

OLI ESSENZIALI

Colti in **Fragranza**

di Lina Suglia

Le essenze sono le “parole” delle piante, sprigionate dai fiori, ma anche da foglie, cortecce e radici. Dai Tropici al grande Nord, come nelle nostre latitudini mediterranee, circolano nell’aria i messaggi rilasciati dalle specie aromatiche all’ambiente circostante.

Con un continuo “parlottio”, le piante comunicano e tessono rapporti: chiamano a sé gli insetti e le farfalle, attirano gli animali amici e minacciano quelli nemici, respingono le altre specie vegetali in competizione per la luce e il terreno.

Anche l’uomo non rimane indifferente a questa “voce” profumata e alle sfumature dei suoi toni: attraverso l’olfatto il mondo vegetale gli suscita emozioni profonde, gli evoca ricordi lontani, lo seduce irretendolo in un aroma muschiato, lo rilassa sussurrando un odore dolce o sveglia la sua attenzione con una squillante nota fresca.

Per questo gli oli essenziali distillati, così concentrati e pregiati, rappresentano una realtà estremamente complessa.

Culture differenti per collocazione storica e geografica hanno sviluppato interesse nei loro confronti, inserendo profumi ed essenze nei più diversi ambiti della propria vita: la religione, l’arte, l’estetica, la gastronomia, la medicina.

La riscoperta recente di questi derivati naturali e l’approfondimento delle conoscenze scientifiche relative, aprono affascinanti scenari sul loro moderno utilizzo.

Perché il linguaggio della natura diventi sempre più esplicito, la Linea Oli Essenziali Fitomedical offre una selezione di essenze di qualità, fornendo indicazioni mirate al corretto uso di ogni specie aromatica: dalla descrizione delle sue qualità olfattive, all’effetto di modulazione su umore e stato d’animo, dalle sue applicazioni cosmetiche a quelle aromaterapeutiche.

Sommario

Aromaterapia

p a g i n a

<i>Per chi ha Fiuto</i>	2
<i>Due Odori, una Capanna</i>	4
<i>Tecniche da Segugi</i>	6
<i>Sulle Tracce della Storia</i>	8
<i>Aprire gli Occhi prima del Naso</i>	10
<i>Consigli essenziali</i>	12
<i>Guida per Ficcanaso</i>	18

FITO•News

periodico di informazione sui fitoderivati



FITOMEDICAL

di Lina Suglia
Erborista, Fitopreparatore, Consulente aziendale

Per chi ha Fiuto

LE CARATTERISTICHE DEGLI
OLI ESSENZIALI E DELLE PIANTE
CHE LI SINTETIZZANO

Tra le piante superiori che, almeno nel momento della fioritura, producono tutte oli essenziali, si distinguono le essenzifere, che ne sintetizzano quantità “esagerate”, generalmente dall’1 al 3%: la resa potrebbe apparire modesta, ma è qualitativamente distintiva e sufficiente non solo alla chiara percezione olfattiva di una specie (al punto che subito si associa quell’aroma alla pianta che ne è madre), ma anche a suscitare veloci sovvertimenti nella mente e nel cuore.

Una Realtà complessa

L’olfatto schiude infatti un mondo articolato in emozioni e ricordi personali: così, fragranze comunemente percepite piacevoli, come Rosa, e altre sgradevoli come Aglio, possono avere valutazioni opposte sulla base di criteri strettamente individuali. Dietro la molteplicità delle connotazioni estetiche e affettive indotte da un OE, c’è un insieme composito di sostanze organiche, centinaia di molecole molto diverse tra loro chimicamente e quantitativamente.

Parenti grassi

La consistenza delle essenze, una volta estratte dalla pianta (ma in profumeria se ne utilizzano di animali, come Muschio o Ambra grigia), è generalmente oleosa, più o meno fluida; sono incolori o di un giallo pallido o arancio, oppure con note verde-blu, quando contengono composti azulenici (es. Camomilla). Il profilo chimico-fisico le “imparenta” con gli oli grassi (es. olio di oliva, sesamo, ecc.), con cui hanno diverse affinità, innanzitutto la lipofilia: si sciolgono bene in olio e in alcool, hanno una idrofilia minima (0.03 – 0.05%), legata ad alcune frazioni (vedi acqua aromatica, pag. 6) e sono facilmente infiammabili. Ma, a differenza degli oli “fissi”, gli OE sono fortemente volatili: favoriti dall’aumento di temperatura, evaporano disperdendosi in piccolissime molecole che profumano l’ambiente.

Non ci sono Parole

Il termine “olio essenziale” è un’acquisizione relativamente recente: prima la nomenclatura della miscela naturale che costituisce ogni OE includeva aroma, olio etereo, essenza, ecc. Tuttavia, al di là delle definizioni, le specie aromatiche sono sempre state molto presenti nella quotidianità. Le conosciamo come spezie o droghe esotiche, utilizzate in cucina e dall’industria alimentare, o come piante da cosmesi, impiegate soprattutto in profumeria. La loro distribuzione nel regno vegetale abbonda in certe famiglie botaniche: nei nostri climi l’olfatto spazia dalle note delle Lamiaceae (Lavanda, Melissa, Menta, Origano, Basilico, Rosmarino, Salvia, Timo, ecc.) a quelle delle Conifere (Abete, Cedro, Pino, ecc.) che producono OE, balsami e resine.

Fioritura esagerata

Ma le più tipiche essenzifere popolano la fascia tropicale, favorite dalle particolari condizioni climatiche e ambientali di quei luoghi. In tutte, esotiche e nostrane, è evidente un’aspirazione delle caratteristiche florali: può riguardare la dimensione del fiore, la vivacità delle sue tinte o, dove la taglia dell’infiorescenza è minore, il profumo e il colore scendono a pervadere tutta la pianta: alle foglie, a volte ai legni, alle cortecce, alle radici.

L’OE, prodotto da particolari cellule secretrici, è accolto in tasche schizogene superficiali, o su peli ghiandolari, oppure in canali secretori, secondo modalità tipiche di ogni famiglia botanica.

Perché lo fai?

Varie ipotesi giustificano la finalità biologica della produzione di OE, sostanze che non sarebbero indispensabili per le funzioni essenziali della pianta: chi li interpreta come riserva energetica, chi come prodotto di scarto metabolico.

La tesi più convincente li indica quali strumenti di informazione biotica, mezzi di comunicazione con cui l'individuo vegetale interagisce col mondo circostante. Ciò suggerisce di distinguere tra lo spazio fisico occupato da una specie e quello informativo, costituito dai vapori di OE e percepibile da altri organismi viventi: nel caso di un Eucalipto, esso si estende per circa 20 metri attorno alla pianta, come un'aura che la circonda.

Chiacchiere per l'Aria

Il messaggio veicolato dall'essenza è di varia natura: una difesa verso i nemici potenziali (microrganismi, insetti ed erbivori), un richiamo per attrarre insetti impollinatori, una "collaborazione" con altre piante o la contesa per il popolamento dell'ambiente, agendo sulle caratteristiche pedologiche che favoriscono o inibiscono la germinazione.

Non mancano esempi di avvertimenti altamente selettivi, come il controllo demografico di certi insetti dannosi, di cui gli OE riducono la fertilità.

Un bel Tipo

Per la complessità della comunicazione biologica di cui sono vettori gli OE, alla base anche delle loro applicazioni terapeutiche, è bene considerare che la composizione aromatica di una pianta non è immutabile: varia in funzione di diversi fattori naturali, dal suo patrimonio genetico, a eventi esterni (es. variazioni stagionali) o ecologici.

In particolare, piante della stessa specie cresciute in luoghi differenti per altitudine, latitudine e natura del suolo, possono produrre OE con variabili significative: per differenziarli si utilizza il termine "chemotipo" (= tipo chimico).

Carta d'Identità

Ai fini dell'impiego fitoterapico, va quindi sottolineata l'importanza di disporre di essenze di cui sia specificata chiaramente l'identità, con il luogo di origine e la denominazione botanica della pianta (e della parte di essa) da cui l'OE è estratto e con quali metodiche, se si tratta di ibridi interspecifici, di varietà, ecc., oltre alle indicazioni dei costituenti chimici principali. Ciò presuppone un fornitore di fiducia, che esegua i controlli e le determinazioni atte a caratterizzare quell'essenza: la qualità merita infatti attenzione in Aromaterapia, per non rinunciare alla complessità delle essenze, che è alla base del loro vasto campo d'impiego.

linea **KALEN**
alla **CALENDULA**

*L'equilibrio naturale
della pelle
in ogni momento
per tutte le stagioni*

Gel
rinfrescante

Crema
protettiva

Pomata
lenitiva

Olio
detergente

FITOMEDICAL

Pierluigi Bruno - visual design



Due Odori, una Capanna

di Lina Suglia

L'ODORATO E GLI EFFETTI OLFATTIVI DELLE ESSENZE

«Esistono profumi freschi come carni di bimbo o dolci come gli oboi, e verdi come praterie; e altri corrotti, ricchi e trionfanti, che hanno l'espansione propria alle infinite cose, (...) e cantano dei sensi e dell'anima i lunghi rapimenti.»
(Baudelaire, *I fiori del male*)

Nella società moderna, afflitta dalla inquinazione ambientale e abituata a mascherare l'odore personale con i deodoranti, l'olfatto è un senso "negletto": benché sia molto sensibile nel neonato, un cucciolo animale che si orienta annusando, in età adulta tende a essere dimenticato.

Quando ci guidava il Naso

All'inizio dell'evoluzione umana, l'olfatto ebbe una grande predominanza: la civiltà "bambina" sfruttò il proprio naso per raccapezzarsi nel mondo, individuando tanto il cibo quanto il pericolo, con una capacità di discernimento quasi pari alla vista. Quest'ultima prenderà il sopravvento in epoche successive, quando segno, colore e struttura acquisteranno l'enorme ruolo di relazione e interpretazione dell'ambiente che ancora oggi assegniamo loro.

Gli Odori ci «parlano»

Eppure, queste origini tornano a noi più o meno consapevolmente, ogni volta che percepiamo un odore: ciascuno è l'archetipo di un linguaggio che parla all'inconscio e rievoca istinti ancestrali. Perché l'olfatto attiva un processo complesso: non solo rileva, ma riconosce, interpreta e memorizza quanto ha percepito.

Sede iniziale è la volta della cavità nasale, la cui mucosa è ricca di ciglia in perenne movimento, con una superficie dotata di piccole depressioni: qui i recettori catturano le molecole volatili degli odori. Ne deriva un impulso nervoso trasmesso lungo circa dieci milioni di fibre che vanno a formare il nervo olfattivo e arrivano al sistema limbico.

Reazioni personali

Questa struttura nervosa, collocata al centro del cervello, svolge un ruolo affascinante: ogni stimolo proveniente dall'ambiente (odoroso, ma anche gustativo, algico, cognitivo, sessuale, ecc.) è "letto" dal punto di vista affettivo ed

emozionale, in una chiave strettamente soggettiva. Quest'informazione rielaborata confluisce nel bagaglio mnemonico dell'esperienza individuale, che ci orienta istintivamente a precisi comportamenti. La spinta compulsiva è così energica da attivare a cascata, attraverso connessioni con l'ipotalamo e l'ipofisi, importanti effetti nervosi ed endocrini: l'intero organismo si "resetta" per sostenere in modo idoneo quella reazione personale.

In Balia di poche Molecole

Cambia il tono, l'umore, ma anche alcuni parametri fisiologici come la pressione arteriosa, la respirazione, la termoregolazione, il ritmo sonno-veglia. Solo quando il messaggio olfattivo arriva alle aree cerebrali che riconoscono gli odori, in frazioni di secondi diventiamo coscienti, capaci di padroneggiare quanto suscitato da essi (emozioni e ricordi, impulsi libidici o appetito) ed eventualmente rimuoverlo in nome delle convenzioni sociali. Ma nessuno è esente da quell'indole nascosta di animale che fiuta, dall'esasperata sensibilità del sistema olfattivo, che la fisiologia ha dimostrato essere reattivo anche a solo quattro molecole odorose disperse nell'aria.

