

# Le virtù prodigiose dell'olio di Argan

L'olio di Argan viene utilizzato anche in **campo cosmetico** grazie alle sue **proprietà antiossidanti**, emollienti, idratanti e fortemente elasticizzanti. E' uno degli oli più importanti per il *ringiovanimento cutaneo* grazie al suo contenuto di Vitamine E e di diversi acidi grassi essenziali. Questo preziosissimo olio, estratto dai frutti della pianta di *Argania Spinosa* che cresce esclusivamente nel sud del Marocco, viene impiegato da millenni dalle donne berbere come **elisir di bellezza**. Ora anche la scienza ufficiale ha dovuto riconoscere le incredibili proprietà dell'olio di Argan ed è anche questo uno dei motivi per cui la sua diffusione è sempre più massiccia (seppur limitata, visti i suoi costi non certo popolari).

Le varietà di Olio di Argan prodotte, che differiscono per la **tostatura dei noccioli** e per il **tipo di uso**, sono due: l'**olio cosmetico**, più chiaro ed usato sulla pelle, sui capelli, per le unghie e per i massaggi e l'olio alimentare, più scuro, dal sapore forte e deciso, adoperato per la cucina quotidiana. L'olio di Argan nonostante sia molto idratante non è grasso e non unge, cosa che lo rende ancora più sfruttabile in ogni occasione, anche prima di vestirsi. Se usato in modo costante, riattiva le funzioni vitali delle cellule, migliora il tono muscolare del viso, attenua la comparsa delle rughe, liscia la pelle, mimetizza le occhiaie e riduce l'irritabilità cutanea.

Di seguito gli ambiti di applicazione dell'olio di Argan per la nostra bellezza:

## PELLE

Contenendo sostanze antiossidanti e acidi grassi essenziali l'Olio di Argan è uno dei migliori rimedi esistenti contro l'invecchiamento della pelle. La protegge contro gli aggressori esterni (sole, metalli pesanti, smog, vento, inquinanti vari tra cui sostanze tossiche inalate, ingerite o assorbite attraverso la cute)

- stimola la rigenerazione e l'ossigenazione della pelle. Dona elasticità e svolge un'importante azione antiage. L'olio di Argan penetra rapidamente nella pelle lasciandola idratata e non unta.
- con l'olio di Argan è possibile preparare uno scrub per il corpo aggiungendovi un po' di sale da cucina. Con l'aggiunta di zucchero è invece ottimo per la pelle delle labbra. Le rende morbide e prive di pellicine.
- può essere utilizzato per le smagliature prodotte dalla gravidanza
- poche gocce di olio applicate direttamente sulla pelle donano luminosità e morbidezza alla cute. Dopo la doccia bastano 6 o 7 gocce di olio sulla pelle ancora umida facendola assorbire con un delicato massaggio.
- Aggiungere 6/7 gocce di olio di Argan nell'acqua della vasca da bagno contribuisce alla detersione rendendo la pelle morbida e priva di impurità
- l'olio può essere utilizzato anche per la pelle del seno. Massaggiando delicatamente qualche goccia di olio si preserva l'elasticità della pelle, fragile e delicata, del seno.

## VISO

Grazie alla considerevole presenza di Vitamina E,

- bastano una goccia al mattino ed una alla sera per combattere efficacemente la formazione di rughe ed ostacolare i processi di invecchiamento cellulare.

# Le virtù prodigiose dell'olio di Argan

- poche gocce di olio di Argan prima e dopo la rasatura lasciano la pelle idratata ed evitano le irritazioni..

## CAPELLI

L'olio di Argan è adatto per i capelli fragili, secchi, sfibrati e privi di lucentezza perché dona loro forza ed idratazione. Alimentando le fibre capillari conferisce ai capelli brillantezza e flessibilità e combatte le doppie punte e l'inaridimento.

- Per rendere i capelli nutriti e setosi si può scaldare qualche goccia d'olio tra le mani e strofinarlo delicatamente sui capelli ciocca per ciocca. Si deve lasciare in posa per un'ora e poi procedere con il solito lavaggio.

## UNGHIE

L'olio di Argan cura le unghie fragili proteggendole contro le aggressioni esterne.

- E' sufficiente miscelare l'olio in pari quantità con del succo di limone ed immergere le mani nel composto per almeno 10 minuti. Il trattamento deve essere ripetuto regolarmente una volta alla settimana per circa 2 mesi. In questo modo le unghie e le cuticole avranno un aspetto sano e curato.
- L'olio si può anche applicare sulle unghie ogni sera prima di coricarsi

## MASSAGGI

L'olio di Argan viene usato per i massaggi. E' ottimo come **decontratturante muscolare**