



LE SCHEDE DEL CANESTRO

L'ARGILLA

Storia - L'argilla è una delle materie prime naturali più antiche che l'uomo abbia mai usato. Inizialmente fu impiegata per produrre oggetti di uso domestico e ornamentali. Più tardi furono scoperte le sue proprietà terapeutiche. Le prime notizie storiche sull'uso dell'argilla a scopo terapeutico e cosmetico risalgono all'epoca dell'antico Egitto. Da allora l'argilla fu usata ininterrottamente nell'antica Grecia, durante l'impero romano, durante il medio evo, il rinascimento, e fino ai nostri giorni.

Proprietà - Assunta per via interna combatte l'acidità di stomaco, le gastrici e le infiammazioni in genere del tubo digerente; infatti grazie alla sua azione polare è in grado di riequilibrare le funzioni dell'organismo. Come applicazione esterna è efficace nel caso di traumi meccanici e sulle punture di insetto.

Si può utilizzare come maschera antiferfora, antiseborroica e rinforzante dei capelli, come maschera per il viso, come maschera rassodante; si può applicare sulle vene varicose, sui capillari; si può utilizzare anche come rinfrescante contro gli critemi in genere.

Modalità d'uso - Uso interno. In un bicchiere pieno di acqua si versa un cucchiaino da caffè di argilla ventilata. Si mescola molto bene e si lascia riposare. Dopo 5 minuti si beve il soprastante o acqua argillosa, lasciando il sedimento sul fondo del bicchiere. In alcuni casi si berrà anche il sedimento.

Uso esterno. In una tazza si versa un bicchiere di acqua e un cucchiaino di olio di oliva extravergine. Si mescola e si aggiunge l'argilla di tipo fine, fino a quando il tutto non ha raggiunto una consistenza cremosa. Quando l'impacco argilloso sarà asciutto pulire con acqua. Il tempo di applicazione varia da mezz'ora a due ore a seconda dei casi.