Una nota molti toni

- agrumata:** ricorda le arance, il mandarino e il limone
- amara:** come di legni tannici, di cacao; ricorda il sapore omonimo
- anisata:** ricorda l'anice e il finocchio
- asciutta:** nota decisa, immediata e senza onde successive
- balsamica:** di resina e foglie di conifere, di bosco montano
- calda:** ricca, piena, profonda, dà sensazione di calore
- canforacea:** che ricorda la canfora, stimolante
- cineolica:** ricorda l'eucalipto
- cinnamica:** che ricorda la cannella
- citrata:** di buccia di limone
- dolce:** fragranza ricca, con le caratteristiche del gusto dolce, es. vaniglia
- erbacea:** ricorda l'erba appena tagliata, la linfa
- eugenolica:** come il chiodo di garofano
- fenolica:** ricorda il timo e l'origano
- floreale:** di fiori dal profumo intenso
- fresca:** sensazione stimolante, come aria del mattino, di foglie e di rugiada
- fruttata:** ricorda la frutta matura, pronta per la tavola
- fumosa:** ricorda il fumo di legna o di incensi
- legnosa:** nota di legno aromatico, di corteccia
- mentolata:** ricorda la menta più fresca e il mentolo
- metilsalicilica o salicilica:** ricorda il wintergreen e la betulla
- mielata:** come di miele d'acacia o di tiglio
- muschiata o moscata:** nota vagamente animale, d'afrore
- penetrante:** carattere olfattivo che entra in profondità, potente
- profonda:** ricca, corposa, rimane come reminiscenza
- pungente:** immediatamente percepita, di pepe
- resinosa:** di resina di conifere
- rosata:** ricorda la rosa e il geranio
- secca:** assenza di nota dolce, caratterizzata da immediatezza
- silvestre:** di bosco misto, di pini, di arbusti aromatici
- speziata:** ricordo di spezie orientali (cannella, chiodi di garofano), pungente
- teacea:** ricorda le foglie di tè e anche la bevanda
- terebrantinacea:** di trementina, di lentisco
- terrosa:** come di terra appena lavorata
- untuosa:** ricorda la cera, l'olio, la pelle; piuttosto pesante
- vanillica o vanigliata:** ricorda la vaniglia
- verde:** di vegetazione, di linfe, primaverile



«Fitonews» è distribuito gratuitamente, per riceverlo compilate e spedite questo coupon a: Fitomedical Via Norma Parenti, 22 20090 Fizzonasco di Pieve Emanuele (MI) oppure inviate via Fax al n° 02 90781996

Ai sensi della Legge n°675/96 autorizzo l'utilizzo dei dati di fianco riportati per ricevere «Fitonews» ed ogni altra informazione circa l'attività aziendale di Fitomedical e le sue iniziative promozionali.

In nessun caso i dati potranno essere trattati a scopi diversi.

Data: _____ **Firma:** _____

Nome _____

Cognome _____

Ragione sociale _____

Professione _____

Indirizzo _____

CAP _____ *Città* _____

Provincia _____ *Nazione* _____

Telefono _____ *Fax* _____

E-mail _____

Tecniche da Segugi

di Lina Suglia

La seduzione dei profumi vegetali e la perplessità al loro rapido dissolversi nell'aria hanno da sempre nutrito l'ambizione umana di sottrarre gli aromi alle piante e riuscire a conservarli nel tempo. Diversi sono i metodi escogitati nel corso della storia: molti sono ancora attuali, benché ottimizzati dagli strumenti della moderna tecnologia estrattiva. La scelta del procedimento dipende

dalle caratteristiche della pianta trattata, dalla consistenza del tessuto vegetale che contiene l'OE e dalla natura chimico-fisica dello stesso: ecco una panoramica di quelli più comunemente utilizzati.

I DIVERSI METODI UTILIZZATI

PER ESTRARRE LE ESSENZE

DALLE PIANTE AROMATICHE

Preziosi Distillati

La distillazione in corrente di vapore, che sfrutta le proprietà fisiche degli OE, in particolare la volatilità, si applica alla maggior parte delle piante aromatiche: consiste nel separare l'essenza dalla pianta originaria servendosi di un getto di vapore acqueo, che la "trasporta" e la trascina con sé. Si utilizza il distillatore (figura pag.7), un'apposita apparecchiatura in grado di sopportare aumenti notevoli di temperatura e pressione: secondo la quantità di vegetale da trattare, può essere di differente forma, dimensione e materiale (vetro, rame o, a livello industriale, acciaio inossidabile).

Geysers in Laboratorio

In esso sono riconoscibili tre parti principali: caldaia, camera di distillazione e condensatore. La prima è un contenitore d'acqua che, sottoposta a riscaldamento, genera vapore; questo viene convogliato nella camera di distillazione, dove è collocata la pianta, generalmente fresca, opportunamente preparata e sorretta da una rete che consente il passaggio del vapore acqueo. Investiti da esso, i tessuti vegetali si distendono e le cellule essenzifere si spezzano, facilitando la fuoriuscita dell'OE che la corrente trascina.

Un termometro posto nella parte alta della camera, un manometro per intervenire sulla pressione interna e una valvola ad apertura automatica permettono di controllare l'andamento dell'operazione, evitando incidenti.

Al Fresco

Da qui le varie molecole che compongono l'essenza sono trasportate dal vapore attraverso un tubo collettore in direzione del condensatore: questo consiste in una colonna refrigerante, cioè una serpentina avvolta in un'intercapedine dove scorre acqua fredda. Pur evitando il contatto diretto, questa struttura consente di disporre in poco spazio di una grande superficie di raffreddamento: attraversando le spire, il miscuglio di OE e vapore si condensa al cambio di temperatura.

Alla fine del percorso li accoglie un recipiente, da cui sono trasferiti nell'imbuto separatore: lasciate a riposo qui, essenza ed acqua si separano per decantazione, stratificandosi su livelli diversi (sono liquidi immiscibili e di differente densità).

Tramite una valvola alla base dell'imbuto è quindi possibile far colare la fase sottostante, generalmente l'acquosa, bloccando il flusso una volta giunti al livello dell'altra oleosa.

I due prodotti finali sono detti "distillato" (l'OE ottenuto) e "acqua aromatica" (per una piccola frazione d'essenza in essa disciolta), che trova applicazione in fitocosmesi, liquoreria oppure è reimpressa nella caldaia per generare nuovo vapore.

Con le Buone e con le Cattive

Un altro metodo si riserva a vegetali dal profumo delicato, poco ricchi in essenza e facilmente alterabili dall'aumento di temperatura, come Gelsomino, Rosa, Vaniglia.

La pianta è introdotta in un'apparecchiatura idonea e attraversata da un solvente organico con opportune caratteristiche (bassa tossicità, volatilità, immiscibilità con l'acqua, non reattività con l'OE, ecc.), che a fine estrazione è allontanato. Si ricava una massa solida, la concreta, che include oltre all'essenza anche cere ed altri composti lipofili, poi separati con un lavaggio in alcol etilico e successivi passaggi, fino a ottenere l'assoluta.

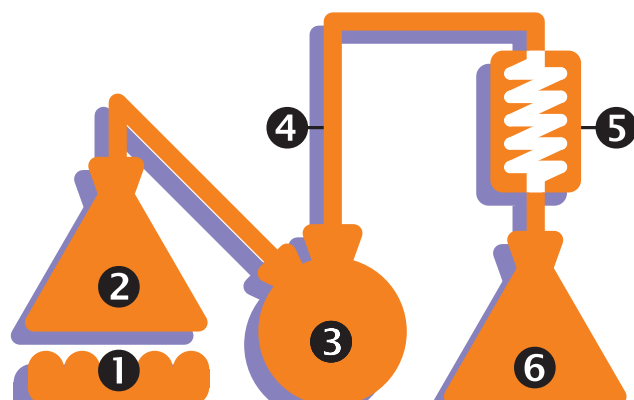
I frutti degli agrumi come Arancio, Limone, Bergamotto, Mandarino, Cedro, i cui OE s'accumulano nelle ghiandole superficiali del pericarpo, sono sottoposti a un procedimento meccanico: la spremitura. È una pressione operata a freddo con apposite apparecchiature, che ha sostituito quella manuale (sfumatura), molto tossica, cui anticamente erano dediti donne e bimbi, strizzando le bucce su spugne che, una volta intrise, erano a loro volta spremute in un recipiente di raccolta.

Facile o complesso

Per ottenere oleoresina, una sostanza aromatica di aspetto cristallino, o fluido e viscoso, non occorre estrazione: sgorga spontaneamente dai tronchi di alcune piante essenzifere, soprattutto di origine tropicale, in cui è sufficiente praticare un'incisione. Infine, per essenze molto preziose, costose o di scarsissima reperibilità, è possibile ottenere un OE ricostituito con un complesso procedimento di laboratorio, attraverso l'associazione delle sostanze che caratterizzano l'olio essenziale originario.

Come è fatto un Distillatore

1. Fonte di calore
2. Caldaia
3. Camera di distillazione
4. Tubo collettore
5. Colonna refrigerante
6. Recipiente di raccolta



Sulle Tracce della Storia

di Lina Suglia

UOMO ED ESSENZE:

UN PERCORSO PARALLELO,

DALLA PREISTORIA

ALLA MODERNA

AROMATERAPIA

Le essenze hanno accompagnato l'uomo fin dall'inizio della sua evoluzione, quando il "nuovo animale" era quotidianamente intento a porsi in relazione col mondo circostante, riconoscendo la vita e orientandosi in essa inizialmente tramite l'olfatto.

Anche in seguito, nella fase storica dello spodestamento di questo senso a favore della vista, lo sviluppo della complessità sociale e culturale e quello del bagaglio della memoria olfattiva proseguirono parallelamente. Il loro percorso storico si orientò progressivamente verso il trascendente: si impiegarono piante essenzifere in rituali magici e religiosi, per allontanare spiriti maligni e malattie, per ringraziarsi il favore degli dei. In loro onore bruciavano le resine delle Conifere nel Nord Europa, erano offerti l'Incenso, la Mirra, il Lentisco e l'Alloro dal Mar Rosso al Mediterraneo, si donavano cesti di fiori sugli altari dell'Asia e oli profumati su quelli dell'Africa.

In poche Parole

Non meno rilievo assunsero le piante a OE nel panorama dei sistemi medici delle civiltà antiche: da quella egiziana, cinese, mesopotamica e indiana, all'araba, alla greca e alla romana, fino al medioevo.

Spesso la connessione tra atto terapeutico e rituale religioso fu tanto intrinseca, da lasciare impronte profonde nel linguaggio: come nel termine indo-iraniano *atar*, che significa soffio divino, ma anche odore ed essenza, o nel greco *pneuma*, inteso come soffio creatore, respiro della vita, oppure "arie dell'olfazione".

L'Essenziale Oggi

In epoca recente, la conoscenza degli aromi vegetali si dispiega attraverso un approccio interdisciplinare, che coinvolge diverse branche scientifiche, come la chimica, la farmacologia, l'ecologia. È interessante osservare che da questo poliedrico insieme di acquisizioni moderne emerge un quadro delle essenze sovrapponibile e coerente a quello rappresentato dal linguaggio analogico e simbolico del mondo antico.

Nell'ampia cornice delle possibili applicazioni che ne derivano, si collocano diverse scuole di Aromaterapia, termine che spesso identifica realtà diverse e posizioni differenziate.

Paese che vai...

Mentre negli Stati Uniti e in Giappone gruppi minori di ricerca indagano sugli effetti che le essenze, singole o miscelate, esercitano sul comportamento e sulla risposta ad aggressioni ambientali o endogene, in Europa si distinguono due correnti maggiori, una anglosassone e l'altra francese.

La prima, sviluppata dagli studi di Tisserand e Maury, predilige l'applicazione cutanea di OE tramite massaggio e somministrazione percutanea. Tale tecnica evidenzia le modificazioni che lo stimolo olfattivo induce nell'atteggiamento psichico del paziente, che può così essere orientato a una migliore gestione delle proprie risorse e al riequilibrio dell'organismo. La tendenza francese, invece, opta per le somministrazioni a tutto campo (per inalazione, per via cutanea, orale, rettale, ecc.).

