

## CIBO SULLA PELLE

### CURCUMA

*“Sollevando il coperchio del contenitore accanto alla porta della bottega, se ne percepisce subito l’odore (...) Accarezzatene la superficie con la mano, e la serica polvere gialla vi infarinerà il palmo e i polpastrelli. Polvere d’ala di farfalla. Avvicinate la mano al volto. Strofinatevi le gote, la fronte, il mento. Non abbiate timore. Per millenni prima dell’inizio della storia, le spose – e le fanciulle che aspiravano a maritarsi – hanno fatto lo stesso. Imperfezioni e rughe scompariranno, grasso e segni del tempo saranno spazzati via. Per giorni, in seguito, la pelle brillerà di un pallido bagliore dorato.”*

**Questo brano tratto dal libro “La maga delle spezie” (Chitra Banerjee Divakaruni), ci porta subito nel mondo “magico” della curcuma.**

**In India, da almeno 6000 anni, la curcuma è il segreto di bellezza delle donne che sono solite realizzare una pasta a base di questa spezia da spalmare sulla pelle per mantenerla giovane e luminosa e per proteggerla dai raggi solari.**

**Sempre in India è considerata una vera e propria medicina soprattutto in ayurveda, oltre che spezia e colorante (per 2000 anni le tuniche dei monaci buddisti sono state tinte con questa radice. Per gli indiani è un simbolo di prosperità e un mezzo di purificazione per tutto il corpo.**

**Ma che cos’è la curcuma? La Curcuma è una pianta tropicale della famiglia dello zenzero.**

**La conosciamo come spezia da utilizzare sui cibi, come ingrediente del curry. Ma questa polverina dal bel colore arancione ha delle proprietà sorprendenti anche utilizzata sulla pelle, proprietà di cui ora parleremo.**

**L'invecchiamento cutaneo è un fenomeno naturale: gli anni passano, la nostra pelle perde la capacità di rigenerarsi.**

**Con l'aumento dell'età il derma, la pelle, subisce cambiamenti che riguardano il numero delle cellule e anche l'elasticità dei tessuti. Le fibre elastiche e il collagene si allentano, c'è una diminuzione del famoso acido ialuronico, fondamentale per una pelle giovane; ciò porta progressivamente alla comparsa delle inestetiche rughe, nemiche giurate di tutte le donne!**

**L'invecchiamento esteriore è inoltre accentuato dai fattori ambientali quali abitudini alimentari, raggi solari, agenti atmosferici e stile di vita.**

**Nell'invecchiamento gioca un ruolo importante lo stress ossidativo che fa sì che il derma, vale a dire lo strato profondo della pelle, subisca cambiamenti inerenti sia al numero delle cellule che alle loro proprietà.**

**La curcuma è utile per contrastare questo fenomeno, in quanto è un potente antiossidante e ha un alto contenuto di vitamina C e di conseguenza ha una potente azione antiinvecchiamento, tanto da essere definita "la spezia della bellezza". Inibisce l'azione dell'elastasi, sostanza responsabile dell'invecchiamento dell'epidermide; di conseguenza rallenta la comparsa dei segni del tempo ed aiuta a conservare la pelle tonica e soda.**

**Altri componenti della curcuma, i tetraidrocurcuminoidi, inibiscono la formazione delle macchie dovute all'età.**

**Tutto ciò vale anche per la cura delle mani, che rende particolarmente morbide e lisce. Anche qui previene l'invecchiamento precoce del dorso delle mani, le macchie di sole ecc...**

**Per le sue proprietà, non trascurabili, di cui abbiamo appena parlato, la curcuma è efficacissima nei trattamenti antirughe.**

**La curcuma, e in particolare un suo componente, la tetraidrocurcumina, aiuta la pelle ad abbronzarsi. Ha anche effetto antiinfiammatorio, per questi motivi è ottima per i prodotti abbronzanti.**

**La curcuma inoltre, in virtù dell'effetto antiinfiammatorio di cui abbiamo parlato, ci può aiutare anche a mantenere la salute dei denti.**

**Le gengiviti, i sanguinamenti alle gengive, le infiammazioni ai denti, nel caso dei bimbi molto piccoli i fastidi dovuti alla dentizione...**

**In questi casi la curcuma funziona, riduce l'assalto dei batteri che attaccano le gengive e alla lunga danneggiano i denti.**

**Per questi motivi la nostra azienda utilizza la curcuma in tre prodotti cosmetici:**

**CONCENTRATO CURA\_PRO - siero effetto lifting**

**OLIO DENTI SO MILD - olio delicato per la pulizia dei denti dove l'effetto di cui parlavamo di riduzione batterica viene potenziato dall'olio di limone e dalla foglia di cannella.**

**BALSAMO SOLARE con filtro fisico e non chimico che quindi, oltre a non essere dannoso, offre una maggiore protezione ed è adatto fin dalle prime esposizioni al sole. Qui la curcuma, unitamente al coenzima q10, sostiene armoniosamente la lotta contro i radicali liberi.**

## **AVOCADO**

**L'avocado è un albero da frutto appartenente alla famiglia delle Lauraceae originario del Centro America, in particolare Messico, Guatemala, Antille. Conosciuto fin dai tempi delle antiche civiltà precolombiane, costituiva un alimento di base per i popoli Maya e Aztechi.**

**Considerandolo afrodisiaco, i conquistatori Spagnoli lo importarono in Europa. Oggi è diffuso e ampiamente coltivato in America Latina, California, Florida, Israele, Sud Africa, e in minore quantità in Spagna.**

