

TESTATA: Saporie.com

DATA: 1 agosto 2013

PAGINA: <http://www.saporie.com/it/doc-s-175-15724-1->

[ananas_e_banane_dei_fratelli_orsero_alleati_della_bellezza_e_della_salute.aspx](#)

Glebb & Metzger
l'impresa di comunicazione

Ananas e banane dei Fratelli Orsero: alleati della bellezza e della salute

01 Agosto 2013

L'azienda dei Fratelli Orsero, specializzata da oltre 50 anni nel settore dei **prodotti ortofrutticoli freschi**, ci ricorda l'importanza della **frutta** nella nostra dieta giornaliera, soprattutto in questo periodo dell'anno. Grazie all'elevata quantità di acqua e di proprietà nutritive in essa presenti, la **frutta** aiuta a reintegrare i liquidi e i sali minerali persi, nonché a idratare in profondità il nostro corpo e la nostra cute.

Due in particolare sono i **frutti** consigliati dai Fratelli Orsero come alleati della **salute** e della **bellezza**: **ananas** e **banane**. Il primo, noto per le sue proprietà digestive, diuretiche e depurative, può essere utilizzato in dermocosmesi per preparare degli impacchi mirati, che contrastano efficacemente cellulite e ritenzione idrica. Inoltre il fatto di essere privo di grassi rende l'**ananas** un ottimo alimento da assumere nelle diete ipocaloriche: una fetta d'**ananas** da 100 g racchiude infatti solo 40 kcal.

La **banana** invece, frutto ricco di vitamine, carboidrati e sali minerali (tra cui ferro, potassio, fosforo e calcio), è indicata per la **rimineralizzazione**, il nutrimento e la stimolazione dell'epidermide. Gli sportivi prediligono in particolare le banane, poiché rappresentano un ottimo rimedio contro i crampi.

Ananas e **banane** sono quindi un vero toccasana per il nostro organismo ma possono inserirsi a pieno titolo anche tra i rimedi naturali più validi per la **cura della pelle e dei capelli**. Dopo l'applicazione di un impacco a base di banana infatti, i capelli rimangono molto più morbidi, lucenti, districati e vivi; mentre per i capelli grassi è un ottimo trattamento lo scrub sulla cute con una fettina di ananas.

I Fratelli Orsero ci suggeriscono queste due semplici **ricette** homemade, a base di frutta, per prendervi cura della bellezza di viso e capelli:

MASCHERA VISO ALLA BANANA: schiacciare una banana, amalgamarla con un cucchiaino di yogurt e un cucchiaino di miele (in caso di pelle grassa aggiungere metà cucchiaino di succo di limone), mescolare il tutto, spalmare sul viso e risciacquare dopo 15 minuti con acqua tiepida. La pelle ritroverà la morbidezza!

IMPACCO CORPO ALL'ANANAS: prendere il frullato di ananas (3 fette) ed aggiungervi la scorza grattugiata di 1 pompelmo rosa. Aggiungere la farina d'avena in quantità sufficiente per ottenere un composto semi-fluido e non liquido: applicare sul corpo dove desiderato. Ricoprire le zone in questione con della pellicola trasparente e lasciare agire per circa 20 minuti, quindi risciacquare con acqua fredda.