Oui, le Parfume

Questa scuola, che vanta nomi come Valnet e Belaiche, ha percorso inizialmente (anni '70) la via dell'impiego di OE nelle patologie infettive, ponendo come premessa il concetto di "terreno recettivo": sostenendo, cioè, che quello che rende un soggetto suscettibile di infezione non sia tanto la virulenza del ceppo microbico responsabile, quanto lo scompensamento delle sue condizioni individuali, del suo "terreno".

Le essenze, in virtù della loro azione antisettica, ripristinano un corretto rapporto tra l'organismo e i microsimbionti che lo popolano; intervengono così indirettamente sui meccanismi di autoregolazione che coordinano il flusso delle informazioni biologiche proprie di ogni individuo, fino al ristabilimento di un nuovo equilibrio.

Ecosistema Uomo

Questa moderna visione ecosistemica trova uno strumento elettivo nelle essenze: con l'Aromatogramma, un esame messo a punto da Girault e paragonabile all'antibiogramma della "classica" microbiologia, è possibile testare numerosi OE e valutarne l'efficacia nei confronti dei microrganismi prelevati direttamente dal paziente, scegliendo di conseguenza quelli più indicati al trattamento di *quel* soggetto (e non di quel batterio).

Successive ricerche cliniche di Duraffourd e Lapraz hanno inquadrato l'azione delle essenze, evidenziandone l'attività neuroendocrina e immunitaria.

Un Terno al Lotto

Nei decenni successivi si sono aggiunte le esperienze di Franchomme e Péroel, che hanno introdotto il concetto di "ternario aromatico", in cui ancora si evidenzia la complessità dell'OE come rimedio interattivo con l'organismo su diversi livelli: sul piano biochimico, in base alla struttura molecolare dei suoi componenti; su quello biofisico, per le energie indotte dalle cariche elettriche + e - che appaiono quando l'essenza è dispersa finemente nell'ambiente; e infine, su quello informativo, per i messaggi a cascata che l'OE attiva nella rete dei sistemi di controllo e nelle popolazioni simbiotiche che abitano l'uomo, un pianeta in rapida e costante trasformazione.



Aprire gli Occhi prima del Naso

UN'ETICHETTA CON INDICAZIONI CHIARE

GARANTISCE LA QUALITÀ DELL'ESSENZA

E UN SUO CORRETTO UTILIZZO

Il corretto utilizzo degli oli essenziali richiede una certa conoscenza del prodotto acquistato e delle sue proprietà: ogni essenza è infatti composta da diverse molecole chimiche, spesso biologicamente molto “vivaci” e, come può accadere per molti articoli presenti in un’abitazione, un uso non consapevole o incauto potrebbe provocare danni alla salute del consumatore. Da anni nell’ambito dell’Unione Europea si cerca di armonizzare le regolamentazioni riguardanti l’etichettatura dei prodotti che entrano nelle case; a piccoli passi ci si orienta al raggiungimento degli obiettivi che gli Stati membri si erano prefissati: la chiarezza nella comunicazione e la protezione dell’incolumità. Fitomedical si è impegnata a precorrere i tempi, realizzando per la nuova linea di oli essenziali un’etichetta che concentra nel poco spazio disponibile sia le informazioni relative alle caratteristiche di quell’essenza, sia le indicazioni di rischio e sicurezza che la riguardano. Queste ultime si basano sull’insieme delle specifiche CHIP3 – Chemicals (Hazard Information and Packaging for Supply) 2002 elaborate da HSC (Health and Safety Commission) della Gran Bretagna e su altre indicazioni dell’Unione Europea.

Documenti, prego!

Ogni singola confezione riporta sulla scatola e sull’etichetta

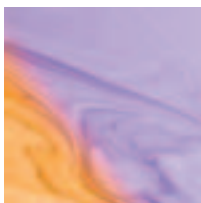
applicata al flacone diverse informazioni che, nel loro insieme, costituiscono la carta d’identità di quell’olio essenziale. Innanzitutto, compare la pianta da cui l’OE è ottenuto: sono affiancati il suo nome comune italiano e quello latino binomiale (genere e specie), che costituisce la denominazione scientifica utilizzata in botanica per identificare senza dubbi un preciso individuo vegetale, evitando ogni “confusione”, come quella generata da termini dialettali variabili regionalmente, diversi ma riferiti alla medesima pianta o a specie affini. Tali pignolerie sono importanti: ad esempio, nel caso di Eucalipto (genere *Eucalyptus*) si utilizzano in aromaterapia tre specie (globulus, citriodora e officinale), diverse come composizione chimica e attività farmacologica. Ulteriori equivoci potrebbero derivare da piante molto lontane, che però condividono parte del nome comune o scientifico, come Canfora (*Cinnamomum camphora*) e Cannella (*Cinnamomum verum*) o la Camomilla (*Matricaria recutita*), la Camomilla del Marocco (*Ormenis mixta*) e la Camomilla romana (*Chamaemelum nobile*).

Simili, ma diversi

Non meno rilevante è conoscere da quale parte della pianta (fiori, foglie, cortecce, radici, frutti, ecc.) è ricavata l’essenza: esistono infatti specie aromatiche generose al punto da produrre in differenti organi EO diversi che, pur con una comune matrice chimica e farmacologica, esercitano proprietà eterogenee. Ciò riguarda molti agrumi, come la pianta di Arancio (*Citrus aurantium*) da cui si ottiene, per distillazione dei rami fogliati e dei fiori, rispettivamente l’OE Petitgrain bigarade e Neroli bigarade e, per spremitura del pericarpo, l’OE di Arancio amaro: li accomuna una generale nota di sedazione, diversificata in intensità e bersagli secondo il tipo di essenza. Ulteriori esempi sono rappresentati da Angelica (*Angelica archangelica*) radici e frutti, Cannella di Ceylon (*Cinnamomum verum*) foglie e corteccia, ecc.

La Qualità è essenziale

L’etichetta dichiara inoltre il paese d’origine della pianta, specificando se si tratta di una specie spontanea o coltivata e, in questo caso, se secondo metodi tradizionali o biologici, con eventuale marchio di controllo. Si precisa inoltre con quale modalità è stata ottenuta l’essenza (vedi pag.6-7): se si è ricorsi all’incisione dei tronchi (oleoresina) o a procedimenti meccanici (da spremitura), a distillazione in corrente di vapore (distillato) o a estrazione con solventi (assoluta). In alcuni casi, che riguardano aromi molto



preziosi, costosi o di scarsissima reperibilità, l'olio essenziale può essere "ricostituito", cioè ricavato dall'associazione delle sostanze che distinguono l'OE originario. L'insieme di queste caratteristiche e di altri fattori, tra cui la resa estrattiva, determina una complessiva valutazione del pregio dell'essenza, che può essere definita "convenzionale", nel caso di un OE di qualità, adatto anche ad un uso domestico quotidiano, "selezionato", se di alta qualità e con caratteristiche specifiche, oppure "speciale" per un olio essenziale o assoluta di particolare pregio, con attribuzione di chemotipo (vedi pag.3), o di difficile reperibilità.

Segnali di Pericolo

Per quanto riguarda le indicazioni di sicurezza, è innanzitutto impiegata la "croce di S.Andrea", nera in campo arancio, cui si affianca la sigla "Xi" = irritante: è un'indicazione di rischio generica, che sottolinea come diverse essenze possano irritare pelle e mucose. Altre frasi di sicurezza, come "Non utilizzare se non appropriatamente diluito", "Solo per uso esterno", "Evitare il contatto con gli occhi" indicano come eludere il rischio d'irritazione insito nell'uso improprio di alcuni OE. Analogamente, indicazioni generiche, quali "Tenere lontano dalla portata dei bambini", "Il non corretto utilizzo può essere dannoso per la salute", "In caso di ingestione inappropriata non provocare il vomito e consultare subito il medico mostrando questa etichetta" richiamano l'attenzione su norme preventive e di buon senso. In ogni caso, ogni allarmismo può essere placato seguendo le indicazioni generali fornite a seguito (vedi pag.12), cui se ne aggiungono altre specifiche sulle confezioni di alcuni OE.

Nulla dura in Eterno

Le ultime raccomandazioni riguardano le cautele per evitare danni a superfici e oggetti sensibili ("Tenere lontano da superfici lucidate e da materie plastiche"): particolare attenzione va prestata alle pareti di vasche da bagno, da idromassaggio e docce, che potrebbero essere rovinare dal contatto con OE puri (usare idonei disperdenti).

Si aggiungono infine le norme di conservazione appropriata. In proposito, si consiglia di conservare l'OE in luogo fresco, lontano da fonti di calore, e di utilizzarlo entro 12 mesi dall'apertura della confezione: ciò perché la temperatura elevata, la luce e l'ossigeno introdotto nella boccetta modificano significativamente la composizione chimica dell'essenza, compromettendone la qualità e, in alcuni casi, esacerbandone l'aggressività. (M.R.)

FITO DIRETTO

Orientare nella scelta dei Fitoderivati

Associare TM, MG, Oli Essenziali e Oligoelementi

SERVIZIO RISERVATO AGLI OPERATORI PROFESSIONALI

Per avere una consulenza qualificata basta telefonare al n° 02 90781542. Ogni mercoledì, dalle ore 9,30 alle 12,30 presso la Fitomedical, Lina Suglia risponde alle vostre domande. Oppure in qualunque momento potete inviare un fax al n° 02 90781996

FITOMEDICAL



Periodico trimestrale sui fitoderivati
Anno 12 n°1 Aut.del Trib.di Milano
n°398 del 04.06.90

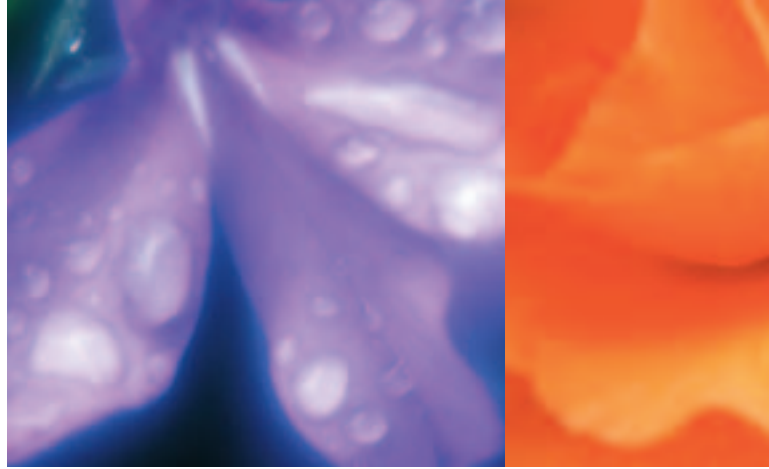
Direzione, redazione e amministrazione: Fitomedical snc Via N. Parenti 22/24 20090 Fizzonasco di P. Emanuele (MI)
Editrice: Fitomedical snc
Direttore responsabile: Avv. Francesco Ribera
Direttore scientifico: Dr. Massimo Rossi
Redazione: Lina Suglia
Ufficio pubblicità: Tel. 02 90781896

Art direction: Pierluigi Bruno visualdesign@libero.it
Fotografie: Francesco Maria Betti, Laura Ronchi - Photodisc

Elaborazione immagini: Pierluigi Bruno
Fotolito: F.G.V. & C. Cernusco S.N. (MI)
Stampa: Lithotris (MI)

FITO•News

Consigli essenziali



INDICAZIONI

PER IL CORRETTO

UTILIZZO

DEGLI OLI ESSENZIALI

Le essenze si distinguono dagli altri fitoderivati per l'altissima concentrazione. Nell'insieme di molecole presenti nei tessuti vegetali, l'OE è infatti solo una frazione la cui quantità, nelle specie aromatiche, oscilla generalmente tra lo 0,5 e il 2%.

Ciò comporta che un grammo di OE puro, mediamente pari a 20-30 gocce di essenza, rappresenta il contenuto di 100 o più grammi della pianta originaria: ne amplifica quindi le potenzialità farmacologiche, ma anche quelle tossicologiche.

