Miracolele Terapiei cu Sare de Mare

Sarea de mare poate fi folosita pentru mai multe tratamente gen home-spa, precum si pentru calmarea psoriazisului, eczemelor, inrosirea fetei, eliminarea toxinelor din corpul nostru si, in general, pentru destresare si revitalizare.

Sarurile marine adevarate, sunt produse pur si simplu prin evaporarea apei de mare. Acest proces natural lasa diferite urme de minerale si de elemente, in functie de ce parte a lumii este apa. Toate sarurile de mare ofera un machiaj mineral diferit, care sunt bune pentru pielea ta. Acesta este disponibil pe scara larga si este usor accesibil tie, pentru a putea face tratamente eficiente la tine acasa.

Principalele minerale, avand diferite concentratii sunt:

Calciu – care ajuta in mod eficient pentru a curata profund porii din pielea noastra
Potasiu – ajuta la retentia de apa
Bromura – aceasta calmeaza pielea
Iod – care reglementeaza sistemele metabolice la nivel celular.



Prin inmuierea pielii noastre in cada de baie, actiunea de deschidere a porilor noastrI in apa, inseamna ca aceste substante nutritive pot fi absorbite in mod eficient pentru a

avea beneficii optime. Sarea de mare va atrage in mod natural orice impuritati din straturile profunde ale pielii noastre, acesta fiind motivul pentru care este atat de benefica, lasand pielea foarte moale.

In functie de bolile de care suferiti, la procesul de inmuiere pot fi adaugate o varietate de uleiuri esentiale pentru a va ajuta in lupta cu gripa, durerile musculare sau sinuzita, asta pentru a numi doar cateva. Daca aveti tenul gras, apoi o baie cu sare de mare va ajuta la reechilibrarea PH-ului,iar daca aveti o piele uscata, aceasta se va simti mult mai hidratata.

Urmati aceste retete simple si economice pentru a face Home-Spa:

Saruri de baie

1/8 cana de sare de mare
1/8 cana argila alba
2 cani de borax
Ulei esential de alegerea ta

Borax este o sare minerala naturala, care apare in mod natural prin evaporarea unor lacuri din intreaga lume. Lutul alb este un detoxifiant puternic si, de asemenea, are proprietati antibacteriene.

Pur si simplu se amesteca impreuna sarea, argila si borax-ul intr-un bol inainte de a adauga uleiul esential la alegere. Pentru cele mai bune rezultate ale acestui amestec, acopera vasul cu o carpa uda si las-o sa se usuce timp de cateva ore. Cand sunteti gata pentru baie, amesteca bine din nou, si adauga 4-6 linguri in cada si lasandu-l sa se dizolve complet inainte de a intra in cada. Relaxare placuta!

BODY SCRUB (exfolierea pielii)

2 cesti de sare de mare fina
4 cesti de ulei de nuca de cocos, de samburi de caise, ulei de

migdale sau ulei de seminte de struguri
25 picaturi de ulei esential la alegere

Combinatia este atat de simpla, dar vei fi uimit de rezultatul fantastic. Aveti grija sa cumperati sare de mare, care are o textura mai fina, astfel incat sa nu existe muchii ascutite sau dure, ar trebui sa fie blanda la atingere, dar ideea este de a exfolia delicat celulele moarte ale pielii, fara sa zgariati suprafata pielii!

Pur si simplu pune sarea de mare in borcan si adauga ulei de nuca de cocos, apoi uleiul esential. Puneti un capac etans la borcan si acest lucru poate fi depozitat intr-un loc racoros si uscat. Se aplica pe pielea umezita prin masaj usor al pielii, facand miscari circulare. Clatiti cu apa calduta. (Aveti grija, sa evitati orice rani sau zgarieturi)

Sursa: secretele.com