

Máscaras faciais

As máscaras faciais servem para limpar, nutrir e revitalizar a pele através da eliminação de toxinas e do estímulo da circulação sanguínea local; também podem acalmar e hidratar a pele. Regulam as atividades dos capilares e devolvem vitalidade aos tecidos. Facilitam a eliminação das células mortas e promovem a regeneração de células novas e saudáveis.

Aplique a máscara em todo o rosto, pescoço e colo, tomando cuidado com os olhos. Deixe-a na pele durante 15 a 30 minutos.

Deite-se, relaxe e repouse.

Para removê-la, lave o rosto com água, retirando todo o resíduo.

Máscara amaciante ¼ de polpa de abacate maduro
1 colher de sopa de mel
1 gota de óleo essencial de camomila-romana
1 gota de óleo essencial de palmarosa

Em um recipiente coloque a polpa do abacate e amasse até adquirir consistência de creme, junte o mel. Acrescente os óleos essenciais indicados.

Máscara para pele seca e sem brilho 2 colheres de sopa de aveia
1 xícara de café de leite
1 gota de óleo essencial de sálvia esclarea
1 gota de óleo essencial de gerânio

Cozinhe por alguns minutos o leite e a aveia, até formar um mingau.

Coe em um pano, espremendo os resíduos. Misture ao mingau os óleos essenciais.

Máscara nutritiva 1 cenoura
1 colher de café de óleo vegetal de cenoura
2 gotas de óleo essencial de lavanda
1 gota de óleo essencial de ylang ylang

Triture ou rale a cenoura, coe em um pano. Adicione os óleos essenciais diluídos no óleo vegetal de cenoura. Utilize em compressas com gaze.

