

Το νερό της θάλασσας κάνει καλό

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

image not found or type unknown



[thalassa.kalokairi.parea](#)

Κολυμπάμε, παίζουμε στη θάλασσα και αφήνουμε το νερό να κάνει την (καλή) δουλειά του στο σώμα μας.

Το θαλασσινό νερό έχει πλήθος ευεργετικών ιδιοτήτων που κάνουν καλό στον οργανισμό και την επιδερμίδα. Ας τις γνωρίσουμε.

Το μπάνιο στη θάλασσα μας δίνει δροσιά, μας φτιάχνει τη διάθεση και μας χαλαρώνει. Εκτός αυτών όμως των χαρακτηριστικών του, το νερό της θάλασσας που περισσεύει στην Ελλάδα, κάνει καλό στο σώμα, εσωτερικά και εξωτερικά.

Είναι ευεργετικό για το αίμα

Το θαλασσινό αλάτι περιέχει μεγάλη ποσότητα βιταμίνης C, η οποία καταπολεμάει τις ελεύθερες ρίζες. Επίσης έχει υψηλή περιεκτικότητα σε μαγνήσιο που συνεισφέρει στην δράση των αντιοξειδωτικών. Ως εκ τούτου, το αλάτι της θάλασσας είναι σε θέση να αποτοξινώσει τα κύτταρα του δέρματός σας σωστά και να απορροφήσει όλη τη βρωμιά, τη σκόνη και τα τοξικά υλικά από αυτά.

Το αλάτι που περιέχει η θάλασσα είναι το κύριο συστατικό που μας ωφελεί.

Ένα φυσικό reeling

Μπορείτε επίσης να χρησιμοποιήσετε το αλάτι της θάλασσας ως φυσικό reeling. Η υφή του αλατιού βοηθά στην απομάκρυνση του εξωτερικού στρώματος των νεκρών κυττάρων της επιδερμίδας. Αυτός είναι εξάλλου ο λόγος για τον οποίο μετά τις καλοκαιρινές διακοπές οι περισσότεροι άνθρωποι έχουν για καιρό καλύτερο τόνο στην επιδερμίδα τους και πιο καθαρή όψη σε πρόσωπο και σώμα.

Δέρμα βελούδινο

Έχει παρατηρηθεί ότι τα τακτικά μπάνια στην θάλασσα μπορούν να ενισχύσουν τον τόνο του δέρματος σε μεγάλο βαθμό. Το μαγνήσιο στο αλάτι μπορεί να εμποδίσει την κατακράτηση υγρών από το δέρμα σας κρατώντας το απαλό, σφριγηλό και νεανικό.

Τα συστατικά του θαλασσινού νερού έχουν την ιδιότητα να μας ομορφαίνουν.

Αντίο ακμή και λοιμώξεις

Η περιεκτικότητα σε ασβέστιο από το αλάτι της θάλασσας μπορεί να βοηθήσει στον καθαρισμό των φραγμένων πόρων του δέρματος. Εάν έχετε ακμή στην

επιδερμίδα σας, τότε το θαλασσινό αλάτι είναι ό, τι καλύτερο για εσάς. Διατηρεί το δέρμα σας καθαρό, μειώνοντας τις πιθανότητες εμφάνισης λοιμώξεων στο δέρμα.

Πηγή: clickatlife.gr