico e farmacologico, l'olio essenziale di limone è considerato un valido rimedio contro sintomi di artriti e dolori reumatici. Altrettanto efficace risulta l'olio essenziale di limone in campo



cosmetico: le proprietà astringenti di tale sostanza si rivelano efficace non solo per la cura di disturbi gastrici, ma anche per quanto riguarda la cura della pelle, contrastando la formazione di rughe intorno agli occhi e favorendo il restringimento dei pori, per combattere le impurità della pelle. Qualche goccia all'interno degli umidificatori di casa sarà invece utile per profumare l'ambiente e purificare l'aria.

Assunzione e dosaggi



L'utilizzo dell'olio essenziale di limone non comporta particolari controindicazioni, tuttavia occorre accertarsi di non essere ipersensibili alla sostanza: in tal caso anche l'utilizzo sporadico e contenuto potrebbe provocare irritazioni alla pelle. Utilizzato secondo le comuni prescrizioni, ad ogni modo, l'olio di limone difficilmente può causare problemi. Poche gocce del prodotto sono sufficienti, di solito, per trasformare un impacco o una crema per il viso di grande efficacia e per arricchire i prodotti così ottenuti con una gradevole fragranza e un piacevole profumo. L'olio essenziale di limone può essere utilizzato anche per il controllo della pressione alta: anche in questo caso, sarà sufficiente assumere poche gocce quotidianamente per poter riscontrare i primi risultati in modo immediato. Le assunzioni e

gli utilizzi di prodotti a base di olio essenziale di limone possono essere anche prolungate nel tempo, purché in linea con le prescrizioni mediche e lo sviluppo del disturbo che si sta curando con tale prodotto.

Uso dell'olio di limone

L'olio di limone è un rimedio che viene utilizzato da secoli nella medicina tradizionale e nell'omeopatia, non solo per via dei suoi indubbi effetti benefici, ma anche per la facilità con la quale l'olio può essere prodotto. La pianta, infatti, costituisce vegetazione autoctona naturale e dunque è estremamente facile da reperire e anche da coltivare, dal momento che le condizioni climatiche sono particolarmente indicate allo sviluppo di questa particolare pianta. L'olio essenziale di limone si ricava dalla scorza del frutto, una volta che esso è giunto a maturazione,



attraverso una operazione di spremitura a freddo. In questo modo, dunque, è possibile avere a disposizione grandi quantità di olio essenziale di limone da conservare per tutto l'anno, mentre la produzione si dovrà naturalmente limitare ai periodi di maturazione dei frutti, nei mesi più caldi. L'utilizzo delle gocce così ottenute può essere estremamente vario, dalle profumazioni per gli ambienti fino alla realizzazione di maschere di bellezza per il viso e per il corpo. In tal caso, però, occorre fare attenzione e ricordare che il prodotto è fototossico: ciò significa che non va usato direttamente sulla pelle se essa viene poi esposta direttamente al sole o ai raggi delle lampade abbronzanti. Non vi sono, invece, elementi tossici nell'olio

essenziale di limone, anche se alcuni soggetti possono risultare particolarmente sensibili e riportare irritazioni della cute: in tal caso, è sufficiente sospendere l'utilizzo del prodotto.

Olio massaggi

In questa pagina parleremo di :

- [Olio massaggi](#)
- [Caratteristiche](#)
- [Composizione](#)
- [Uso](#)



Olio massaggi

Il massaggio è un'arte antica praticata per rilassare il corpo e la mente. Attraverso movimenti circolari delle mani nelle diverse zone del corpo, si ottengono diversi effetti: rilassanti, rassodanti ed eccitanti... Per rendere ancora più efficace il massaggio, gli operatori del benessere, ma anche la gente comune, usano i cosiddetti oli massaggianti o da massaggio. Realizzati secondo specifiche formulazioni, sia chimiche che naturali, gli oli massaggianti potenziano l'effetto rilassante del massaggio perché rendono la pelle più sensibile al tocco delle mani. Per un massaggio davvero benefico, è meglio evitare gli oli chimici e preferire gli oli a base di estratti vegetali studiati proprio per preparare oli da massaggio dagli effetti emollienti, tonificanti e rilassanti.

Caratteristiche

La moderna cosmesi erboristica non si è lasciata sfuggire il business del massaggio proponendo oli con formulazioni tra loro diversissime e molto efficaci. Nei massaggi rilassanti e tonificanti vengono usati l'olio di mandorla e di argan, veri e propri protagonisti del massaggio sia nei centri estetici che in casa.

