

## Calendula

Per quanto riguarda l'uso esterno, solitamente sottoforma di pomate, la calendula ha ottime proprietà cicatrizzanti, antisettiche e antibatteriche. Da non sottovalutare tra le molte proprietà quella anticancerogena che ultimamente gli studiosi attribuiscono a questa interessante pianta. In campo dermatologico la crema alla calendula viene utilizzata come idratante per mani e viso, ma si può tranquillamente utilizzare per il trattamento dell'acne, macchie della pelle, dei foruncoli e delle piaghe da decubito. per l'idratazione di pelli secche, per la cura delle pelli affette da couperose, macchie scure e per il rilassamento cutaneo. Per il contenuto in flavonoidi sono inoltre attribuite alla Calendula attività emollienti, lenitive, rinfrescanti e riepitelizzanti, grazie all'azione di normalizzazione del microcircolo tissutale. L'uso esterno della pomata alla Calendula è quindi consigliato in caso di pelle secca e delicata, screpolata, facilmente arrossabile: le sue mucillagini svolgono una specifica azione protettiva ed

emolliente, con una capacità filmogena che isola la pelle irritata e ne modula il grado di umidità, per cui se ne consiglia l'uso anche per le dermatiti da pannolino, e come trattamento protettivo pre-sole, e lenitivo doposole. Per i bambini la crema alla Calendula da alla pelle in via di sviluppo gli impulsi necessari per diventare quell'involucro protettivo che preserva gli organi interni dal mondo esterno. Vorrei sottolineare l'eccellente azione in caso di geloni, sia delle mani che dei piedi, che spesso la sola pomata alla Calendula risolve in breve tempo, costituendo anche un valido presidio per prevenirli, se utilizzata con continuità all'inizio della stagione fredda, e per tutto l'inverno. Risulta essere un ottimo unguento contro le scottature. Le infiammazioni localizzate in profondità e ferite purulente risentono dei vantaggi delle applicazioni esterne a base di calendula. Recenti studi hanno evidenziato che sono soprattutto le infezioni della pelle causate da stafilococchi a reagire bene all'applicazione di preparati a base di questa pianta. L'attività antibiotica, dovuta ai flavonoidi e alle saponine, è diretta verso svariati microorganismi, in particolare contro i batteri Gram-positivi, quali *Staphylococcus aureus* e *Streptococcus betaemolyticus*.

## Tasso Barbasso

Verbascum thapsus, o tasso barbasso, ha proprietà antibatteriche e antinfiammatorie. astringente emolliente, calmante, rilassante, lenitivo., In campo dermatologico ha proprietà addolcente, antipruriginose, antalgiche, vulnerarie. Le proprietà antinfiammatorie della pianta saranno di grande efficacia nel decongestionare la pelle.

I fiori riducono le infiammazioni dovute all'eczema e sono cicatrizzanti; cura l'orticaria e le screpolature della pelle. Le applicazioni sulla pelle per curare ulcere, piaghe e scottature erano ampiamente utilizzati dalla medicina popolare azione calmante su emorroidi, geloni e scottature. gonfiore contusioni e pelle infiammate, nelle affezioni della bocca, nelle scottature, nelle punture d'insetto, nei geloni. Si usa su pelli aride e screpolate, per prevenire le smagliature, cicatrici. L'olio ricavato dai fiori del verbasco nelle articolazioni reumatiche per l'olio Mullein invece è utile strofinato alleviare il dolore

Naturopata : Eliana Zamboni cell. 3382963380



### Le creme della yaya

*Crema e unguenti preparati con piante selvatiche macerate nel nostro olio di oliva biologico ed esposte al sole per 40 giorni, miscelate con cera e miele biologico della nostra zona, a cui sono aggiunti oli essenziali. Le piante selvatiche hanno venti volte più fotoni e il doppio dei quanti di luce delle piante di culture tradizionali o biologiche sono più ricche di componenti e in maggiore concentrazione, significa maggior energia da utilizzare per la sintesi dei principi attivi.*