Limiti e Regole

Piuttosto che indurre timori nell'utilizzo degli OE, tali considerazioni suggeriscono l'opportunità di conoscerne, insieme alle proprietà benefiche, anche i "limiti", per poterli maneggiare in modo consapevole e corretto.

È noto come i potenziali rischi nell'uso degli aromi vegetali, sostanze biologicamente molto attive, dipendano da diversi fattori: in particolare, dalla composizione chimica propria di ogni essenza, dalla quantità assunta e dalle modalità di somministrazione.

Oltre alle indicazioni specifiche di ciascun OE (vedi pag. 18), conviene attenersi a regole generali (vedi riquadri pag.17) che garantiscono sicurezza e facilitano i primi approcci all'impiego di oli essenziali.

Si valuti innanzitutto la via di somministrazione dell'essenza: è una prima scelta delicata, perché sia l'applicazione locale, quanto l'inalazione o la percezione olfattiva, ma soprattutto l'ingestione, pongono problemi differenti, in funzione dell'OE selezionato e delle sue caratteristiche farmacologiche.

Superfici profumate

La cute è una barriera facile da superare per le essenze: attraverso i dotti delle ghiandole sudoripare e i follicoli piliferi o per permeazione cutanea, seguendo un ordine di "scaglionamento" dettato dalle loro diverse caratteristiche chimico-fisiche, le varie molecole aromatiche penetrano fino al derma e raggiungono il circolo sanguigno, che le può trasportare in tessuti anche molto lontani dal luogo di assorbimento. Tutto ciò in breve tempo: ricerche cliniche attestano come, dopo solo 20 minuti dall'applicazione, si osserva la massima concentrazione sanguigna dei componenti dell'OE, che interessa l'intero volume ematico corporeo; gradualmente tali concentrazioni diminuiscono, fino a raggiungere i valori più bassi dopo 90 minuti.

Faccia pulita

Molte variabili intervengono nell'assorbimento cutaneo di un'essenza: in primo luogo le condizioni della pelle, come la ricchezza del film lipidico e lo stato di idratazione dell'epidermide. Per questi motivi, un pretrattamento con detergenti



di Massimo Rossi e Lina Suglia

incrementa l'assorbimento, così come l'impiego di creme "grasse". Importante è anche l'integrità della superficie: epiteli danneggiati o abrasioni favoriscono la penetrazione.

Altro fattore significativo è il veicolo, generalmente oleoso, in cui l'OE viene disperso: la sua maggiore o minore viscosità può modulare la cessione dell'essenza; inoltre, la temperatura dell'interfaccia tra pelle e ambiente condiziona i tempi di permeazione e le quantità assimilate: ad esempio, l'occlusione della parte trattata con una copertura di materiale impermeabile, modificando la temperatura e l'idratazione superficiale, incrementa fino a 20 volte la diffusione transcutanea.

Nemici per la Pelle

Gli effetti infiammatori di certe frazioni presenti nelle essenze possono renderle aggressive per gli epiteli. Oltre ad alcuni OE con effetto caustico (es. Senape, Aglio, Cren, volutamente esclusi dalla linea Fitomedical), esistono essenze irritanti o sensibilizzanti e allergizzanti, che è bene non utilizzare su pelle e mucose a concentrazioni superiori all'1%: ad esempio Betulla (*Betula alleghaniensis*), Cannella corteccia (*Cinnamomum verum*), Cedro (*Citrus medica*), Garofano chiodi (*Syzygium aromaticum*), Origano (*Origanum vulgare*), Origano di Spagna (*Corydothymus capitatus*), Santoreggia (*Satureja hortensis*), Santoreggia montana (*Satureja montana*), Serpillo (*Thymus serpyllum*), Timo a timolo (*Thymus vulgaris* ct., *thymoliferum*) e Wintergreen (*Gaultheria fragrantissima*).

Altre essenze sono moderatamente aggressive: si impiegano diluite a concentrazioni non superiori al 3%, come Alloro (*Laurus nobilis*), Citronella (*Cymbopogon nardus*), Cumino (*Cuminum cyinum*), Limone (*Citrus limon*), Menta piperita (*Mentha x piperita*).

A Luci spente

Non è inoltre da sottovalutare l'attività fotosensibilizzante di alcuni oli essenziali (evidenziati nella tabella a pag.18), in grado di amplificare il danno causato dall'esposizione ai raggi solari e alle radiazioni ultraviolette. Dopo l'utilizzo di queste essenze fotoattive, è meglio non esporre alla luce per almeno 12 ore le aree dove sono state applicate.

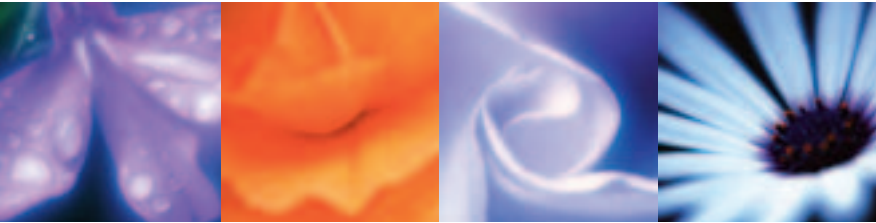
Infine, vale per tutti gli OE la regola generale di non applicarli mai puri sulla pelle e sulle mucose (occhi, bocca, vagina, retto); solo in certe circostanze e su piccole aree (es. herpes labiale) è tollerata un'eccezione per Tea Tree Oil (*Melaleuca alternifolia* - foglie), particolarmente apprezzato per le qualità antisettiche e antinfiammatorie.

Negli altri casi è ideale per tutte le essenze la diluizione in olio vegetale (extravergine d'oliva, di mandorle, girasole, sesamo, ecc.) in ragione del 2-5% per gli OE più aggressivi, fino al 20% per quelli più maneggevoli.

Aria di Buonumore

Diverse scuole di Aromaterapia esprimono un'ampia considerazione per la somministrazione per via respiratoria, sia tramite l'olfazione, sia per inalazione.

Nel primo caso, l'essenza percepita dalle mucose nasali è presente nell'ambiente in stato di gas, cioè le singole molecole che la compongono sono molto suddivise le une dalle altre: in questa forma lo stimolo indotto esalta le proprietà



neuro-psichiche dell'OE utilizzato, singolarmente o in una composizione, evidenziandone la nota aromacologica (aromatica e psicologica, vedi tabella pag. 18).

Tale percezione olfattiva influisce quindi sullo stato d'animo, sulle emozioni o sulle prestazioni mentali del soggetto che, a livello cosciente, coglie solo un profumo nell'aria.

Nel contempo, l'ambiente domestico o di lavoro si purifica: molte essenze, infatti, grazie alla loro implicita attività antisettica, disinfettano l'aria inquinata, modificano le caratteristiche chimico-fisiche e microbiologiche dell'atmosfera (inquinanti, polveri, ecc.), bilanciando anche i rapporti fra ioni positivi e ioni negativi.

Note personali

In tal modo gli OE naturali possono sostituire i prodotti industriali, economici ma sintetici e massificati, permettendo di scegliere fra decine di singole note profumate o di cimentarsi nella miscelazione di più essenze, sino a "creare" quella più apprezzata.

Le applicazioni sono molte e diverse: dall'aroma di un OE che trasuda da un flaconcino di coccio diffondendosi in un piccolo ambiente (interno auto, cabina armadio, ecc.), a poche gocce su un fazzoletto o diluite in alcol etilico e spruzzate nella stanza.

Tra i profumatori d'ambiente più diffusi, le lampade ad acqua hanno in molti casi sostituito le essenze aggiunte agli evaporatori dei caloriferi, come pure gli umidificatori a ultrasuoni: tutti metodi, semplici o più sofisticati, che sfruttando una fonte di calore disperdono gli OE nell'aria e favoriscono l'inspirazione dei loro componenti man mano durante le normali attività svolte nei locali.

Un Bagno di Edonismo

Un'altra applicazione piacevole e salutare degli aromi è il loro utilizzo per il bagno.

A tale scopo l'essenza non deve essere mai posta direttamente nell'acqua, ma veicolata da opportuni prodotti disperdenti presenti in commercio, oppure preventivamente miscelata a latte in polvere in ragione di 5-10 gtt. per cucchiaino, o anche al tuorlo d'uovo, a condizione di non usare acqua troppo calda. È invece sconsigliato ricorrere al sale grosso da cucina imbibito di OE, un errato consiglio spesso ricorrente sulle pagine di alcuni giornali divulgativi. Operando in modo corretto e scegliendo opportunamente l'essenza o una loro miscela composta, poche gocce di OE non solo bastano ad appagare il desiderio di una pausa edonista, ma sono anche in grado di agire a ventaglio: sull'umore per olfazione, sulla pelle per contatto e sulla fisiologia dell'organismo per assorbimento, al punto che questa pratica è utilizzata in alcuni ambiti come specifico strumento terapeutico.

A pieni Polmoni

Con l'aerosolterapia vera e propria, attuata con gli appositi strumenti, è possibile dirigere verso le vie respiratorie notevoli quantità di OE in nebulizzato, cioè in una dispersione di goccioline di ridottissimo diametro (dell'ordine di micron). In tali condizioni l'essenza arriva in profondità, direttamente a contatto con gli epitelii alveolari dove manifesta le proprie attività farmacologiche.

Le essenze impiegate debbono essere opportunamente diluite in relazione al loro potere irritante, meglio se emulsionate in acqua tramite un disperdente: ne risulta un liquido lattiginoso, forma in cui spesso si reperiscono in commercio. Non potendo disporre di emulsioni, si deve aggiungere l'OE alla soluzione fisiologica (da preferire all'acqua) e lasciare

L'apparecchio in funzione per qualche minuto prima di iniziare l'applicazione: all'inizio del funzionamento infatti, per la turbolenza e gli urti contro le pareti, le gocce di grosse dimensioni vengono spezzate in goccioline sempre più piccole, giungendo alla fine a possedere dimensioni tali da permetterne la dispersione.

La Prudenza non è mai troppa

Va sottolineato che le essenze possono provocare sensibilizzazione allergica: come specificato in seguito, ciò riguarda ogni forma di somministrazione. Tuttavia, se l'assunzione avviene attraverso l'interfaccia respiratoria, diventa tassativa l'esclusione categorica di OE in aerosol per i soggetti la cui storia clinica presenti manifestazioni asmatiche, o anche solo in presenza di dubbi.

Oltre ad attenersi scrupolosamente a tale indicazione, è opportuno in ogni caso evitare la scelta di essenze irritanti o, qualora queste siano prescelte sulla base di considerazioni oculate, conviene utilizzarle fortemente diluite somministrandole a più riprese, piuttosto che in un'unica seduta.

Per Bocca decide il Medico

Ulteriori possibilità di impiego degli OE sono offerte dalla somministrazione orale, cui ricorre frequentemente la Scuola francese di Aromaterapia: si forniscono in merito solo pochi cenni, perché questa pratica dovrebbe essere condotta seguendo precise posologie, secondo le indicazioni di un medico esperto.

Tale competenza è richiesta dal fatto che l'ingestione orale, ancor più di ogni altra forma d'assunzione, coinvolge diversi distretti. Oltre all'apparato digerente e alle flore simbiotici intestinali, sono infatti chiamati in causa anche gli organi emuntoriali, interessati dallo smaltimento delle molecole che derivano dalla trasformazione degli OE ingeriti: ad esempio, il circuito epato-biliare (il fegato con le sue importanti modificazioni metaboliche e la cistifellea) e il rene. Solo l'esperienza di un medico e una sua valutazione delle condizioni generali del paziente, possono portare a una corretta stima circa l'opportunità dell'Aromaterapia orale per quel soggetto. La prescrizione che deriva da tali considerazioni risponde a obiettivi terapeutici complessi, che valorizzano l'attività delle essenze sui sistemi di controllo come regolatrici del bioterreno, con l'implicazione di una profonda correzione neuroendocrina e immunitaria.