Estratti da due piante millenarie, questi oli hanno il vantaggio di non ungere e di essere facilmente assorbiti dalla pelle. Inoltre per la presenza di antiossidanti, come la vitamina E, questo oli

svolgono un effetto purificante ed esfoliante per la pelle prevenendo e migliorando condizioni come

smagliature, invecchiamento cellulare e rughe. Nel campo dei massaggi vengono anche usati oli a base di altri estratti vegetali, quali la crusca di riso, la soia, i semi di canapa, il germe di grano, l'albicocca, il cartame, ed estratti di petali di fiori, come la dalia, il lillà e il frangipani. Gli oli da massaggio comprati in

erboristeria sono realizzati secondo formulazioni bilanciate e miscelate ad altre sostanze, come gocce di oli essenziali che potenziano gli effetti benefici dell'emulsione oleosa di base. Gli oli per massaggi si possono



realizzare anche con il fai da te, ma un errato bilanciamento tra i vari estratti potrebbe risultare tutt'altro che benefico.

Composizione

Gli oli da massaggio sono in genere composti da una miscela di estratti vegetali e di sostanze emollienti che fanno da coadiuvanti al principio attivo principale. Spesso la chimica si meschia alla natura, portando alla formulazione di prodotti che di erboristico hanno solo il nome. Affinché il massaggio abbia un reale effetto rilassante, è essenziale che venga effettuato con oli naturali ed a base di essenze che stimolano sensazioni di benessere e di rilassamento. Alcuni oli cosmetici vengono realizzati con formulazioni che contengono anche estratti del petrolio, ovvero con glicerina e paraffina, minerali che possono anche procurare dei fastidi alla pelle nei soggetti predisposti. I più efficaci per il massaggio, sono, dunque, gli oli naturali, ovvero quelli puri, a base di olio di mandorla, di oliva, di argan, di altri estratti citati al paragrafo precedente, e quelli miscelati con oli essenziali. Questi ultimi non vanno mai usati puri per il massaggio, ma diluiti negli oli naturali, perché da soli possono avere effetti tossici e fortemente irritativi, sia sulla pelle che sulle mucose. Per un olio da massaggio realmente efficace, basta aggiungere una goccia di olio essenziale in 100 ml di olio naturale. Gli operatori del benessere consigliano di usare olio di argan, di mandorla o di sesamo e di addizionarlo con qualche goccia di olio essenziale dalle proprietà rilassanti. Per non sbagliare e non rischiare effetti tossici, è sempre meglio acquistare gli oli naturali in erboristeria, già addizionati con la giusta quantità di oli essenziali.

Uso

Gli oli per massaggi possono essere usati per trattare diverse parti del corpo: capelli, viso, corpo, addome, cosce, natiche, piedi ecc. In base all'olio essenziale contenuto, questi fluidi emollienti da massaggio si possono usare per combattere la cellulite, l'invecchiamento della pelle, le smagliature, la ritenzione idrica ed altri inestetismi. Uno dei massaggi più diffusi è quello antistress o rilassante, abbondantemente praticato nei centri benessere. Il massaggio antistress va effettuato da professionisti abilitati che applicheranno l'olio sulla schiena del cliente effettuando movimenti circolari fino ad arrivare alle natiche. In casa il massaggio fai da te si pratica versando qualche goccia sulle mani ed effettuando poi dei movimenti circolari sulle parti del corpo da tonificare. Molto efficace è, invece, il massaggio con oli essenziali, praticato nei centri di terapie naturali. Il massaggio con oli essenziali, chiamato anche "aromamassaggio", viene effettuato con il palmo della mano, praticando delle leggere frizioni sul corpo. Prima di iniziare il massaggio viene versata una goccia di olio sul gomito per verificare la presenza di allergie. Se dopo 15 minuti non si manifestano reazioni allergiche, l'essenza viene miscelata ad olio naturale e conservata in barattoli di vetro scuro. Con questi oli si possono massaggiare mani, pianta dei piedi, viso, torace, addome e gambe. Per massaggiare piedi e viso bastano dieci minuti, mentre per le altre parti del corpo servono maggiori quantità di olio, in quanto l'assorbimento è più lento. In queste zone il massaggio può durare anche venti minuti.

Alcuni oli essenziali rendono la pelle sensibile ai raggi UV. Dopo il massaggio con le essenze è bene evitare di esporsi al sole o di effettuare trattamenti con lampade abbronzanti.

