

## I mille usi dell'olio extravergine di oliva

L'olio d'oliva tuttavia è molto più di un condimento per insalate o per il pane caldo appena sfornato. Ha mille funzioni che possiamo imparare a conoscere più da vicino. Ecco alcuni suggerimenti per voi

### **Struccante per gli occhi**

Anche il trucco più pesante non potrà resistere alla potenza idratante dell'olio d'oliva. Tamponate dolcemente con un batuffolo di cotone o con un dischetto struccante e vedrete che ombretto, mascara e eyeliner avranno vita breve.

### **Idratante per la pelle**

Si potrebbe pensare che usare l'olio d'oliva per idratare la pelle possa lasciarla unta e grassa. Nulla di più falso: se applicato in piccole dosi penetrerà in profondità, idratando la pelle senza ostruire i pori.

### **Tonico per i capelli**

Oggi il mercato offre un'infinità di oli per capelli: c'è solo l'imbarazzo della scelta ma come alternativa possiamo utilizzare qualche cucchiaino di olio d'oliva caldo sui capelli ancora umidi, massaggiando delicatamente il cuoio capelluto e strofinando sui capelli fino all'estremità. Lasciamo agire per una mezz'ora e i nostri capelli saranno lucenti e ben nutriti.

### **Olio da bagno**

Aggiungete qualche goccia del vostro olio essenziale preferito a 4-5 cucchiaini di olio d'oliva e avrete ottenuto una soluzione da bagno personalizzata dalle sorprendenti capacità idratanti.

### **Per la rasatura**

Viscoso e idratante l'olio d'oliva aiuta il rasoio a scivolare meglio sulla pelle consentendo una rasatura più delicata e meno irritante.

### **Psoriasi e altre irritazioni**

L'olio di oliva lenisce prurito, bruciore e più in generale l'irritazione della pelle e rappresenta un valido aiuto nella cura delle eruzioni cutanee. Può essere anche usato nelle dermatiti da pannolino dei neonati per un rapido sollievo.

Un uso regolare e frequente di olio d'oliva può anche essere utile nel trattamento di forme lievi di psoriasi.

### **Lenitivo per la gola**

Se vi attende un lungo congresso in cui sarete il relatore principale o vi accingete a partecipare una serata canora, inghiottire un cucchiaino di olio d'oliva prima della performance lubrificerà la gola. Questa soluzione è ottima anche per lenire il prurito dato dall'arrossamento e per lubrificare bocca e tonsille.

### **Labbra secche e screpolate**

Se volete dire addio a labbra secche e screpolate potete mescolare insieme olio d'oliva e cera d'api fusa, in un rapporto di 1:1, aggiungendo una goccia del vostro olio essenziale preferito. Otterrete così il vostro burro di cacao personalizzato.

### **Contro il mal d'orecchio**

Questo è forse il rimedio della nonna più famoso al mondo. Qualche goccia di olio d'oliva caldo è un rimedio efficace e veloce per lenire un forte mal d'orecchio. Per curare le infezioni invece può essere utile un infuso di olio d'oliva e aglio schiacciato da filtrare e applicare nell'orecchio malato.

### **Trattamento dei pidocchi**

In passato l'olio d'oliva era il trattamento naturale più utilizzato per combattere le infestazioni dei temutissimi pidocchi poiché in grado di sciogliere l'esoscheletro dei parassiti e di soffocare quelli più resistenti. Passate accuratamente il pettinino per pidocchi, poi frizionate dell'olio sui capelli ancora umidi e lasciate agire per almeno 6/8 ore coprendo con una cuffia da doccia. Applicate poi una lozione a base di aceto di mele e lasciate agire per tutta la notte. Al mattino lavate accuratamente i capelli e passate nuovamente il pettinino per rimuovere le uova rimaste.

### **Trattamento per le unghie**

Utilizzatelo per idratare le fastidiose cuticole delle unghie oppure aggiungete un paio di cucchiaini di olio d'oliva in una ciotola con acqua tiepida ed immergetevi le mani alcuni minuti prima della manicure.

