

22/2016

Pondělí 30. května

15 Kč

týden

www.znoj-tyden.cz

6

30. květen 2016

RADY - PORADY

Čokoládová masáž, balzám pro tělo i pro duši



coop

Taky patříte mezi milovníky čokolády? Někteří lidé si bez ní nedokážou život vůbec představit. Sladkou tečku po obědě, čokoládu na obalení nervů, proti stresu nebo jen tak na mlsání. Čokoláda však nemusí být jen potravinou, ale může být i zajímavým pomocníkem v oblasti kosmetiky. Pokud rádi zkoušíte nové a zajímavé věci, nesmíte si určitě nechat ujít čokoládovou masáž.

Tato procedura má velmi příznivé účinky proti úzkosti a harmonizuje tělo i mysl. Vůně čokolády dělá totiž doslova zázraky. Při masírování čokoládou se vytváří endorfiny (tzv. hormony štěstí).

Díky nim získáváme vitalitu, energii a chuť do života. Čokoláda působí proti volným radikálům a má jemně stimulační a harmonizující účinek. Příznivý vliv má také na činnost srdce a podporuje i detoxikaci. Kakao v čokoládě obsahuje aminokyseliny, minerály, antioxidanty a také theobromin. Tento alkaloid, který je podobný kofeinu, podporuje látkovou výměnu v těle. Antioxidanty působí proti stárnutí pokožky, pomáhají vracet kůži pružnost a redukovat stří (trhlínky ve vazivové vrstvě kůže). Při masáži pravou čokoládou se pokožka zbavuje šupinek suché kůže a vyhlazuje dokonce i vrásky.

Čokoládová masáž má však i svá zdravotní znení. Nedoporučuje se lidem s ekzémy, záněty, kožními infekcemi a také těhotným ženám. A všem mlsalům ještě jedno upozornění. Čokoláda, která je určena na masáž, není k jídlu kvůli vysokému obsahu theobrominu.



o m e -

alergiemi,

Jitka Pokorná