Olio tea tree

In questa pagina parleremo di :

- [Caratteristiche dell'olio di tea tree](#)
- [Proprietà terapeutiche](#)
- [Proprietà cosmetiche](#)
- [Utilizzo dell'olio di tea tree](#)



Caratteristiche dell'olio di tea tree

L'olio di tea tree è un prezioso estratto di pianta arbustiva (nome botanico *Melaleuca Alternifolia*), ottenuto tramite distillazione a vapore delle foglie dell'arbusto: le qualità migliori vengono distillate senza l'utilizzo di solventi chimici. Tradizionalmente utilizzato dagli aborigeni australiani, l'estratto noto anche come "albero del the" è estremamente versatile ed efficace e risponde alle più diverse esigenze estetiche e terapeutiche. L'olio essenziale estratto deriva il proprio nome dall'uso che ne veniva fatto: lo scopritore dell'Australia, James Cook, imparò dagli aborigeni a preparare un infuso rinfrescante con le foglie di questa pianta, aprendo poi la strada all'utilizzo diffuso dell'olio estratto della pianta in più ambiti. Ricco di sostanze benefiche per l'uomo, il tea tree oil è particolarmente sfruttato per due sostanze in esso contenute, il terpinene e il cineolo, la cui presenza all'interno dell'olio è fondamentale per determinarne la qualità e di conseguenza l'efficacia. I migliori olii, infatti, sono quelli che rispecchiano le percentuali già presenti nella pianta in natura: il primo elemento deve superare il 30%, il secondo invece non deve superare il 15%. Quantità maggiori, infatti, potrebbero essere irritanti a contatto con l'epidermide.

Proprietà terapeutiche

Il tea tree oil è un olio essenziale molto versatile dal punto di vista terapeutico, utilizzato per curare in modo naturale diversi tipi di disturbi. L'olio essenziale ha proprietà cicatrizzanti, antimicotiche e antibatteriche: può essere utilizzato per la cura della pelle, eliminando problemi legati all'acne o ad altre forme di irritazione cutanea, applicato in piccole gocce direttamente sulla pelle. Allo stesso modo è possibile lenire il fastidio di pruriti, irritazioni, punture di insetto, sfruttando eventualmente l'olio anche come fungicida. Diluito in acqua, invece, può essere utilizzato per effettuare gargarismi con effetto lenitivo per mal di



gola e infiammazioni. Per riniti e problemi alle vie respiratorie è possibile aggiungere qualche goccia di olio ad un fazzoletto o diluirlo in acqua calda per dei suffumigi, che libereranno i canali e i polmoni. L'olio di tea tree può adattarsi anche all'utilizzo per l'igiene intima per alleviare i fastidi della candida, diluendo poche gocce in acqua: l'utilizzo, insomma, è estremamente vario e di grande efficacia e rapidità: per questa ragione si tratta di uno dei prodotti più diffusi. Avere un barattolino di olio essenziale tea tree significa avere a propria disposizione un rimedio per tanti piccoli fastidi, un prodotto molto efficace per la cosmesi e la cura della pelle e perfino per la profumazione e l'igiene della casa, tutto in un unico prodotto.

Proprietà cosmetiche



Accanto alle proprietà puramente curative e lenitive, l'olio di tea tree viene anche largamente impiegato in cosmesi e per l'igiene della casa, per via del suo intenso e gradevole profumo e della sua efficacia, in particolare nella cura e nell'eliminazione di piccoli arrossamenti, infiammazioni o inestetismi della pelle. Poche gocce di olio essenziale sono infatti sufficienti per eliminare rapidamente la presenza di brufoli o macchie legate a lievi infiammazioni, rendendo la pelle liscia e splendente. L'olio essenziale può, in questo caso, essere utilizzato diluendo poche gocce in crema neutra, in modo tale da evitare che la pelle si secchi eccessivamente (un procedimento particolarmente utile in inverno, quando la pelle tende a screpolarsi di più a causa del freddo), oppure applicando direttamente poche gocce sulla parte infiammata, in modo tale da far seccare più velocemente i brufoli e rendere la pelle morbida e vellutata.

Utilizzo dell'olio di tea tree

La caratteristica principale del tea tree oil, che lo differenzia dagli altri olii essenziali, è che può essere utilizzato direttamente sulla pelle, senza bisogno di diluirlo. Questo tipo di utilizzo è consigliato prevalentemente per coloro che desiderano curare qualche lieve forma di infiammazione cutanea, come la manifestazione dell'acne oppure la presenza di funghi, in modo tale da poter agire in modo mirato. Attenzione ad utilizzare, però, solamente qualche goccia, per evitare che la pelle si secchi troppo e che l'olio abbia un effetto irritante. L'olio può però anche essere diluito con creme neutre, in modo tale da



stemperare il suo effetto ma riscontrarne comunque chiaramente i benefici per la pelle. È possibile anche l'utilizzo interno, come visto, per gargarismi o inalazioni: in questo caso il prodotto va diluito con acqua oppure posto su un fazzoletto. Dato l'intenso profumo dell'olio dell'albero del the, tale prodotto può essere

sfruttato anche come igienizzante e come profumatore per la casa: qualche goccia diluita può essere sfruttata per i profumatori per ambienti, oppure possono venire realizzati dei piccoli profumatori per i cassetti e per gli armadi. Il costo di un buon olio di qualità si aggira intorno ai dieci euro e l'essenza può quindi soddisfare al contempo diverse esigenze, divenendo una preziosa risorsa per la cura del corpo e della casa.