

DOSHA PITTA

LE FEU & L'EAU



Au niveau physique :

- Température élevée / chaud au toucher
- Transpiration facile
- Peau sensible / eczéma / éruption cutanée / rougeur
- Appétit régulier et soutenu
- Digestion forte
- Sommeil lourd

Au niveau mental et émotionnel :

- Volontaire / déterminé
- Signe d'impatience ou de colère

Les soins adaptés :

- Huile fraîche et apaisante
- Huile de coco, huile d'olive, huile de noisette
- Huile tiède et en quantité moyenne
- Environnement frais et bien ventilé