

natoconlavaligia

Una mela al giorno, rende la pelle bellissima.

Benessere alla mela al Romantik Hotel Turm di Fiè allo Sciliar (BZ) - Al Wellness Refugium & Resort Hotel Alpin Royal - Romantik Hotel Stafler di Vipiteno (BZ).

di Giovanni Tavassi



Il frutto proibito era davvero la mela?

Non si trova traccia nella Genesi, di quale sia stato il **frutto proibito** dell'albero della conoscenza del bene e del male, che ha dato vita al peccato, ma nei quadri, negli scritti dopo l'Antico Testamento e oggi nell'immaginario comune sembra essere la mela che Eva addentò e per questo fu espulsa dal Paradiso Terrestre.



Peccato originale e cacciata dal paradiso terrestre, Michelangelo Buonarroti, affresco della volta della Cappella Sistina, Musei Vaticani, Roma

Il frutto della scienza

Il 2020 ha portato la quarantena per gli affetti da Covid-19, nel 1666 Isaac Newton, fondatore della scienza moderna che elaborò la legge di gravitazione universale, fece spontaneamente una quarantena in campagna a causa dell'epidemia inglese. Un giorno che era seduto sotto un albero, all'improvviso gli cadde una mela in testa e l'accaduto fu illuminante e si mise a pensare alle differenze tra il frutto che cade dall'albero e la Luna che rimane in cielo senza piombargli addosso, e iniziò a ragionare sulla forza di gravità.

Una mela al giorno toglie il medico di turno

La mela frutto del proverbio "**una mela al giorno toglie il medico da turno**" sembra essere proprio vero perchè aiuta efficacemente chi è a dieta, contribuisce a ridurre il colesterolo cattivo e protegge la flora intestinale grazie alle fibre di cui è ricca, quindi, è consigliato: mangiarla con la buccia che è ricca di vitamine, fibre e nutrienti, meglio se è biologica.

Una mela al giorno, rende la pelle bellissima. La mela del benessere. La mela non è soltanto un frutto buono e salutare da mangiare, ma è impiegato tantissimo nei trattamenti naturali per la bellezza. La mela, frutto simbolo dell'autunno, ricca di vitamine e antiossidanti, è utilizzata come ingrediente di trattamenti benessere naturali, che donano una pelle idratata ed elastica.

"Una mela al giorno, toglie il medico di turno" recita l'antico detto e una ragione ci sarà se il **frutto simbolo dell'autunno**, nella saggezza popolare, è ritenuto così benefico. La sua **concentrazione di sostanze antiossidanti** (come la quercetina) **e vitamine** ne fa anche un **elisir per la bellezza della pelle**. Ecco dove provare trattamenti benessere naturali e molto efficaci, a base del delizioso pomo.

Di seguito tre realtà dove viene utilizzata la mela che rende la pelle bellissima:

Il massaggio Melum

Il **Romantik Hotel Turm di Fiè allo Sciliar (BZ)** ha ideato "**Melum**", il **trattamento naturale** stimolante per il corpo **con tamponi caldi**, che racchiudono **pezzetti di mele locali selezionate**, per rinvigorire i tessuti e la muscolatura stimolando il flusso di energia. La mela non è solo un frutto particolarmente popolare e comune in Alto Adige ma anche un'arma efficace contro l'invecchiamento della pelle, perché apporta oligoelementi importanti come le pectine, i flavonoidi e le vitamine A, B, C ed E. Mele, olio di pino cirmolo e una miscela segreta di spezie rendono questo massaggio un'esperienza intensa e molto rilassante. Grazie ai movimenti unici con i tamponi di mele e al benfico calore sprigionato ci si sente come rinati! (50 minuti, 92 euro). www.romantikhotels.com

Mela e rosa canina

Dolci tentazioni per un'idratazione profonda, **a base di mela e rosa canina**, con il **trattamento corpo Moisturizing Body Wrap** del centro benessere del **Wellness Refugium & Resort Hotel Alpin Royal**, intimo rifugio di relax custodito in una zona protetta della **Valle Aurina (BZ)**. Un "bagno" di bellezza sensuale e fruttato: l'estratto di mela è ricco di vitamine, minerali, pectine e cere, principi attivi ideali per la cura della pelle esigente. In combinazione con la preziosa rosa

canina, favorisce il benessere dell'epidermide e riduce la perdita di idratazione. La pelle appare più liscia e compatta (40 minuti, 55 euro). www.alpinroyal.com

Impacco idratante all'enotera, ribes e mela

Le proprietà della mela si fondono con quelle dell'olio di enotera e dell'olio di semi di ribes per un **impacco speciale** che si può provare nel **Romantik Hotel Stafler di Vipiteno (BZ)**, il cui centro wellness è specializzato per esperienze di benessere a base di frutta, erbe ed essenze naturali dell'Alto Adige. L'impacco idratante all'olio di enotera, olio di semi di ribes e mela libera le impurità della pelle, la nutre e la idrata, grazie al vapore, che consente un valido assorbimento dei principi attivi naturali da parte del corpo. Il trattamento è particolarmente indicato per chi ha la pelle secca e screpolata. Dura 25 minuti e costa 43 euro. www.romantikhoteles.com

natoconlavaligia

01/11/2020