



Ulei din nuca de cocos 200 gr ADAMS SUPPLEMENTS

Uleiul de cocos este bogat in potasiu, fier, magneziu, fosfor, cupru, zinc si vitaminele A si E. Hidrateaza pielea in profunzime, tonifica, previne aparitia ridurilor si regenereaza parul.

Folosit din cele mai vechi timpuri, uleiul de cocos este un ulei special care a reusit sa ofere beneficiile lui in mai toate domeniile precum in cel culinar, cosmetic sau medical.

„Uleiul de cocos este cel mai sanatos ulei de pe aceasta planeta” spune doctorului Bruce Fife, autorul cartii The Healing Miracles of Coconut Oil (Puterea miraculos-vindecatoare a uleiului de cocos).

Uleiul de cocos contine in proportie de 50% acid lauric, care regleaza nivelul de colesterol si presiunea sangelui, nu creste nivelul de colesterol si reduce incidenta leziunilor de la nivelul arterelor.

Uleiul de cocos este semi-solid pana la temperatura de 25 C, dupa care devine lichid.

Uleiul de cocos hidrateaza si regenereaza pielea si structura firelor de par, protejeaza de razele soarelui, repara tesuturile si intarzie aparitia ridurilor, hidrateaza mainile uscate si lupta cu celulita si vergeturi. Fiind bogat in acid lauric este un excelent antioxidant.

Prepara un exfoliant anticelulitic benefic din ulei de cocos:

Se amesteca 2 linguri de zahar brun cu 2 linguri de zat de cafea si 4 linguri de ulei de cocos. Compozitia obtinuta se maseaza pe intregul corp, lasand cateva minute sa actioneze, apoi se clateste.

Pentru un plus se pot adauga si cateva lingurite de scortisoara. Scortisoara stimuleaza organismul sa furnizeze caldura si te ajuta sa scapi de celulita.