

---

## Creme per il viso fai da te

**Autore:** Giulia Martinelli

**Fonte:** Città Nuova

**C'è quella per le pelli grassi e quella per le pelli secche, quella per levigare e quella per eliminare le borse sotto gli occhi. Cosa serve per prepararle? Miele, farina e un po' di frutta o verdura...**

Abbiamo visto come i rimedi delle nonne possono tornare utili per rendere [più sani i nostri capelli](#) senza ricorrere a prodotti troppo costosi e costituiti da agenti chimici che nel tempo possono solo rovinarli. Anche per le creme per il viso si può ricorrere a ingredienti del tutto naturali. Ad esempio per uno **scrub viso**, da provare è la crema all'avena. La preparazione è molto veloce e bastano tre semplici ingredienti: farina d'avena, miele e olio d'oliva, bisogna amalgamare il tutto e poi stendere la crema sul viso e massaggiare per qualche minuto, alla fine risciacquare, per ottenere un effetto nutriente e purificante, grazie all'azione esfoliante dell'avena.

Per chi ha il problema della **pele grassa**, la soluzione è una crema composta da polpa di mela, miele e farina, il composto va passato sul viso e lasciata agire per almeno 20 minuti. Può aiutare anche l'aggiunta di succo di limone poiché l'acido citrico disinfetta e chiude i pori. Chi invece ha il problema contrario può provare una crema allo yogurt, basta comprare un vasetto di yogurt bianco senza zucchero e aggiungere qualche goccia di olio di mandorle. Appena risciacquata la pelle del viso risulterà molto più morbida e luminosa.

E non si può non finire con la classica e divertente **maschera al cetriolo**, che in tutti i film spaventa l'inconsapevole marito che rientra in casa dopo una giornata di lavoro e trova un "mostro" verde in cucina. Cari mariti non spaventatevi, il cetriolo, le donne lo sanno, è un ottimo rinfrescante, perfetto in caso di pelle bruciata o stressata dal sole ma anche di grande aiuto per sgonfiare le borse sotto gli occhi e idratare la pelle. Tutto quello che serve è un cetriolo e un frullatore per ottenere un composto omogeneo. La crema va poi passata sul viso e lasciata agire per qualche minuto.

Insomma dare sollievo in modo naturale al viso si può, basta guardare nella nostra dispensa.