**Oltre ad essere un ottimo alimento, l'Avocado possiede proprietà officinali che risiedono nella polpa del frutto e nell'olio che da essa si ricava.**

**L'olio di Avocado si ottiene dalla polpa essiccata dei frutti. Un buon olio di avocado che contenga inalterati i propri componenti, viene ottenuto mediante spremitura a freddo. E' composto da elevate percentuali di acidi grassi, fitosteroli, tocoferoli (vitamina E), carotenoidi (precursori della vitamina A), è ricco di vitamine liposolubili in grado di stimolare l'attività dei fibroblasti e di conseguenza la sintesi di collagene, e allo stesso tempo inibire le collagenasi, enzimi che degradano il collagene cutaneo. In virtù della sua composizione, l'olio di avocado presenta ottime caratteristiche protettive nei confronti dei raggi UV e rigeneranti cutanee.**

**Per questi motivi risulta indicato per la formulazione di cosmetici ad azione idratante ed emolliente, destinati soprattutto alle pelli mature, secche, devitalizzate, ruvide e disidratate o con eczemi, o semplicemente "spente". I cosmetici a base di olio di avocado sono particolarmente adatti nei trattamenti antirughe, antismagliature, rassodanti e protettivi solari e in tutti quei preparati che mirano a ricostituire il normale funzionamento del mantello idrolipidico. Applicato sulla cute, naturalmente, è un ingrediente sicuro ad ogni concentrazione di utilizzo.**

**Tutto ciò si traduce in un'efficace azione di incremento dell'idratazione e dell'elasticità della pelle. È uno degli ingredienti più adatti per un'idratazione perfetta.**

**L'olio di avocado ammorbidisce la pelle secca e la rigenera nel processo d'invecchiamento. E' delicato con la pelle sensibile. Ha la capacità di penetrare a fondo nella pelle e di assorbirsi in tempi rapidi, favorendo così l'assorbimento dei nutrienti necessari alla pelle.**

**Ha un alto potere nutriente e idratante, perfetto per ridare tono e consistenza a pelli secche o mature, per le quali può essere benefico anche nel trattamento delle macchie dell'età. Per i più piccoli, data la capacità di penetrare a fondo e di essere assorbito rapidamente, può essere indicato anche per trattare le irritazioni da pannolino.**

**Gli antiossidanti contenuti nell'olio di avocado sono particolarmente indicati per trattare pelli scottate dal sole (o dalle lampade abbronzanti), per le scottature "da forno" e per accelerare la guarigione di piccole ferite o aiutare a riassorbire eventuali cicatrici.**

**La lecitina e il potassio che contiene, sono indicati non solo per uso interno, ma anche per la pelle.**

**A questo proposito può essere usato per problemi di prurito alla cute.**

**Per questi motivi la nostra azienda utilizza l'olio di avocado in diversi prodotti quali:**

**ATTIVATORE DI MELANINA**

**CREME VISO PER PELLI SECCHHE E ARIDE O PROBLEMATICHE (3 E 4)**

**LIPIDI RISTRUTTURANTI (anche per i bimbi, soprattutto con dermatite atopica)**

**BALSAMO PIEDI**

**LATTE CORPO (ANCHE PER NEONATI) - ideale per idratare tutto il corpo dei bimbi e, in uno strato più corposo, per proteggere la zona pannolino... e per idratare il pancione delle mamme in attesa, ottimo anche come doposole**

## **NOCE DI MACADAMIA**

**L'olio di macadamia è un olio naturale, estratto per spremitura a freddo dei semi dell'omonima pianta. Siamo parlando di un albero sempreverde, nativo delle foreste**

**sudorientali dell'Australia. La macadamia viene oggi coltivata nelle zone d'origine, ma anche alle Hawaii, nel Messico e in alcune regioni africane.**

**Racchiusa da un guscio brunastro particolarmente coriaceo, la mandorla è particolarmente ricca di sostanze oleose. Così, attraverso un processo di pressatura, si ottiene un olio particolarmente ricco di acidi grassi monoinsaturi.**

**L'olio di macadamia riconosce importanti applicazioni sia in ambito alimentare che cosmetico.**

**Grazie alla sua ricchezza di acidi grassi monoinsaturi, l'olio di macadamia ha interessanti proprietà eudermiche. Risulta infatti per composizione molto simile alla cute, che lo assorbe con facilità "riconoscendolo a prima vista".**

**In virtù, appunto, della sua particolare composizione in acidi grassi, è un importante riequilibrante della secrezione lipidica dell'epidermide.**

**In campo cosmetico, l'olio di macadamia viene quindi utilizzato nei prodotti idratanti per pelli secche, nei cosmetici anti-aging, nelle creme solari...**

**Ottimo come olio per il massaggio del corpo, per pelle secca, invecchiata e soggetta a couperose.**

**Contro le smagliature, tonificante e riattivante della circolazione.**

**E' largamente riconosciuto per il suo potere ristrutturante, nutriente, restitutivo ed idratante.**

**E' caratterizzato da un'ottima scorrevolezza e tocco non untuoso rispetto ad altri oli vegetali e si assorbe rapidamente.**

**Protegge la pelle dall'azione del sole e del vento ed ha la proprietà, come dicevamo, di mantenere stabile il grado di idratazione.**

**La sua particolare capacità di penetrare la barriera cutanea è particolarmente adatta per veicolare i principi attivi**

**attraverso la pelle, favorendo una rigenerazione  
“dall’interno” delle fibre infragilite.**

**Barbara Rodda**

**Sito web: [www.freschidea.it](http://www.freschidea.it)**

**mail: [info@freschidea.it](mailto:info@freschidea.it)**

