



COSMÉTICA NATURAL

Os produtos de cosmética natural son os que están elaborados por ingredientes naturais ou que na súa formulación só hai unha mínima porcentaxe de ingredientes sintéticos os cales non se consideran prexudiciais nin para a nosa pel nin para o medio ambiente.

A cosmética natural é unha filosofía que emprega produtos naturais (se ademais son ecolóxicos, mellor), fomenta a reutilización de envases e rexeita o uso de prácticas prexudiciais para o medio ambiente.

- ✓ Non produce residuos químicos nin agresivos para o medio ambiente.
- ✓ Potencia o uso de ingredientes vexetais de procedencia ecolóxica.
- ✓ Non permite o uso de derivados do petróleo.
- ✓ Fomenta a redución de envases e envoltorios secundarios.

PASTA DE DENTES. A maioría de pastes de dentes comerciais están elaboradas con produtos químicos tales como branquexantes, colorantes artificiais ou o triclosan, empregado como axente antibacteriano para reducir a placa pero que á larga, polo seu efecto agresivo, destrúe todas as bacterias, tamén as necesarias na boca, e dana as células das enxivas. É por iso que os nosos dentes o único que precisan é unha limpeza física co cepillo, un axente desinfectante, un antiséptico e un para halitose, sen necesidade de produtos químicos agresivos. Isto podémolo facer nós con ingredientes naturais e cunha sinxela receita:

Ingredientes: auga, sal, arxila branca, esencia (p.ex. menta), herbas medicinais como:

- Tomiño, Sarxa: teñen poder desinfectante e antiinflamatorio.
- Romeu: ten propiedades analxésicas, antiparasitarias e antisépticas.
- Herbaboa: está indicada pra problemas de halitose.

Preparación: Facemos unha infusión concentrada (fervemos auga e engadímoslle as herbas en abundancia). Tamén engadimos un pouco de sal para axudar ao branqueo natural dos dentes. Deixamos repousar ata que a auga estea morna. A continuación botamos a infusión sobre a arxila (que previamente dispuxemos nun bote de boca ancha) ata conseguir unha textura homoxénea de crema. Para rematar, engadimos unhas gotiñas de esencia de menta, que lle dará un sabor agradable e refrescante.

BÁLSAMO DOS BEIZOS. Ademais de ser testados en animais, os bálsamos dos beizos convencionais concentran produtos alérxenos, derivados do petróleo e colorantes químicos, que en moitos casos fan reaccións negativas na nosa pel. Por sorte, dispoñemos de produtos naturais que aseguran o mesmo efecto e coidado da pel, protexendo aos nosos beizos das feridas e queimaduras producidas polo frío e vento no inverno e polo exceso de sol no verán.

Ingredientes: cera de abella e aceite de améndoas doces en proporción **1:4**, unhas gotas de aceites esenciais (p.ex. limón) e/ou aceites con propiedades como a rosa mosqueta, caléndula... Tamén se poden engadir colorantes naturais ao gusto (p.ex. remolacha, henna, amapoula...)

Preparación: Derreter ao baño maría a cera e o aceite. Unha vez homoxéneo, verter nun recipiente e engadir as gotas de esencia ao gusto.