

SOMÀ Katia⁽¹⁾; FURLINI Sandy⁽²⁾; VARGIU Marcella⁽³⁾; RIZZATI Claudia⁽⁴⁾

(1) Infermiera Esperta, (2) Medico Medicina Generale, (3) Infermiera, (4) Infermiera Coordinatrice
Servizio Cure Domiciliari Volpiano, ASL 7 Chivasso (TO) Italia

La cura della pelle e il trattamento delle sue più comuni affezioni è da sempre stato fatto con erbe e olii vegetali per le loro proprietà: emollienti, antinfiammatorie, idratanti, nutrienti, protettive, rigenerante, lenitive, rinvigorente. Riportiamo di seguito una raccolta degli olii più frequentemente utilizzati a questo scopo e le loro proprietà particolari.

OLIO DI MANDORLE DOLCI

Prunus communis: composto da lipidi, protidi e polisaccaridi.
Proprietà: veicolante e decongestionante, aiuta a prevenire la formazione di smagliature.
Curiosità La mandorla nell'antichità rappresentava l'anima, l'essenza umana celata alla vista per via del duro guscio nel quale si nasconde. Rompere questo guscio significa arrivare a scoprire il tesoro in noi nascosto.



JOIOBA

Simmondsia Chinensis: non contiene trigliceridi, penetra a fondo nei pori della pelle. È ricco di vitamine (E ed F) e di minerali e le sue molecole rimangono stabili anche in presenza di raggi UV.
Proprietà: antibatterico, epitelizzante. Adatto sia per nutrire la pelle secca (psoriasi ed eczemi) che per purificare quella grassa e acneica, ha la capacità di incorporare e rimuovere il sebo aiutando a liberare la pelle dalle impurità, stimola la microcircolazione cutanea.
Curiosità Gli Indiani d'America ne conoscevano le straordinarie proprietà e lo utilizzavano nella cura di scottature e ferite.

OLIO D'OLIVA

È ricco di acidi grassi, vitamine (E A K D), fenoli e antiossidanti.
Proprietà: è sebo-restitutivo, lenitivo. Produzione di sapone.
Curiosità: Pianta antichissima, originaria della Siria si è diffusa nella zona mediterranea grazie ai Fenici ma a coltivarla furono prima gli Etruschi poi i Romani. Fin dai secoli antichi veniva considerata una pianta sacra e tutt'ora viene ritenuta tale. La mitologia ci racconta che fu Minerva in persona a donare questa pianta agli uomini e spesso possiamo trovarla citata tra le leggende e i miti. Omero racconta che il letto nuziale di Penelope e Ulisse era scavato in un tronco di ulivo. L'olio d'oliva veniva usato nelle lucerne, come fonte di luce perpetua nei templi mentre nell'antico Egitto veniva utilizzata nel processo di imbalsamazione.



GERME DI GRANO

Triticum Vulgaris. È ricchissimo di vitamina E, provitamina A, sali minerali, proteine e oligo elementi.
Proprietà: rassodante, vitaminizzante, protegge dagli agenti esterni. Indicato nella cura di pelli senili, avvizzite, stanche e devitalizzate. Viene assorbito velocemente dalla pelle e non unge.
Curiosità: assunto per via interna, accresce la resistenza fisica e muscolare, preserva dall'attacco dei radicali liberi. Coadiuvante nel trattamento del diabete, dell'ipertensione e degli edemi. Usato per curare Herpes e dermatiti. Ad oggi gli studi tossicologici non rilevano alcun rischio nell'utilizzo dell'olio di germe di grano per via interna e in quantità moderate.



BORRAGINE

Borago Officinalis. L'elevata presenza di acidi polinsaturi rende questo olio un prezioso principio attivo per l'utilizzo cosmetico.
Proprietà: Contrasta l'invecchiamento cutaneo, anti acne, utilizzato nel trattamento dell'artrite reumatoide, psoriasi ed eczemi.
Curiosità Il nome gallese della Borrachine "Llawenlys" significa erba della contentezza, per questo in molte zone viene chiamata "Erba dell'allegria". Gli antichi la mescolavano al vino per dare coraggio ai guerrieri prima della battaglia e tra i Greci era usata per curare i mal di testa post-sbornia.



ROSA MOSQUETA

Rosa Affinis Rubiginosa è un olio pregiato, ricco di acidi grassi essenziali e acido Transretinoico.
Proprietà: rinnovamento cellulare, ha provati effetti ringiovanenti sulla pelle agendo sull'invecchiamento dei tessuti riducendo le rughe e le macchie che compaiono con l'avanzare degli anni. Utile nelle ulcere, nelle abrasioni, nelle ustioni e per lenire le scottature solari.
Curiosità: è un arbusto simile alla Rosa Canina che cresce spontaneamente nei climi temperati e piovosi, specialmente in Cile. Per le sue proprietà rigeneranti era usato per favorire la cicatrizzazione delle ferite.



OLIO DI CALENDULA

Calendula officinalis.
Proprietà: Funge da stimolo immunitario e facilita la rigenerazione dei tessuti pertanto è adatto per trattare piccole ferite, piaghe e bruciature, per i geloni, e la pelle con couperose o acne.



IPERICO

Hipericum perforatum, è un olio di colore rosso scuro
Proprietà: antisettica, purificante, astringente e antibiotica. Lenisce i dolori articolari e reumatici. Cicatrizzante e ripitelizzante, è l'ideale per curare le ferite e applicato localmente guarisce le emorroidi esterne.

