

## **Arganolie: een wondermiddel**

**Er is een middel op de wereld dat goed is voor huid, haar én nagels. Daarnaast is het ook nog eens helemaal natuurlijk. Hoelang het al bestaat? Eeuwen. Maak kennis met 'het goud van Marokko': arganolie.**

In Marokko maken vrouwen al heel lang gebruik van arganolie en de laatste jaren kom je het steeds meer tegen in verzorgingsproducten. Maar wat is arganolie eigenlijk? Waar wordt het van gemaakt? En bovenal: waarom is het zo mateloos populair? Wij hebben de antwoorden!

### **Geschiedenis van de arganolie**

Voor we gaan bekijken wat arganolie is en wat het allemaal doet, duiken we even de geschiedenis in. De olie was namelijk vroeger, en dan hebben we het over 1219, al populair. De Feniciërs ondervonden toen al de helende werking van het goedje. Marokkaanse vrouwen gebruiken daarnaast al honderden jaren arganolie voor hun haar en huid. Bij het grote publiek echter, is de olie nog helemaal niet zo lang bekend. Gelukkig zien we het steeds vaker in producten terugkomen, ook in die van grote merken als Dove en Andrélon. Hoera!

### **Hoe wordt arganolie gemaakt?**

Arganolie is, in tegenstelling tot veel andere ingrediënten in beautyproducten, 100% natuurlijk. De olie is afkomstig van de arganboom, die de oudste boom ter wereld is en alleen voorkomt in het zuidwesten van Marokko. Daar maken de Berbers al eeuwen arganolie.

De vruchten van de arganboom hebben veel weg van gele pruimen. Weer anderen vinden ze net grote olijven. Berbervrouwen nemen het oogsten en verwerken van de noten op zich. De noten worden niet uit de boom geplukt, maar van de grond geraapt. Nadat ze gedroogd zijn, worden ze gemalen en geperst. De vrouwen kraken ze met grote, ronde stenen. In elke noot zitten pitten, die op gepelde amandelen lijken. De pitten worden uit de noot gehaald en, als ze voor cosmetisch gebruik zijn, geperst. Zijn ze bedoeld voor consumptie, dan worden ze voor ze geperst worden, eerst nog geroosterd. Doordat de noten die voor consumptie bedoeld zijn nog gebrand worden, komt er meer olie vrij dan bij noten voor cosmetisch gebruik. Voor de cosmetische olie zijn dan ook meer noten nodig om dezelfde hoeveelheid olie als bij olie voor consumptie te verkrijgen.

Arganolie is, tot slot, niet goedkoop. Het verkrijgen van de olie uit de noten is namelijk heel arbeidsintensief. Aan één boom groeit ongeveer 30 kilo aan vruchten. Die 30 kilo brengt in een seizoen 0,7 liter olie op, waar één Berbervrouw vijftien uur werk aan heeft. Wel is het zo dat de olie tegenwoordig mechanisch geperst wordt, wat aanzienlijk scheelt in tijd, maar de noot moet alsnog met de hand gekraakt worden. En daar zit het meeste werk in.

### **Veel voordelen**

Goed, arganolie wordt dus al ontzettend lang gebruikt. Maar waar is het eigenlijk goed voor? Nou, voor praktisch alles! Je kunt het in je haar doen, op je gezicht, op je nagels, je nagelriemen, je lichaam... Waarom het dan zo goed is? De olie bevat erg veel vitamine E, fenolen en fenolzuur, caroteen en squaleen. Vitamine E is enorm belangrijk voor onze huid; het is een van de krachtigste anti-oxidanten en neutraliseert vrije radicalen die je huid kunnen beschadigen. Daarnaast bestrijdt vitamine E ontstekingen en het hydrateert, waardoor je huid en haar heerlijk zacht worden. Tot slot voedt het cellen, vertraagt het het verouderingsproces, versterkt het je nagels en gaat het littekenvorming en striae tegen.

## **Arganolie gebruiken**

Arganolie, dat trouwens snel intrekt en niet lang vettig blijft, is voor veel dingen goed, maar je kunt het ook op allerlei manieren gebruiken. Je kunt het bijvoorbeeld puur op de huid aanbrengen. Het is dan wel belangrijk je huid eerst goed schoon te maken met een mild product. Een gereinigde huid neemt namelijk beter olie op. Wil je de olie rechtstreeks op je gezicht doen, wrijf dan wat olie warm in je handen en verdeel het met je handen plat over je gezicht. Het is lekker om de olie in je huid te masseren door cirkelbewegingen te maken. Resultaat? Een intens gevoede huid die er stralend en jong uitziet. Omdat de olie zo mild is, kun je 'm trouwens ook goed gebruiken voor een geïrriteerde huid of een eczeemhuid. En heb je last van een droog velletje op je gezicht door de winter? Doe dan voor een paar dagen achter elkaar arganolie op je gezicht, bij wijze van kuurtje!

Wil je arganolie in je haar doen, was het dan eerst met een milde shampoo en maak het daarna handdoek droog. Pomp twee keer wat olie uit een flacon en wrijf die warm in je handen. Breng het vervolgens in het midden van je haar aan en werk naar de haarpuntjes toe. Druk hierbij de olie in je haar; wrijf het er niet in! Wikkel je haar nu in een handdoek, laat het even intrekken en was het na een paar uur of na een nacht slapen uit met lauw water. Je haar zal er mooi glanzend en gezond uitzien!

Tot slot kun je de olie nog op je nagelriemen aanbrengen. Daar worden ze lekker soepel en zacht van.