10 Μαΐου 2019

Οι μαγικές ιδιότητες του θαλασσσινού νερού!!!

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Είναι ο πιο απλός τρόπος για να κάνετε φυσικό και χωρίς κόστος πίλινγκ , περιέχει πλήθος βιταμινών και ιχνοστοιχείων ενώ η παραμονή του μέσα σε αυτό μπορεί να μας βοηθήσει στην αποτοξίνωση.

Και όμως, ενώ έχει τόσα οφέλη, οι περισσότεροι άνθρωποι μόλις βγαίνουν από τη θάλασσα σπεύδουν να ξεπλυθούν με γλυκό νερό θεωρώντας πως το αλάτι δεν τους βοηθά σε τίποτα.

Και όμως είναι ένας από τους πολλούς αστικούς μύθους, καθώς το νερό της θάλασσας έχει κυριολεκτικά μαγικές ιδιότητες .

Δείτε μερικούς λόγους που, ίσως, σας πείσουν την επόμενη φορά να αφήσετε λίγο παραπάνω επάνω σας το αλάτι της θάλασσας:

Το θαλασσινό αλάτι θεωρείται ένα φυσικό καθαριστικό του αίματος. Περιέχει μεγάλη ποσότητα βιταμίνης C, η οποία καταπολεμάει τις ελεύθερες ρίζες και 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 η βρωμιά, τη σκόνη και τα τοξικά υλικά από αυτά.

Καθώς απωθεί όλες τις τοξίνες από το σώμα σας, το θαλασσινό αλάτι κάνει το δέρμα σας πιο απαλό και υγιές. 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.

Επίσης, το θαλασσινό αλάτι είναι πλούσιο σε ζωτικής σημασίας βιταμίνες και ανόργανα μέταλλα, τα οποία απαιτούνται για την σωστή λειτουργία των κυττάρων του δέρματος. Αυτές οι θρεπτικές ουσίες μπορούν να βελτιώσουν τον κυτταρικό μεταβολισμό, διατηρούν τους ιστούς ενυδατωμένους, ενισχύει την κυκλοφορία του αίματος στην επιφάνεια του δέρματος και να αυξάνει την αντοχή των κυτταρικών μεμβρανών.

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.

Μπορείτε επίσης να χρησιμοποιήσετε το αλάτι της θάλασσας ως φυσικό πίλινγκ . Η υφή του αλατιού βοηθά στην απομάκρυνση της εξωτερικού στρώματος 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.

Πηγή: **health4you.gr**