

Argilla: proprietà, utilizzi e benefici

Data: 11 gennaio 2017 | Autore: Emanuela Salerno



L'argilla è uno tra i rimedi più antichi che l'uomo abbia a disposizione perché cura efficacemente e in modo naturale moltissimi disturbi. Eppure le virtù di questa polvere magica si tramandano soprattutto come segreti di bellezza. [MORE]

A seconda dei minerali contenuti (ferro, silice, calcio, magnesio) essa acquisisce vario e proprietà diverse. In base allo stato di ossidazione del ferro presente, l'argilla appare bianca, rossa o verde: in fitoterapia, si preferisce l'argilla bianca (caolino), in cui le proprietà riequilibranti, cicatrizzanti e stimolanti sono maggiormente marcate rispetto alla verde (indicata per uso interno). L'argilla rossa, ricca in ferro e scarsa in alluminio, è indicata per l'anemia, per disturbi epatici e per complicanze a livello della mucosa intestinale.

Le principali proprietà dell'argilla sono:

- antisettica e battericida: si tratta, infatti, di un complesso sterile in grado di contrastare l'attività dei batteri creando un ambiente ostile alla loro proliferazione ma senza arrecare alcun danno all'organismo e senza impedire la rigenerazione cellulare. È efficace nell'eliminazione dei parassiti intestinali e in numerose forme infettive: coliti, enteriti, affezioni polmonari, piaghe purulenti;
- antinfiammatoria e antidolorifica: grazie alla capacità termoassorbente lenisce le infiammazioni. Utile in caso di scottature, distorsioni, contusioni, assorbe anche il dolore;
- rimineralizzante: la sua finissima composizione garantisce la liberazione e l'assimilazione dei minerali che la costituiscono da parte dell'organismo che viene subito rimineralizzato. Utile nei disturbi articolari, in caso di fratture, osteoporosi e nelle anemie;
- assorbente e antitossica: la costituzione micromolecolare le consente di assorbire enormi quantità d'acqua, gas, tossine e veleni, soprattutto per la particolare capacità di scambio ionico che le

permette, attraverso un processo osmotico, di estrarre tossine idrosolubili e allo stesso tempo di cedere ai tessuti sali minerali in quantità;

- cicatrizzante: stimola i fattori della coagulazione del sangue e accelera i processi rigenerativi dei tessuti;

- alcalinizzante: la grande quantità di elementi basici rende alcalino l'organismo;

- energizzante: il complesso di sistemi minerali rigenera l'attività organica e apporta energia. L'elevato contenuto di calcio fortifica i tessuti elastici, il magnesio contrasta astenia intellettuale e muscolare.

A proposito della proprietà antitossica, grazie alla sua capacità di assorbire e ad espellere le sostanze pericolose, l'argilla si configura come un buon rimedio contro l'avvelenamento. È stata, infatti, utilizzata, nonostante l'assenza di un vero e proprio fondamento scientifico, nei soggetti colpiti dalle radiazioni nucleari di Chernobyl, riuscendo potenzialmente ad assorbire le radiazioni dannose e ad eliminarle fisiologicamente.

Dati gli svariati utilizzi dell'argilla, dall'utilizzo in compresse per contrastare il gonfiore addominale, all'applicazione cutanea per la rimarginazione delle ferite, fino all'utilizzo deodorante in cucina, è nato il termine "argilloterapia" una sorta di medicina non convenzionale che ne esalta le proprietà.

Anche la cosmesi trae vantaggio dall'argilla, sfruttata per la formulazione di prodotti anticellulite, antismagliature, in lozioni per rallentare la caduta dei capelli e in cosmetici anti-age. Sono molto apprezzate, infatti, le maschere a base di argilla, da applicare direttamente sulla pelle del viso, o su tutto il corpo: posta a contatto con l'acqua, infatti, l'argilla forma una massa densa simile al fango, che si solidifica dopo una decina di minuti. L'azione esercitata dall'argilla è quella di esfoliare la pelle, togliendo le cellule dello strato corneo: in tal modo, la pelle appare liscia, levigata e morbida.

Maschera all'argilla fai da te: prima di tutto procuratevi dei contenitori in plastica o ceramica (quelli in metallo sono sconsigliati perché potrebbero alterare il prodotto) ed un cucchiaino di legno. La prima cosa da fare è reidratare la polvere d'argilla aggiungendo gradualmente l'acqua. Una volta aggiunto il liquido, attendete 15-20 minuti prima di iniziare a mescolare: così facendo l'argilla avrà il tempo necessario per inglobare lentamente l'acqua ed idratarsi spontaneamente.

Prima di procedere con l'applicazione della maschera d'argilla sul viso, eliminate ogni traccia di trucco dalla pelle utilizzando un detergente struccante specifico ed abbondante acqua tiepida. Procedete, quindi, all'applicazione della maschera con un pennellino a setole morbide oppure con i polpastrelli.

Una volta che il prodotto si sarà seccato, potrete rimuovere la maschera aiutandovi con un panno umido. Per mantenere più a lungo la pelle morbida, idratata e luminosa, dopo la rimozione della maschera all'argilla applicate sul viso un generoso strato di crema.

Emanuela Salerno

Seguimi anche su Facebook: [EsteticaMente](https://www.facebook.com/EsteticaMente)