



Erbe di Sardegna

cosmesi naturale

Come usare l'olio essenziale di Citronella?

Tutte le ricette e gli usi

Deodorante naturale e detergente

Usa l'olio di citronella come deodorante o deodorante per ambienti. Puoi aggiungere l'olio all'acqua e usarlo come nebulizzatore o utilizzare un diffusore di olio o un vaporizzatore. Aggiungendo altri oli essenziali, come l'olio di lavanda o di tea tree, puoi personalizzare la tua fragranza naturale.

Repellente naturale per insetti

A causa del suo alto contenuto di geraniolo, l'olio di citronella è noto per respingere insetti come zanzare e formiche. Questo repellente naturale ha un odore delicato e, mescolato con acqua, può essere spruzzato direttamente sulla pelle.

Puoi anche usare l'olio di citronella per le **pulci**: aggiungi circa cinque gocce di olio all'acqua e crea il tuo spray, quindi applica lo spray sul pelo del tuo animale domestico.

Rilassamento muscolare (dolori muscolari, crampi o spasmi muscolari)

I benefici dell'olio di citronella includono anche la sua capacità di alleviare dolori muscolari, crampi e spasmi. Può anche aiutare a migliorare la circolazione. Come fare?

- prova a strofinare l'olio di citronella diluito con olio di cocco sul tuo corpo oppure
- crea il tuo pediluvio aggiungendo all'acqua calda circa 10 gocce di olio essenziale di citronella.

Scrub per il corpo

Quest'olio è ottimo per creare ripulire i pori della pelle:

- combina 10 gocce di olio di citronella con sali di Epsom,
- aggiungi abbastanza olio di cocco per saturare il sale.

Sotto la doccia, strofina lo scrub su tutto il corpo (anche sul viso) e poi risciacqua.

Smalto Per Unghie Naturale

Esiste un'opzione ai classici solventi per smalto. L'acetone è un solvente aggressivo che può causare gravi irritazioni agli occhi, al naso e alla gola. Non solo, in realtà rimuove tutti gli oli naturali dalla pelle, dalle unghie e dalle cuticole. Usa qualche goccia di citronella su un batuffolo di cotone.

Tonico per capelli con oli essenziali

Ingredienti

- 500 ml di acqua
-
- 10 gocce di olio essenziale di tea tree
-
- 6 gocce di olio essenziale di citronella
-
- 5 gocce di olio essenziale di rosmarino
-
- 4 gocce di olio essenziale di menta piperita

Come realizzarlo?

Unisci tutti gli ingredienti in un flacone spray di vetro. Agitare bene prima di ogni utilizzo e applicare quotidianamente sui capelli bagnati.

Skin care quotidiana

Si consiglia di diluire:

- 1 goccia con 4 gocce di olio d'oliva quando si utilizza sulla pelle. Puoi anche testare prima su una piccola area della pelle sulla parte inferiore di un braccio per confermare se hai o meno sensibilità all'olio. Quindi puoi applicare l'area desiderata, se necessario. Puoi anche aggiungerlo al tuo idratante preferito.