



Le Miel

Description

Qu'est qui se mange, que l'on peut utiliser pour soigner ou bien encore pour embellir la peau ? c'est le miel.

Le miel, substance sucrée ou sacrée !

Le miel existe depuis la nuit des temps, d'abord utilisé comme aujourd'hui pour sucrer les aliments, dans l'antiquité on l'appréciait aussi pour ses vertus thérapeutiques. On soignait ainsi les blessures ; le miel faisant office d'antiseptique, et les égyptiens s'en servaient pour embaumer leur mort. De nos jours, on l'utilise encore pour aider à la cicatrisation des brûlures superficielles. Les miels de thym ou de lavande sont les plus adaptés pour soigner les plaies grâce à leur vertu anti-septique .

Les abeilles sont de très bonnes pharmaciennes, elles butinent des plantes aux propriétés médicinales ce qui contribue aux effets bénéfiques du miel. En butinant diverses variétés de fleurs, les abeilles nous offrent ainsi un large éventail de choix de miel aux multiples vertus et dont les propriétés varient en fonction de la fleur butinée. Rien que pour ça j'aime les abeilles ?

Le miel et la cosmétique

Grâce à sa richesse en sucre, le miel hydrate (le sucre facilite la fixation des molécules d'eau) et apaise les peaux sensibles, il a un haut pouvoir adoucissant et régénérant, mais avant tout, le miel est un détoxifiant qui permet un nettoyage en douceur de la peau ; ce sont les nombreux minéraux et vitamines dont il est composé qui en sont responsables. Le miel est un ingrédient incontournable dans la composition des produits cosmétiques.

Le miel source d'énergie

Encore mieux que le sucre, le miel a un goût sucré sans les inconvénients du sucre, il est plus digeste car directement assimilé par notre corps. Il participe à l'effort et apporte à notre organisme vitamines, sel minéraux indispensables à notre équilibre. Apprécié par les sportifs, par les petits mais aussi les



grands, le miel fait l'unanimité jusque dans nos assiettes.

Categorie

1. Remise en forme
2. Secret beauté

Tags

1. brûlure
2. cosmétique
3. énergie
4. hydrate
5. le miel
6. sportif
7. sucre
8. thym

date créée

juin 2013

Auteur

lili

default watermark