

Oli essenziali, due gocce per rifiorire

LA TENDENZA

Uniti ad olio per potenziare gli effetti dei massaggi. Versati in acqua per regalarsi bagni speciali. Aggiunti a creme per potenziare i risultati. Sono molti i possibili usi cosmetici degli oli essenziali, sostanze odorose, volatili e oleose, presenti in alcune cellule delle piante aromatiche.

Ai loro segreti di bellezza è dedicato il volume *Oli essenziali. Guida completa per salute, bellezza e benessere* di Gill Farrer-Halls, che uscirà a maggio, per Logos edizioni. Un vero prontuario per scoprire i "trucchi" che si nascondono in fiori, foglie, piante, pure di uso comune.

LA CREMA

Così, la lavanda si rivela un toccasana per viso e corpo. Perfetto per bagni aromatici o incorporato a creme idratante, il suo olio essenziale rende la pelle più morbida e aiuta a ottenere un colorito omogeneo. È sufficiente aggiungere dalle tre alle sei gocce



LE MISCELE Gli oli essenziali rendono la pelle più morbida

ce all'acqua per il bagno o al tonico per assicurarsi una cura di bellezza.

La camomilla è usata da oltre due millenni in erboristeria. Le

**IN UN MANUALE
TUTTI I SEGRETI
DELLE PIANTE
PER POTENZIARE
IL TONICO, I SIERI
E IL BALSAMO**

essenze di quella comune e quella romana, mescolate a lozioni di uso quotidiano, risanano la pelle sensibile, arrossata e secca, e favoriscono il rilassamento. Poi, rosa di Damasco e rosa di Provenza, tra gli oli essenziali più pregiati, che associate a creme e prodotti per il viso idratano il derma, donando luce all'incarnato.

L'olio essenziale di rosa, unito a quelli di semi di rosa mosqueta e di noccioli di albicocca, è l'ingrediente principe di un trattamento per il viso: basta miscelare le

essenze e applicare qualche goccia di prodotto, mattina e sera, al posto dell'idratante. Anti-age l'olio di neroli. «Prezioso nella cura di tutti i tipi di pelle - spiega Gill Farrer-Halls - il neroli favorisce la rigenerazione cellulare e giova in particolare alle pelli mature, secche e sensibili. La meravigliosa fragranza di quest'olio lo rende un'indispensabile aggiunta a tutti i prodotti cosmetici, ai profumi e agli oli da massaggio e da bagno». Da viso e corpo ai capelli.

LO SHAMPOO

L'olio essenziale di ylang ylang è il cuore della ricetta per uno shampoo che «ha un effetto stimolante sul cuoio capelluto, favorendo la crescita dei capelli». Si aggiungono quaranta gocce a 200 ml di base per shampoo composta con ingredienti naturali. «Versate lo shampoo in un recipiente e miscelate lentamente l'olio essenziale evitando di formare bolle d'aria. Riversatelo nella bottiglia e usatelo al bisogno».

Valeria Arnaldi

© RIPRODUZIONE RISERVATA

