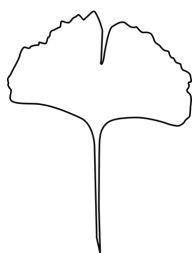




I MINI-MANUALI

RIMEDI NATURALI
CONTRO LE
ZANZARE



LA MAMMA ERBORISTA



Chi, cosa, come e perché

Le zanzare sono una famiglia di insetti dell'ordine dei Ditteri e la loro caratteristica principale è la capacità delle femmine di pungere (in realtà mordere) gli animali per prelevare i fluidi vitali, il sangue, ricchi di proteine necessarie per il completamento della maturazione delle uova.

La domanda che tutti almeno una volta nella vita si sono posti: "ma le zanzare a cosa servono????? Ma questi insetti sanno essere solo fastidiosi o possiamo azzardare qualche ipotesi sull'utilità delle zanzare? "

Ebbene sì, le zanzare servono a qualcosa, partecipano a mantenere l'equilibrio e la stabilità degli ecosistemi delle zone umide del mondo. Inoltre, la loro dieta prevede anche il nettare, rendendo le zanzare importanti agenti impollinatori delle piante, alla stregua di api e farfalle. E non finisce qui. Le larve di zanzara sono una fonte di alimentazione per alcuni pesci, alcuni uccelli e dai pipistrelli.

I rimedi naturali per la prevenzione delle punture di zanzara



Ci sono due possibili approcci alla prevenzione delle punture di quelle bestioline fastidiose: rimedi da applicare sul corpo e rimedi da diffondere nell'ambiente.

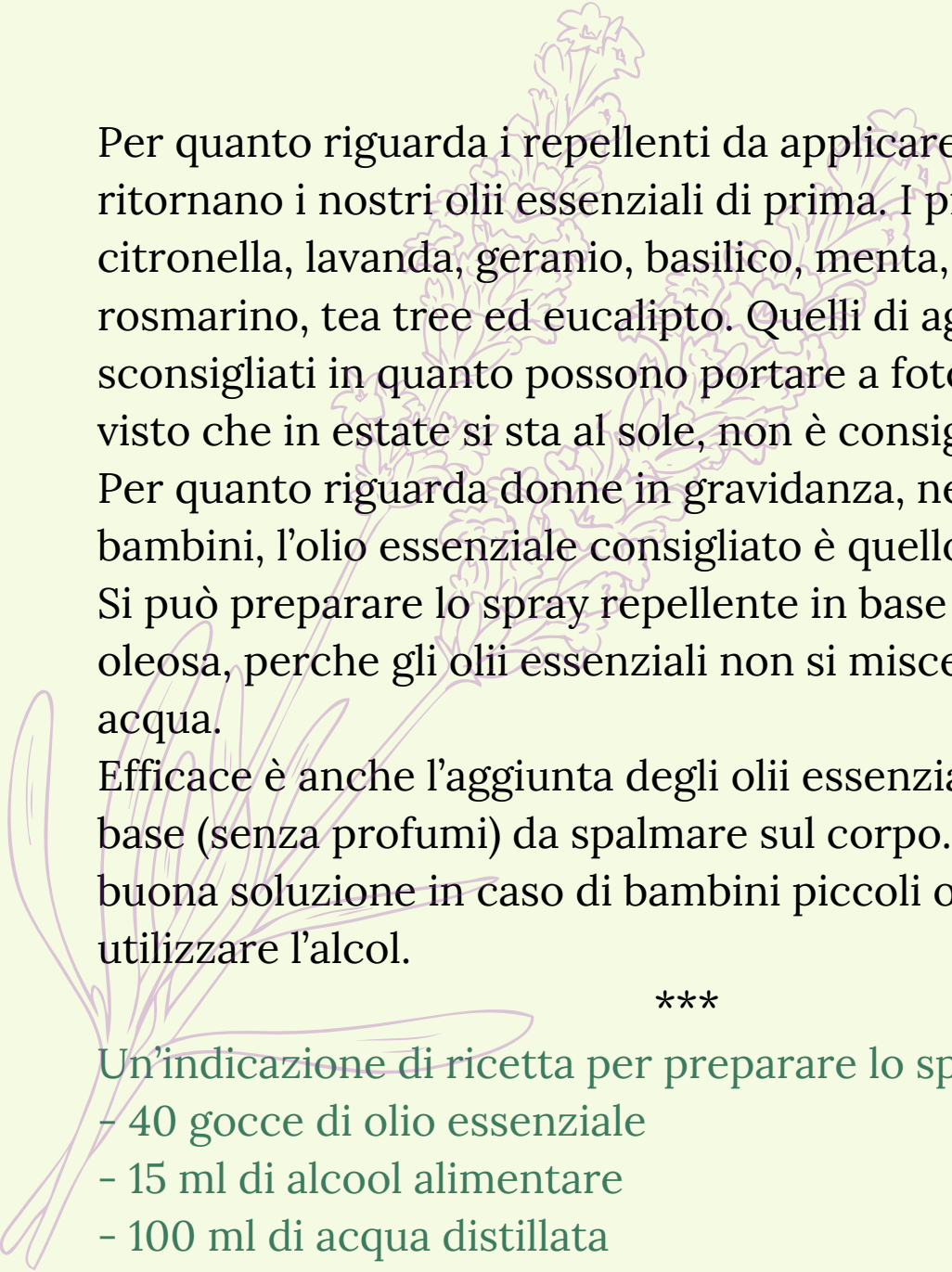
Gli oli essenziali sono eccezionali per tenere lontane le zanzare. Infatti grazie alla loro miscela di molecole risultano sgraditi agli insetti molesti.

