

Flora alpina

di [granello](#)

per Dieta-Dimagrante.com

© Tutti i diritti Riservati

Un trattamento a misura di sciatore? La biosauna dell'arnica. E' una sauna finlandese addolcita dall'olio essenziale dell'umile fiorellino che cresce spontaneo nei prati dell'alta quota. Nota da sempre come "fiore dei caduti", l'arnica ha effetti miracolosi in caso contusioni e traumi che lasciano lividi bluastri sulla pelle. La sua tintura è efficace anche come antireumatico, nei casi di naso otturato, mal di testa, catarro e contro brufolletti e foruncoli. Altrettanto preziosa è la stella alpina, utilizzata nei centri [benessere](#). L'essenza della leggendaria edelweiss, ricca di tannini, astringenti e antinfiammatori, viene centellinata in impacchi per il viso che rinforzano le difese cutanee. Altre specialità sono un bagno detox a base di polvere di roccia alpina e un dolcissimo gommage eseguito su tutto il corpo con erbe essiccate di montagna e limone.

granello