### **Lubrificante intimo**

Non sono solo le cerniere cigolanti a funzionare meglio quando sono lubrificate. L'olio d'oliva è un ottimo lubrificante intimo a patto che non lo usiate con i preservativi in lattice.

### **Boli di pelo**

L'aggiunta di ¼ di cucchiaino d'olio di oliva al pasto di Micio lo aiuterà ad espellere più facilmente i fastidiosi boli di pelo.

### **Lucido per mobili**

Grazie all'olio d'oliva potrete eliminare la polvere dai vostri mobili e nello stesso tempo conferire loro nuova lucentezza. Aggiungetene un cucchiaino a ¼ di tazza di limone ed otterrete un ottimo prodotto per la pulizia delle superfici in legno.

### **Lucido da scarpe**

Se siete amanti delle scarpe in pelle e vi piace che siano sempre lucide e morbide allora l'olio d'oliva fa al caso vostro. Dimenticatevi di prodotti maleodoranti e di dubbia qualità: prendete un panno morbido, qualche goccia d'olio e il gioco è fatto.

### **Nutriente per cuoio**

Oltre a lucidare perfettamente le nostre scarpe, l'olio di oliva può essere utilizzato per ridare vita agli articoli in pelle usati, che hanno perso elasticità e morbidezza. È ottimo per ricondizionare vecchi guanti, selle e sedili. Impiegherà più tempo a penetrare nel cuoio rispetto ai prodotti convenzionali, ma il risultato sarà altrettanto efficace.

### **Lucido per acciaio inox**



L'olio d'oliva è ottimo per lucidare le superfici in acciaio inox o in rame. Per prima cosa pulite accuratamente la superficie da lucidare lasciando che si asciughi bene, poi prendete un panno morbido e pulito, versateci sopra un filo d'olio e frizionate energicamente con movimenti circolari la superficie da lucidare. Il risultato sarà garantito.

#### **Lubrificante per cerniere**

Se la porta della cucina cigola fastidiosamente e non avete in casa nessun lubrificante spray, niente di meglio dell'olio d'oliva. È naturale, di facile utilizzo e altrettanto efficace. Pulite accuratamente le cerniere con un batuffolo di cotone ben intriso di olio e il noioso cigolio sparirà in un baleno.

#### **Carburante per lampade**

Se vi trovate in montagna e siete rimasti al buoi senza torce e senza candele, potrete usare l'olio d'oliva per alimentare una lampada. Esistono in commercio innumerevoli modelli di lampade ad olio ma se volete divertirvi e sentirvi anche solo per un quarto d'ora proprio come MacGyver potete costruirvene una da soli. Procuratevi una piccola bottiglietta in vetro, tipo quella dei succhi di frutta, e riempitela d'olio. Praticate sul tappo un forellino, dove inserirete lo stoppino che dovrà essere ben fermo. Lasciate che lo stoppino sia completamente imbevuto d'olio e la vostra lampada sarà pronta all'uso.

#### **Togliere la vernice**

Se avete appena terminato di riverniciare il cancelletto in giardino e le vostre mani ricordano la tavolozza di un pittore, non preoccupatevi: strofinate le mani con una soluzione di olio d'oliva con l'aggiunta di un po' di sale o zucchero e vedrete che la vernice andrà via rapidamente lasciandovi le mani morbide ed ben idratate.

#### **Per rimuovere etichette o adesivi**

Tamponate dell'olio d'oliva su un adesivo o un'etichetta, lasciate agire qualche minuto e voilà il gioco è fatto. Verrà via senza lasciare alcun residuo sulla superficie.

#### **Per rimuovere le gomme da masticare**

Se vostro figlio al ritorno da scuola, vi mostra una massa informe colorata appiccicata tra i capelli, non preoccupatevi: non servono rimedi drastici come le forbici. Basterà applicare dell'olio d'oliva sulla gomma da masticare e lasciare agire per 5-10 minuti e poi potrete toglierla senza problemi.

#### **Pulire misurini e cucchiaini**

L'olio d'oliva è ottimo per rimuovere da posate o misurini residui di sostanze appiccicose quali miele, marmellata, zucchero o sciroppi.