Gente sensibile

Spesso si parla delle possibilità di allergia per contatto degli OE: in realtà la pericolosità e la frequenza di sensibilizzazione è molto enfatizzata. Sebbene alcune essenze, per altro difficilmente reperibili e volutamente escluse dalla selezione della linea Fitomedical (es. Enula), siano effettivamente responsabili di diversi fenomeni allergici, per la maggior parte dei casi un uso razionale e qualche precauzione può evitare questo genere di rischi.

Anzi, è interessante come proprio alcune essenze, se scelte da un medico competente e utilizzate in modo oculato, risultino efficaci complementi nella prevenzione e nel trattamento di diversi disturbi allergici, moderando l'intensità della risposta immunitaria e limitando i fastidi della sintomatologia.

In ambiti non specificatamente terapeutici, tuttavia, si raccomanda cautela soprattutto ad alcuni soggetti che, per caratteristiche personali, risultano particolarmente sensibili. Tali individui si definiscono atopici: sono i sofferenti di asma, rinite allergica, eczema, intolleranza alla lana o a sostanze animali. Costoro, o quanti abbiano una storia familiare di atopia, evitino l'utilizzo di OE per qualunque via prima di aver verificato l'assenza di sensibilità individuale, in particolare per quelli sospettati di agire come sensibilizzanti. Ovviamente, per l'applicazione topica una particolare prudenza va posta in presenza di dermatite, eczema, pelle fragile, lesionata o infiammata e ogni condizione cutanea che appaia anormale.

È anche importante prestare attenzione all'eventuale insorgere di reazioni cutanee nei confronti di prodotti profumati, come pure è opportuno rimuovere eventuali cosmetici o profumi prima di operare su viso e collo, in modo da ridurre rischi di reazioni da sensibilizzazione incrociata in queste aree, più a rischio di altre, perché soggette a ripetute applicazioni di cosmetici e profumi.

Infine, come regola generale, è perentoriamente sconsigliato l'impiego di OE neurotossici o fortemente irritanti (esclusi dalla Linea Fitomedical) in qualunque forma e per qualunque via, se non sotto controllo medico.

Infine, si aggiunga che, oltre alle applicazioni terapeutiche, un certo rigore vale anche per la scelta di quelle piccolissime quantità di essenze utilizzate in qualità di aromatizzanti per gli alimenti, che devono essere selezionate con cognizione di causa.

Mai puri

Anche per l'ingestione esistono precise norme alle quali attenersi, in primo luogo quella di non somministrare mai OE puri, sia per evitare possibili irritazioni delle mucose esofagee e gastriche, sia per eludere una disomogenea distribuzione dell'assorbimento (le essenze, infatti, non essendo idrosolubili, nell'intestino tendono ad aggregarsi in grosse gocce).

Per ovviare a questi inconvenienti si ricorre a opportuni solventi: tra quelli con maggiore filia chimico-fisica per le essenze si distinguono gli oli vegetali già citati (extravergine d'oliva, girasole, sesamo, ecc.): si consiglia di diluire 1-3 gocce di OE in un cucchiaino d'olio, da frazionare in più assunzioni. Se la soluzione risultasse sgradevole e poco accetta, è possibile ricorrere ad altri metodi.

Dolce e profumato, o un po' alcolico

Estemporaneamente, si può anche miscelare l'essenza con il miele (1-3 gtt. di OE per cucchiaino di miele, da frazionare in più assunzioni): si ottiene una preparazione apprezzabile sotto il profilo organolettico, la cui somministrazione risulta facilitata e in cui le proprietà di questo alimento, in particolare se si ricorre ai mieli monoflora, possono sommarsi a quelle aromatiche. È da evitare, invece, l'assunzione di OE su una zolletta di zucchero.

Interessante è anche la miscelazione di essenze con argilla (1-3 gtt. di OE per cucchiaino di argilla), che rilascia in tempi diversi le varie componenti dell'essenza, con una conseguente variazione della biodisponibilità.

Anche l'alcool etilico a 60-70-80 gradi è un buon diluente per gli OE: ciò giustifica la validità di certe formulazioni, ad esempio quelle della Linea EIS Fitomedical, come pure delle prescrizioni di alcuni medici, che prevedono la diluizione di un'essenza in Tinture Madri ad attività sinergica (in ragione dell'1-5%, da somministrare a dosi di 20-30 gtt. per 2-3 assunzioni/die).

La Ponderatezza è una Garanzia

Per le sue innumerevoli applicazioni, l'utilizzo di essenze apre a chi vi si accosta prospettive affascinanti e interessanti opportunità d'impiego.

Dalla rassegna delle diverse possibilità emerge come ciascuna somministrazione possieda indicazioni specifiche, ma va sottolineato che, qualunque sia la forma di assunzione degli OE (cutanea, respiratoria o digestiva), la loro interazione con l'organismo interessa l'intera economia dell'individuo, non solo le vie attraverso cui è avvenuto il "contatto".

Per questo nella scelta delle essenze si raccomanda di prestare una particolare attenzione ai potenziali rischi dei singoli OE, ricordando che alcuni loro componenti possono risultare irritanti, sensibilizzanti o allergizzanti (vedi tabella pag.18), fototossici o, a dosaggi errati, nocivi per il sistema nervoso.

Con la nuova Linea Oli Essenziali, Fitomedical offre una selezione "studiata" di essenze di qualità: un ampio assortimento, corredato delle informazioni necessarie al loro corretto utilizzo, in modo che gli aromi possano costituire un piacevole e versatile strumento, da impiegare con sicurezza in molte occasioni nei diversi momenti della giornata.



Questo SÌ

Corrette Modalità di Utilizzo degli Oli Essenziali

1. Prestare attenzione ai potenziali rischi dei singoli OE (fotosensibilizzanti, irritanti, sensibilizzanti, neurotossici, ecc.) e attenersi alle posologie indicate.

Per la somministrazione percutanea:

2. prestare particolare attenzione ad allergie o reazioni cutanee nei confronti di prodotti profumati;

3. prima di operare su viso e collo rimuovere eventuali cosmetici o profumi;

4. prestare attenzione nella scelta di OE in caso di dermatite, eczema, pelle fragile, lesionata o infiammata e ogni altra condizione cutanea che appaia anormale;

5. evitare gli OE irritanti o, se prescelti sulla base di considerazioni oculare, utilizzarli fortemente diluiti e somministrati a più riprese, piuttosto che in un'unica seduta.

6. Per i **bagni aromatici** l'OE non deve essere mai utilizzato direttamente nell'acqua, ma disperso in opportuni prodotti in commercio, oppure in latte in polvere in ragione di 5-10 gtt. per cucchiaino, o in tuorlo d'uovo, a condizione di non usare acqua troppo calda.

7. Per la somministrazione in **aerosol** l'OE deve essere diluito in ragione di 1-3 gtt. in 2 ml. di soluzione fisiologica, lasciando in funzione l'apparecchio per un paio di minuti prima di inspirare.

Questo NO

Precauzioni nella Somministrazione degli Oli Essenziali

1. Non iniettare OE in alcuna forma.

2. Non utilizzare OE se non diluiti in modo appropriato.

3. Non applicare OE puri sulle mucose (bocca, vagina, retto) ed evitare il contatto con gli occhi.

4. Non utilizzare OE in soggetti con storia clinica allergica senza prima averne verificato la tollerabilità.

5. Non utilizzare OE in aerosol in soggetti con storia clinica di asma bronchiale.

6. Non somministrare OE che presentino una potenziale tossicità a bimbi piccoli e donne in gravidanza.

7. Non esporre alla luce per almeno dodici ore le aree dove siano stati applicati OE fotosensibilizzanti.

consigli essenziali

Guida per Ficcanaso

LE QUALITÀ E GLI EFFETTI

FISICI E MENTALI

DELLE SINGOLE ESSENZE



olio
essenziale

LEGENDA:

nota aromatica
è l'insieme dei
caratteri olfattivi
tipici di un
olio essenziale
(vedi box a pag. 5)

profilo aromacologico
descrive l'attività
determinata da
un olio essenziale
sull'umore, le
emozioni e gli stati
d'animo

profilo aromacosmetico
riguarda le qualità
possedute da
un olio essenziale,
opportunamente
diluato, applicato
sulla pelle

Simboli impiegati in tabella

- ☼ fotosensibilizzante / fototossico
- ✖ irritante / caustico
- ▼ sensibilizzante / allergizzante

	nota aromatica	profilo aromacologico	profilo aromacosmetico	usi aromaterapeutici descritti in letteratura
Abete siberiano <i>Abies sibirica Lam.</i> foglie distillato	fresca, silvestre, balsamica, di legno	tonico, rinfrescante, propositivo; <i>incertezza, stanchezza mentale</i>	pelle mista; capillari dilatati, derma fibroso	spasmolitico, antinfiammatorio; <i>bronchiti con dispnea, colon irritabile; collagenosi</i>
Achillea <i>Achillea millefolium L.</i> sommità fiorite distillato	fresca, erbacea, penetrante	tranquillante, riequilibrante; <i>stress, paura</i>	pelle arrossata, fissurata; pelle atonica; capelli diradanti	antinfiammatorio; <i>neuralgie e ipersensibilità delle terminazioni nervose; stati spasmodici e infiammatori viscerali</i>
Alloro <i>Laurus nobilis L.</i> foglie distillato	fresca, speziata, dolce, canforacea	vitalizzante, calmante, riequilibrante; <i>chiusura mentale, scarsa autostima</i>	pelle grassa; acne, foruncoli, lipomi	espettorante, antalgico, antidistonico; <i>stati influenzali con broncostasi, stati infiammatori articolari</i> ▼
Angelica <i>Angelica archangelica L.</i> radici distillato	calda, di legno, di fumo d'incensi, leggermente muschiata	riequilibrante, sedativo; <i>affaticamento mentale, ansia, sonno difficile</i>	pelle congesta, desquamante	sedativo, drenante; <i>ansia, dissonnie, spasmi intestinali e genitali; rallentamento metabolico</i> ☼
Angelica <i>Angelica archangelica L.</i> frutti distillato	fresca, intensa, speziata, anisata, di pepe	stimolante, tonico; <i>torpore, letargia, tristezza</i>	pelle atona, impura	carminativo, drenante; <i>colite, dispepsia; dismetabolie; stress</i>
Anice verde <i>Pimpinella anisum L.</i> frutti distillato	calda, dolce, anisata, erbacea, di liquirizia	attivante, ritmizzante; <i>nervosismo, stanchezza mentale, cambiamenti d'umore</i>	pelle mista; avvizzimento cutaneo	tonico, spasmolitico, carminativo, modulatore endocrino; <i>dispepsie; flatulenze; dismenorrea; palpitazioni</i> ▼
Arancio amaro <i>Citrus aurantium L.</i> pericarpo da spremitura	asciutta, fresca, citrata, verde	calmante, vivificante; <i>abbattimento, stanchezza, ansia</i>	pelle avvizzita, atonica	stimolante e riequilibrante, carminativo; <i>nervosismo, ansia; dispepsie</i> ▼ ✖
Arancio dolce <i>Citrus sinensis (L.) Osbeck</i> pericarpo da spremitura	fresca, dolce, fruttata, citrata	calmante, rilassante; <i>tensione nervosa, inquietudine</i>	pelle avvizzita, atonica	antisettico, calmante; <i>nervosismo, dispepsie; disinfezione ambientale</i>

AVVERTENZA:

Questa tabella è fornita esclusivamente a scopo informativo e non è assolutamente intesa come sostitutivo dell'atto medico. Le informazioni di queste pagine, pertanto, non devono essere utilizzate per diagnosticare o curare un problema di salute o una malattia. Il lettore è invitato ad interpellare il proprio medico curante per domande relative al proprio stato di salute.