Alcune gocce di oli essenziali su un bruciatore o un diffusore di essenze per l'ambiente e diluite in un olio vettore per l'applicazione sulla pelle.

Vediamo nello specifico quelli indicati per l'ambiente: citronella, alloro, lavanda, geranio, basilico, agrumi (limone, arancio amaro, pompelmo, mandarino), menta, timo, rosmarino, patchouli, legno di cedro, tea tree ed eucalipto. Possono essere utilizzati da soli o in miscela.

Un mix delicato e gradevole può essere composto da lavanda, limone e timo. Oppure per qualcosa di più legnoso e speziato patchouli ed eucalipto, o legno di cedro ed eucalipto.

Sempre per l'ambiente e se avete un po' di pollice verde, ci sono anche piante ornamentali con azione repellente: geranio, lavanda, citronella, basilico (utile anche per cucinare), rosmarino, menta, peperoncino, catambra e lantana.



Per quanto riguarda i repellenti da applicare sulla pelle, ritornano i nostri olii essenziali di prima. I più indicati sono citronella, lavanda, geranio, basilico, menta, timo, rosmarino, tea tree ed eucalipto. Quelli di agrumi sono sconsigliati in quanto possono portare a fotosensibilità e, visto che in estate si sta al sole, non è consigliato usarli. Per quanto riguarda donne in gravidanza, neonati e bambini, l'olio essenziale consigliato è quello di lavanda. Si può preparare lo spray repellente in base idroalcolica o oleosa, perché gli olii essenziali non si miscelano in sola acqua.

Efficace è anche l'aggiunta degli olii essenziali in una crema base (senza profumi) da spalmare sul corpo. Questa è una buona soluzione in caso di bambini piccoli o se non si vuole utilizzare l'alcol.

Un'indicazione di ricetta per preparare lo spray homemade:

- 40 gocce di olio essenziale
- 15 ml di alcool alimentare
- 100 ml di acqua distillata

Mescolate tutti gli ingredienti e metteteli in un contenitore spray. Prima di usarlo agitate bene.

Una miscela potrebbe essere 20 gocce di lavanda, 10 gocce di basilico e 10 gocce di timo.

I rimedi naturali per la trattare le punture di zanzara

Crema, oleoliti e unguenti a base di calendula, propoli, camomilla, iperico e lavanda danno sollievo dal prurito e sgonfiano i pomfi. È possibile applicare ripetutamente sulla parte offesa senza problemi. Sono utilizzabili senza problemi anche per donne in gravidanza preparazioni a base di calendula, lavanda e iperico. Per i neonati calendula e lavanda.

Risulta utile anche il gel di aloe, meglio se conservato in frigorifero, in modo da potenziare l'effetto lenitivo e rinfrescante. Il gel di aloe è sicuro sia per donne in gravidanza che per neonati.

Anche in caso di puntura, gli oli essenziali possono aiutare a sgonfiare e alleviare il prurito: lavanda, tea tree e menta leniscono e sfiammano. Devono essere diluiti in un olio o in una crema base. Lavanda può essere utilizzata anche pura. Per neonati e donne in gravidanza consiglio solo lavanda, diluita in olio vettore o crema base. Gli oli più indicati sono quello di vinacciolo e mandorle dolci.