da Abete siberiano a Cannella Ceylon foglie

olio essenziale

	nota aromatica	profilo aromacologico	profilo aromacosmetico	usi descritti in letteratura
Basilico <i>Ocimum basilicum</i> L. foglie distillato	dolce, erbacea, verde, speziata	tonico, rinfrescante; scarsa concentrazione, obnubilamento,	pelle mista; drenante e schiarente	spasmolitico, antinfiammatorio; spasmi gastrointestinali, aerofagia, meteorismo; enteriti, cistiti, annessiti
Basilico a linalolo <i>Ocimum basilicum</i> L. ct. <i>linaloliferum</i> foglie distillato	dolce, fresca, floreale, erbacea	tonico, stimolante; astenia, malinconia, depressione	pelle grassa; dermatosi	tonico, stimolante, eupeptico, decongestionante; astenie; congestioni uterine; gastriti, enteriti
Benzoino Siam <i>Styrax tonkinense</i> (Pierre) Craib. ex Hartwich oleoresina assoluta	dolce, vanigliata, balsamica, speziata	rilassante, calmante; preoccupazioni, tristezza, solitudine	pelle arida, fissurata, con prurito	cicatrizzante; espettorante; problemi dermatologici in genere; broncostasi ▼
Bergamotto <i>Citrus aurantium</i> L. subsp. <i>bergamia</i> Wight et Arn. pericarpo da spremitura	fresca, citrata, floreale, verde, legnosa	calmante ma tonico; ansia, acrimonia, frustrazione	pelle grassa; seborrea, disbiosi cutanee	sedativo, spasmolitico, antisettico; insonnia, ansia; spasmi intestinali; infezioni intestinali e urinarie +
Betulla <i>Betula alleghaniensis</i> Britt. corteccia distillato	dolce, legnosa, metilsalicilica	stimolante; ottundimento, letargia, astenia	pelle mista; dermatosi	antinfiammatorio, spasmolitico; stati infiammatori reumatici e muscolotensivi x
Cajeput <i>Melaleuca cajeputi</i> Pov. foglie distillato	fresca, dolce, erbacea, balsamica, cineolica	riequilibrante, tonificante; pigrizia, lentezza, abulia	pelle grassa; acne, foruncolosi	espettorante, antisettico, antinfiammatorio venoso; disturbi delle vie respiratorie, varici, congestioni venose
Camomilla <i>Matricaria recutita</i> L. capolini distillato	dolce, erbacea, fruttata di mela e miele	calmante, rilassante; nervosismo, tensione emotiva, amarezza, confusione	pelle sensibile, fragile; infiammazioni, dermatosi	antinfiammatorio, spasmolitico; dispepsie, dismenorrea; cefalea; neuralgie, infiammazioni articolari
Camomilla Marocco <i>Ormenis mixta</i> Dumort sommità fiorite distillato	fresca, erbacea, canforacea, balsamica	calmante riequilibrante; impulsività, precipitazione, confusione, timore	pelle sensibile, congesta; prurito, ponfi	tonico, antinfettivo; disturbi intestinali e urinari da <i>E. coli</i> ; stasi epatica; alterazioni del tono e dell'umore
Camomilla romana <i>Chamaemelum nobile</i> (L.) All. capolini distillato	dolce, erbacea, verde, legnosa	calmante, tranquillante; instabilità mentale, ipersensibilità, irritabilità, scontentezza	pelle mista; rughe, discromie, capillari dilatati	sedativo, ipnotico, spasmolitico; choc nervoso, traumi psico-fisici, neuralgie
Canfora <i>Cinnamomum camphora</i> (L.) Sieb. legno distillato	intensa, legnosa, canforacea, balsamica	stimolante, riequilibrante; apatia, malinconia, depressione, anergia	pelle grassa; infiammazioni, atonia	tonico, analgesico, mucolitico; dolori muscolari o articolari; astenia, anergia; broncostasi
Cannella Ceylon corteccia <i>Cinnamomum verum</i> Presl. legno distillato	dolce, calda, speziata, cinnamica	tonico, stimolante; freddezza emotiva, instabilità, debolezza, paura	pelle mista; astringente, antidispasico	antisettico maggiore, tonico, stimolante; infezioni intestinali e urinarie; astenia, depressione ▼ x
Cannella Ceylon foglie <i>Cinnamomum verum</i> Presl. foglie distillato	intensa, legnosa, speziata, eugenolica	tonico, stimolante; pesantezza, intorpidimento, letargia, pessimismo	pelle grassa	antisettico stimolante; infezioni delle alte vie respiratorie; infezioni intestinali e urogenitali ▼ x

olio essenziale

	nota aromatica	profilo aromacologico	profilo aromacosmetico	usi descritti in letteratura
Cardamomo <i>Elettaria cardamomum (L.) Maton</i> semi distillato	calda, speziata, balsamica, cineolica, canforacea	rigenerante, rinfrescante; <i>stress, apatia, rigidità mentale</i>	pelle mista; problemi di circolazione capillare	tonico, stimolante, espettorante; <i>stress, astenia; raffreddore, stasi bronchiale</i> ▼
Carota <i>Daucus carota L.</i> frutti distillato	dolce, calda, erbacea, legnosa, speziata	equilibrante, attivante; <i>stanchezza, sconforto, risentimento</i>	pelle devitalizzata; macchie, rughe, dermatiti	drenante e stimolante epatico, tonico; <i>piccola insufficienza epatica; disturbi delle vie urinarie; ipotensione</i>
Carvi <i>Carum carvi L.</i> frutti distillato	fresca, dolce, speziata, leggero sentore di pepe	riscaldante, tonico; <i>sensazioni di ottundimento, di stanchezza</i>	pelle grassa; acne, prurito	spasmolitico, carminativo, espettorante; <i>dispepsie, stasi epatorenale, stasi bronchiale</i> ★
Cedro <i>Citrus medica L.</i> pericarpo da spremitura	fresca, citrata, intensa, leggera nota floreale	attivante, rinfrescante; <i>sensazioni di ottundimento, inadeguatezza, estraneità</i>	pelle mista; impurezze, inspessimenti	carminativo, eupeptico, antisettico; <i>dispepsie, disturbi di assimilazione; drenaggio; disinfezione d'ambiente</i> ▼ ✕
Cedro dell'Atlante <i>Cedrus atlantica (Endl.) Carr.</i> legno distillato	asciutta, calda, legnosa, balsamica	riequilibrante, rilassante; <i>dispersione, ansia, irrazionalità, fissazioni</i>	pelle grassa; acne, dermatosi	drenante linfatico e renale, linfotonico, protettivo vascolare; <i>lipodistrofie, ritenzione; disturbi delle vie respiratorie e delle vie urinarie</i>
Cipresso <i>Cupressus sempervirens L.</i> rami fogliati distillato	fresca, balsamica, legnosa, terrosa, speziata	calmante, rischiarante; <i>tristezza irritabile, durezza, isolamento, paure</i>	pelle mista; disidratazione, impurezze	bechico, espettorante, decongestionante linfatico e vascolare; <i>tossi; emorroidi e varici, edema; iperplasia prostatica</i>
Citronella <i>Cymbopogon nardus (L.) Rendle</i> parti aeree distillato	fresca, citrata, erbacea, rosata, legnosa	stimolante, rinfrescante; <i>pesantezza, cali di memoria, malinconia</i>	pelle grassa; iperseborrea, inspessimenti cutanei, repellente insetti	spasmolitico, antinfiammatorio, stimolante; <i>spasmi intestinali, genitali; dolori articolari; cefalea, nevralgie</i> ▼ ✕
Coriandolo <i>Coriandrum sativum L.</i> frutti distillato	dolce, fresca, erbacea, floreale, speziata	tonico, attivante; <i>pigrizia mentale, letargia, nervosismo, vulnerabilità</i>	pelle senescente; avvizzimento cutaneo, ridotta circolazione capillare	tonico, stimolante, antisettico, antinfiammatorio; <i>dispepsia, fermentazioni intestinali, flatulenza; astenia, letargia; influenza</i>
Cubebe <i>Piper cubeba L.</i> frutti distillato	fresca, erbacea, legnosa, speziata, con leggero sentore di fumo	stimolante, tonico; <i>sonnolenza, distrazione, anemotività</i>	pelle grassa; disbiosi cutanee	antinfiammatorio, antisettico, neurotonico; <i>infezioni intestinali e urogenitali; stati infiammatori delle vie respiratorie</i> ▼
Cumino <i>Cuminum cyminum L.</i> frutti distillato	calda, speziata, muschiata, untuosa	calmante, rilassante; <i>insonnia, esaurimento, paure, tensione</i>	pelle edematosa; ridotta elasticità e secrezione sebacea	calmante, carminativo, antinfiammatorio; <i>dissonnie, insonnie; disturbi gastrici e intestinali spasmodici; stasi linfatica</i> ★
Dragoncello <i>Artemisia dracunculul L.</i> sommità fiorite distillato	dolce, anisata, speziata, legnosa	calmante, sedativo; <i>dissonnie, nervosismo, angoscia</i>	pelle mista; dermatiti allergiche	spasmolitico, antiallergico, antisettico; <i>disturbi intestinali spasmodici; spasmofilia neuromuscolare; dismenorrea; allergie</i>
Elicriso <i>Helichrysum italicum G. Don.</i> sommità fiorite distillato	calda, legnosa, erbacea, teacea, speziata	rischiarante, attivante; <i>depressione, ipersensibilità, paure, fobie</i>	pelle fragile; ecchimosi, acne, dermatiti	antiedemigeno, antinfiammatorio, spasmolitico, mucolitico; <i>flebiti, ematomi; artriti; riniti e bronchiti; spasmi viscerali e vascolari</i>

da Cardamomo a Lavanda spigo

olio essenziale

	nota aromatica	profilo aromacologico	profilo aromacosmetico	usi descritti in letteratura
Eucalipto <i>Eucalyptus globulus Labill.</i> foglie distillato	fresca, balsamica, cineolica, erbacea	stimolante, attivante; <i>sonnolenza, obnubilamento, pesantezza</i>	pelle mista; dermatiti; congestione cutanea	espettorante, antisettico, decongestionante; <i>disturbi ORL, bronchiti in fase produttiva; stasi linfatica; dermatiti infettive</i>
Eucalipto citrato <i>Eucalyptus citriodora Hook.</i> foglie distillato	intensa, fresca, citrata, balsamica	calmante, rilassante; <i>nervosismo, senso di svuotamento, confusione o vuoti mentali</i>	pelle grassa; micosi	antinfiammatorio, antalgico, sedativo, antisettico; <i>artriti, dolori reumatici; herpes zoster, micosi cutanee, infezioni genitourinarie</i>
Eucalipto officinale <i>Eucalyptus radiata Sieb. ex DC</i> foglie distillato	fresca, balsamica, verde, legnosa	tonico, equilibrante; <i>astenia, paure, ipocondria, confusione mentale</i>	pelle grassa; «smagliature», dermatiti	antivirale, espettorante, stimolante; <i>influenza, bronchite produttiva; infezioni virali; astenia</i>
Finocchio <i>Foeniculum vulgare Mill.</i> frutti distillato	dolce, terrosa, anisata, pungente	tonico ma rilassante; <i>blocchi emotivi e mentali, difficoltà di concentrazione, ansia</i>	pelle grassa; detergente, tonico	spasmolitico, emmenagogo, galattogogo; <i>dismenorrea; spasmi gastrointestinali, meteorismo, aerofagia; dispnea, bronchite asmatiforme</i>
Garofano chiodi <i>Syzygium aromaticum (L.) Merr. et Perry</i> boccioli fiorali distillato	calda, speziata, fruttata, eugenolica	tonico, attivante; <i>letargia, affaticamento mentale, debolezza</i>	pelle mista	antisettico, stimolante, attivante immunitario, antalgico; <i>infezioni virali e batteriche; astenie psico-fisiche</i> ✖
Gelsomino <i>Jasminum grandiflorum L.</i> fiori assoluta	calda, dolce, floreale, leggermente speziata	calmante, riscaldante; <i>scarsa vitalità, freddezza emotiva, insicurezza</i>	pelle sensibile, irritata	riequilibrante endocrino, spasmolitico, calmante; <i>facilita il parto, dismenorrea, amenorrea, sterilità; galattofugo; nervosismo, dissonnie</i> ▼
Geranio Bourbon <i>Pelargonium x asperum L'Her. ex Willd.</i> foglie distillato	floreale, rosata, leggermente verde e agrumata	rilassante, riequilibrante; <i>rigidità, insicurezza, ansia, umore altalenante</i>	pelle grassa, pelle arrossata, pori dilatati	tonico sistemico; linfotonico e flebotonico; antinfiammatorio; stimolante epato-pancreatico; antalgico
Cinepro <i>Juniperus communis L.</i> bacche distillato	fresca, balsamica, legnosa, terebentinacea	rischiarante, equilibrante; <i>esaurimento, conflitti emotivi, confusione, scarsa autostima</i>	pelle grassa; dermopurificante, iperseborrea, macchie	antinfiammatorio, drenante, stimolante metabolico; <i>piccola insufficienza epatica e pancreatica; tendenze litiasiche; infezioni e infiammazioni delle vie urinarie</i> ▼
Incenso <i>Boswellia carterii Birdw.</i> oleoresina distillato	fresca, legnosa, resinosa, speziata	calmante, amplificante; <i>attaccamento, disperazione, paura, blocchi mentali</i>	pelle senescente; rughe, pori dilatati	immunostimolante, espettorante, riepitelizzante; <i>deficit immunitari; disturbi delle vie respiratorie; ulcere; depressione</i>
Kanuka <i>Kunzea ericoides (A. Rich) Thompson</i> foglie distillato	calda, erbacea, terrosa, balsamica	rilassante, rinforzante; <i>stati d'ansia con esaurimento, panico, confusione</i>	pelle grassa; prurito, micosi	antibatterico, antimicotico, antinfiammatorio, calmante; <i>infezioni e infiammazioni cutanee e delle mucose; psoriasi; dolori muscolari e articolari</i>
Lavanda spigo <i>Lavandula latifolia Medic.</i> sommità fiorite distillato	fresca, erbacea, canforacea	tonico, stimolante; <i>astenia, abulia, pesantezza</i>	pelle grassa; lipomi, acne, bruciature	espettorante, mucolitico, antisettico, riepitelizzante; <i>mucostasi, bronchiti, otiti; enterocoliti; bruciature; neuralgie</i>

olio essenziale

	nota aromatica	profilo aromacologico	profilo aromacosmetico	usi descritti in letteratura
Lavanda vera <i>Lavandula angustifolia</i> Mill. sommità fiorite distillato	dolce, fresca, erbacea, floreale	tonico, calmante; <i>confusione, ansia, angoscia, paura</i>	pelle mista, pelle secca; irritazioni, acne, rughe	spasmolitico, sedativo, antinfiammatorio, riepitelizzante; <i>spasmofilia, lipotimia; crampi muscolari e viscerali; prurito, cicatrici, dermatiti</i>
Lavandino <i>Lavandula x intermedia</i> Emeric ex Lois. sommità fiorite distillato	fresca, erbacea, legnosa, leggermente canforacea	tonico, stimolante, equilibrante; <i>ottundimento, stanchezza, ansia</i>	pelle mista; dermatosi, abrasioni	antinfiammatorio, antalgico, sedativo, antisettico; <i>artriti, dolori reumatici; herpes zoster, micosi cutanee, infezioni genitourinarie</i>
Legno cedro <i>Juniperus virginiana</i> L. legno distillato	calda, legnosa, asciutta, leggermente balsamica	calmante, equilibrante; <i>manca di concentrazione, confusione, irresolutezza, ansia</i>	pelle grassa; seborrea, ipercheratosi	tonico vascolare, antidisplastico cutaneo, antinfiammatorio; <i>varici, emorroidi; displasie cutanee, psoriasi; cistiti</i>
Legno di Rosa <i>Aniba rosaeodora</i> Ducke legno distillato	dolce, floreale, rosata, legnosa	equilibrante, rassereneante; <i>stress, indecisione, rammarico</i>	pelle secca, pelle sensibile; rughe, «smagliature»	antisettico, tonico, riequilibrante neuroendocrino; <i>infezioni delle alte vie respiratorie, infezioni genitali, cutanee; astenia, anergia</i>
Lentisco <i>Pistacia lentiscus</i> L. oleoresina distillato	fresca, balsamica, verde, terebentinacea	stimolante, attivante; <i>letargia, malinconia, rinuncia, depressione</i>	pelle mista; pori dilatati, avvizzimento	antinfiammatorio, drenante, stimolante linfatico; <i>stati infiammatori vascolari, prostatici e delle alte vie respiratorie; gastriti con tendenza ulcerativa (H. pylori)</i>
Limone <i>Citrus limon</i> (L.) Burm. f. pericarpo da spremitura	fresca, verde, citrata	rischiarante, attivante, calmante; <i>fretta, confusione, esaurimento temporaneo, ansia</i>	pelle mista, pelle grassa; schiarente, protettivo dei capillari	antisettico, stimolante metabolico, protettivo vascolare; disinfettante ambientale; <i>stasi metabolica epatica e renale; tendenze flebitiche</i> ▼ ✕ ☹
Maggiorana <i>Origanum majorana</i> L. sommità fiorite distillato	calda, speziata, legnosa, leggermente muschiata	calmante, strutturante; <i>nervosismo, inquietudine, solitudine, abbandono, struggimento</i>	pelle sensibile; ristagni circolatori, ispessimento	tranquillante, antidistonico, antisettico, antidolorifico; disinfettante ambientale; <i>distonie neurovegetative con interessamento circolatorio e viscerale; dolori articolari; infezioni ORL</i>
Mandarino <i>Citrus reticulata</i> Blanco pericarpo da spremitura	dolce, floreale, agrumato	tranquillante, calmante, tonico; <i>nervosismo, arrabbiatura, insensibilità, pesantezza</i>	pelle senescente; avvizzimento, rughe, cicatrici	sedativo, spasmolitico, digestivo, carminativo; <i>ansia, dissonnie, spasmi vascolari e gastrici, aerofagia, gastralgia</i>
Manuka <i>Leptospermum scoparium</i> J.R. et G. foglie distillato	calda, legnosa, terrosa, balsamica	tonificante, bilanciante; <i>distrazione, obnubilazione, ansia, conflittualità</i>	pelle mista, grassa; macchie, infezioni, micosi	antisettico, analgesico, leggero sedativo; <i>infezioni cutanee (micosi, acne, herpes, verruche); dolori muscolari; cefalea, sinusite</i>
Melissa <i>Melissa officinalis</i> L. foglie distillato	fresca, verde, citrata	calmante, rigenerante; <i>blocchi emotivi, agitazione, sconforto, negatività</i>	pelle grassa; «smagliature», impurità	sedativo, calmante, antinfiammatorio; <i>insonnia, lipotimia, nevrosi; dispepsia, nausea, crampi, metabolismo ridotto; dismenorrea; tachicardia</i> ▼
Menta piperita <i>Mentha x piperita</i> L. foglie distillato	fresca, verde, intensa, mentolata, canforacea	attivante, rinfrescante; <i>affaticamento mentale, apatia, letargia</i>	pelle mista; prurito, arrossamenti	stimolante, antalgico, antisettico, digestivo, stimolante metabolico; <i>astenia, distonia; cefalea, sciatica, nevralgia; insufficienza metabolica di origine epatica</i> ✕

da Lavanda vera a Origano Spagna

**olio
essenziale**

	nota aromatica	profilo aromacologico	profilo aromacosmetico	usi descritti in letteratura
Menta verde <i>Mentha spicata L.</i> foglie distillato	fresca, erbacea, verde, mentolata, speziata	attivante, equilibrante; <i>nervosismo, affaticamento, rinuncia, ansia</i>	pelle mista; arrossamento, congestione	mucolitico, antinfiammatorio, digestivo, colagogo; <i>broncostasi, bronchiti; dispepsia; infiammazioni intestinali, biliari, urinarie</i>
Mirra <i>Commiphora molmol Engl.</i> oleoresina distillato	calda, balsamica, speziata, leggermente anisata	rigenerante, focalizzante; <i>confusione, depressione, rinuncia, apatia</i>	pelle mista, pelle secca; rigenerante cellulare, dermatosi	antisettico, antivirale, antinfiammatorio, equilibrante neuroendocrino; <i>infezioni virali; infiammazioni bronchiali, connettivali, cutanee; distonie neuroendocrine</i>
Mirto <i>Myrtus communis L.</i> foglie distillato	fresca, erbacea, leggermente dolce, balsamica, cineolica	equilibrante, calmante; <i>stanchezza e disturbi del sonno, collera, agitazione</i>	pelle mista, pelle fragile; arrossamenti, rughe	antinfiammatorio, espettorante, sedativo; <i>disturbi delle vie respiratorie; infiammazioni venose; dissonnie; congestioni prostatiche</i>
Nepeta <i>Nepeta cataria L.</i> parti aeree distillato	fresca, pungente, erbacea, mentolata, leggermente speziata	sedativo, rinforzante; <i>ansia, nevrosi, stati depressivi, paura, incubi notturni</i>	pelle grassa; repellente insetti, schiarente	sedativo, antivirale, antinfiammatorio, attivante endocrino, antidismetabolico; <i>stati di agitazione, depressione, dissonnie; herpes; ipostenia endocrina; metabolismi rallentati</i>
Neroli bigarade <i>Citrus aurantium L.</i> fiori distillato	calda, dolce, floreale, leggermente agrumata e mielata	calmante, distensivo; <i>tensione, stress, ansia, tristezza, paura, ricordi dolorosi</i>	pelle secca, sensibile; rughe, «smagliature»	sedativo, neurotonico, stimolante metabolico, antisettico; <i>esaurimento nervoso, depressione, insonnia; piccola insufficienza epatica; coliti; disturbi circolatori</i>
Niaouli <i>Melaleuca quinquenervia (Cav.) S.T. Blacke</i> foglie distillato	fresca, dolce, cineolica, canforacea	stimolante, rischiarante; <i>concentrazione difficile, confusione, stanchezza mentale</i>	pelle grassa; astringente, protettivo, rigenerante	antisettico, espettorante, antinfiammatorio, attivante ipofisario; <i>bronchiti, sinusiti, herpes, patologie virali; infiammazioni delle pareti vascolari; dermatiti e dermatosi</i>
Niaouli a nerolidolo <i>Melaleuca quinquenervia (Cav.) S.T. Blacke ct. nerolidoliferum</i> foglie distillato	fresca, verde, cineolica, balsamica	tonico, equilibrante; <i>astenia, letargia, intontimento, delusione</i>	pelle mista; rughe, dermatiti, cicatrizzazione difficile	stimolante neuroendocrino, antinfiammatorio, antisettico, vasodilatatore; <i>astenie psicofisiche, anergie, stress; artriti e connettiviti; tendenze ipertensive; piccola insufficienza epatopancreatica</i>
Nigella <i>Nigella sativa L.</i> semi distillato	calda, muschiata, speziata, terrosa	consolidante, equilibrante; <i>incertezza, scarsa autostima, pensieri fissi, ansia</i>	pelle sensibile; arrossamenti, fragilità	antiallergico, antinfiammatorio, attivante endocrino; <i>tendenze asmatiche, riniti allergiche; infiammazioni articolari, connettiviti; insufficienza ipofiso-surrenalica e ipofiso-gonadica</i>
Noce moscata <i>Myristica fragrans Houltt</i> semi distillato	calda, speziata, legnosa	attivante, chiarificante; <i>distrattione, stress, aggressività</i>	pelle grassa, pelle spessa; tonificante	analgesico, stimolante, neurotonico, antinfiammatorio; <i>astenia, letargia; spasmi intestinali; dolori reumatici e artrosici, lombaggini</i>
Origano <i>Origanum vulgare L.</i> sommità fiorite distillato	calda, pungente, erbacea, speziata	stimolante, potenziante; <i>abulia, pigrizia, distrazione, sogni ad occhi aperti</i>	pelle grassa, pelle mista; infezioni	antisettico maggiore, stimolante nervoso e immunitario, revulsivo; <i>infezioni ORL, delle vie respiratorie e urinarie, intestinali, dermatiti; astenia, anergia</i> ✘
Origano Spagna <i>Coridothymus capitatus (L.) Reichenb.</i> sommità fiorite distillato	calda, pungente, erbacea, fenolica	tonico, stimolante; <i>astenia, indifferenza, letargia</i>	pelle grassa, pelle mista; infezioni	antisettico maggiore, stimolante nervoso e immunitario, revulsivo; <i>infezioni ORL, delle vie respiratorie e urinarie, intestinali, dermatiti; astenia, anergia</i> ✘

olio essenziale

	nota aromatica	profilo aromacologico	profilo aromacosmetico	usi descritti in letteratura
Palmarosa <i>Cymbopogon martinii Stapf.</i> <i>var. motia.</i> parti aeree distillato	dolce, erbacea, rosata, terrosa	calmante e tonico; <i>surmenage</i> , <i>stanchezza</i> , <i>agitazione</i> , <i>anticipazione</i>	pelle sensibile, secca; protettivo idratante, sebo-regolatore, depurativo	antisettico, antimicotico, tonificante neuroendocrino; <i>infezioni ORL, intestinali, urinarie, genitali</i> ; <i>micosi</i> ; <i>acne, eczemi</i> ; <i>astenia</i>
Patchouli <i>Pogostemon cablin Benth.</i> parti aeree distillato	dolce, terrosa, legnosa, muschiata, balsamica	stimolante, riequilibrante; <i>depressione, stress, indecisione, tensione, blocchi emotivi</i>	pelle sensibile, fragile; rigenerante, rughe, cicatrici	tonico venoso, antinfiammatorio, rigenerante dei tessuti, antimicotico; <i>infiammazioni varicose, emorroidi</i> ; <i>eczemi, dermatiti seborroiche, acne, ulcere</i>
Pepe nero <i>Piper nigrum L.</i> frutti distillato	calda, speziata, legnosa, secca	tonico, stimolante; <i>blocchi emotivi, freddezza, tendenze compulsive, insicurezza</i>	pelle mista, pelle grassa; «smagliature», congestione	digestivo, antidolorifico, espettorante, tonico; <i>dispepsie, insufficienza epatopancreatica, dolori articolari reumatici e artrici, astenie</i>
Petitgrain Bigarade <i>Citrus aurantium L.</i> rami fogliati distillato	dolce, fresca, agrumata, speziata	rilassante, rivitalizzante; <i>confusione, disarmonia, tristezza, pessimismo</i>	pelle impura; macchie, ispessimenti, comedoni	spasmolitico, riequilibrante mentale, antinfiammatorio, attivante metabolico; <i>distonie neurovegetative, crampi, tensioni muscolari</i> ; <i>acne</i> ; <i>insufficienza epatica</i>
Petitgrain Limone <i>Citrus limon (L.) Burm. f.</i> rami fogliati distillato	fresca, citrata, verde, legnosa	calmante e tonico; <i>pesantezza mentale, agitazione, pensieri circolari</i>	pelle grassa, pelle mista; capillari fragili, edema	neurotonico, sedativo, antinfiammatorio; <i>astenia, insonnia, agitazione, ansia</i> ; <i>dolori reumatici, artriti, sclerosi vascolari</i> ⚠
Petitgrain Mandarinino <i>Citrus reticulata Blanco</i> rami fogliati distillato	dolce, fresca, floreale, agrumata	sedativo, rasserenante; <i>irritazione, agitazione, sonno inquieto, pensieri fissi</i>	pelle mista, pelle fragile; «smagliature», rughe	spasmolitico, calmante, sedativo, antinfiammatorio; <i>insonnia, dissonnia, ansia, agitazione psico-motoria</i> ; <i>infiammazioni muscolo-tensive</i>
Pimento <i>Pimenta dioica (L.) Merrill.</i> foglie distillato	dolce, calda, speziata, eugenolica, legnosa	tonificante, riscaldante; <i>pigrizia, indifferenza, freddezza emotiva, malinconia</i>	pelle mista; macchie, ispessimenti cutanei	antisettico, stimolante, tonico sistemico, antinfiammatorio; <i>infezioni dentali, tonsillari, intestinali e delle vie urinarie</i> ; <i>astenia, ipotensione; artriti; virus</i> ▼
Pino marittimo <i>Pinus pinaster Soland</i> foglie distillato	calda, balsamica, verde, legnosa	attivante mentale, stimolante; <i>letargia, chiusura mentale, affaticamento</i>	pelle grassa; rilassamento ipodermico	espettorante, antisettico, stimolante; <i>astenia, anergia, spasmofilia</i> ; <i>bronchite cronica, broncostasi</i>
Pino mugo <i>Pinus mugo Turra</i> foglie distillato	dolce, balsamica, speziata, legnosa	tonico, stimolante; <i>indifferenza, stress, abulia, rancore</i>	pelle mista; dermatosi	antisettico, drenante biliare, antinfiammatorio; <i>infezioni e infiammazioni delle vie respiratorie</i> ; <i>infiammazioni biliari; prostrazione</i>
Pino nero canadese <i>Picea mariana (Mill.) B.S.P.</i> foglie distillato	fresca, penetrante, balsamica	stimolante, attivante; <i>astenia mentale, esaurimento nervoso, letargia</i>	pelle mista, pelle sensibile; dermatosi	stimolante ipofiso-surrenalico, antinfiammatorio, antisettico, tonico; <i>astenia, lipotimia, iposurrenalismo</i> ; <i>bronchiti, infiammazioni delle vie urinarie</i> ; <i>ridotta efficienza immunitaria</i>
Pino silvestre <i>Pinus sylvestris L.</i> foglie distillato	calda, balsamica, verde, penetrante	stimolante, riequilibrante; <i>anergia, intontimento, letargia, depressione</i>	pelle mista; irritazioni, congestioni cutanee	attivante neuro-endocrino, espettorante, antinfiammatorio; <i>astenia, anergia, ipotensione, bronchiti, sinusiti</i> ; <i>infiammazioni e congestioni genitali</i>

da Palmarosa a Santoreggia montana

olio essenziale

	nota aromatica	profilo aromacologico	profilo aromacosmetico	usi descritti in letteratura
Pompelmo <i>Citrus paradisi Macf.</i> pericarpo da spremitura	fresca, dolce, verde, agrumata	riattivante, stimolante; <i>stress, distrazione, rallentamento mentale, auto-criticismo, tristezza</i>	pelle avvizzita, irritata	disinfettante d'ambiente, linfotonico, drenante, neurotonico; <i>ritenzione idrica, infiammazione connettivale e linfatica, dismetaboliche con accumulo; astenia, letargia</i> ✪
Ravensara <i>Ravensara aromatica Sonnerat</i> foglie distillato	fresca, erbacea, cineolica, balsamica	tonico, attivante; <i>astenia con dissonnie, stress, sonnolenza, tristezza, delusione</i>	pelle mista; infezioni virali, dermatiti	antivirale, neurotonico, attivante immunitario, mucolitico; <i>infezioni virali (raffreddore, influenza, herpes simplex e zoster, mononucleosi ecc.); astenia, insonnia; bronchiti, sinusiti</i>
Rosa bulgara <i>Rosa damascena Mill.</i> fiori distillato	dolce, floreale, rosata, speziata	armonizzante, attivante; <i>amarezza, sconforto, depressione, rassegnazione, invidia</i>	pelle secca, sensibile; pelle senescente; decongestionante	tonico sistemico, stimolante neuroendocrino; <i>astenia, anergia, ridotta libido, distonie neurovegetative; lesioni cutanee e mucose, ulcere, afte</i>
Rosmarino a verbenone <i>Rosmarinus officinalis L. ct. verbenoniferum</i> parti aeree distillato	fresca, balsamica, erbacea, legnosa, leggermente amara	tonico, chiarificante; <i>stanchezza con tensione, depressione, memoria ridotta</i>	pelle grassa; lipomi, comedoni	mucolitico, lipolitico, equilibrante neuroendocrino, spasmolitico; <i>bronchiti, sinusiti; disturbi genitali; spasmi viscerali; fatica fisica e mentale</i>
Rosmarino a borneolo <i>Rosmarinus officinalis L. ct. borneoliferum</i> parti aeree distillato	fresca, balsamica, legnosa, penetrante, canforacea	tonico, stimolante; <i>letargia, introversione, negatività, insofferenza</i>	pelle mista; astringente, stimolante circolatorio	analettico, mucolitico, stimolante circolatorio e muscolare, antisettico; <i>dolori e contratture muscolari; disturbi pressori, ipotonia cardiocircolatoria; disturbi biliari</i>
Rosmarino a cineolo <i>Rosmarinus officinalis L. ct. cineoliferum</i> parti aeree distillato	fresca, balsamica, legnosa, penetrante, cineolica	tonico, stimolante; <i>blocchi mentali, rallentamento, sonnolenza, confusione</i>	pelle mista; astringente, dermopurificante	espettorante, antisettico, neurotonico; <i>sinusiti, otiti, broncostasi; enteriti, coliti, cistiti; fenomeni post-nevritici; anergia</i>
Salvia <i>Salvia officinalis L.</i> parti aeree distillato	calda, erbacea, speziata, amarognola	tonico, distensivo; <i>rallentamento mentale, variazioni d'umore, pigrizia, scarsa memoria</i>	pelle mista, pori dilatati; dermatiti, abrasioni	antisettico, mucolitico, lipolitico, stimolante epatobiliare; <i>afte, infezioni virali; atonia biliare; lipodistrofie; insufficienza ovarica, amenorrea, premenopausa</i>
Sandalo <i>Santalum album L.</i> legno distillato	aromatica, legnosa, balsamica, terrosa	chiarificante, equilibrante; <i>disagio, solitudine, abbandono, ossessioni</i>	pelle secca, senescente; ispessimento, rughe	antinfiammatorio venoso e linfatico, regolarizzante cardiovascolare, antisettico; <i>varici, emorroidi, congestioni venose, ipotonia cardiocircolatoria; cistiti</i>
Sandalo delle Indie <i>Amyris balsamifera L.</i> legno distillato	dolce, legnosa, fumosa, pepata	bilanciante, tonico; <i>disagio, rinuncia, nostalgia, tristezza</i>	pellì irritate; decongestionante, regolante sebaceo	decongestionante linfatico, spasmolitico vascolare e viscerale, sedativo; <i>stasi linfatiche, varici; coliti; cefalee; ansia, dissonnie</i>
Santoreggia <i>Satureja hortensis L.</i> sommità fiorite distillato	fresca, balsamica, erbacea, fenolica	tonico, stimolante; <i>abulia, obnubilamento, depressione, anemotività</i>	pelle mista; acne, foruncoli	antisettico, neurotonico, attivante ipofiso-gonadico; <i>infezioni ORL, bronchiali, intestinali e delle vie urinarie; anergia; riduzione libidica</i> ✪ ✪
Santoreggia montana <i>Satureja montana L.</i> sommità fiorite distillato	fresca, balsamica, pungente, fenolica	tonico, stimolante; <i>abulia, letargia, senso di svuotamento, depressione</i>	pelle mista; acne, foruncoli	antisettico maggiore, tonico sistemico, immunomodulante; <i>infezioni sistemiche o localizzate; anergia, astenia; stati infiammatori; ridotta immunità</i> ✪ ✪

olio essenziale

NOTA >>> AUTORI DA CUI SI SONO DESUNTI GLI USI AROMATERAPEUTICI:

M.Rossi **Oli essenziali**; Schede tecniche Erboristeria Domani 1993-97, *Studio Edizioni*. J.Lawless **Enciclopedia degli oli essenziali**, *Tecniche Nuove*. Shirley Price **Aromaterapia pratica**, *Muzzio*. P.Francomme, D.Pénoël **L'aromathérapie exactement**, *R.Jollois*.

	nota aromatica	profilo aromacologico	profilo aromacosmetico	usi descritti in letteratura
Sclarea <i>Salvia sclarea L.</i> parti aeree distillato	dolce, erbacea, verde, moscata	calmante, riscaldante; <i>nervosismo, instabilità, preoccupazione, paura</i>	pelle mista, arrossata; dermatosi, senescenza	attivante endocrino ipofiso-gonadico, spasmolitico gastrointestinale, genitale, vascolare; <i>amenorrea, PMS, premenopausa; spasmi, cefalea; insufficienza epato-pancreatica</i> ▼
Sedano <i>Apium graveolens L.</i> frutti distillato	fresca, verde, speziata, legnosa	riequilibrante, attivante; <i>ansia, annebbiamento, afflizione, malinconia, pena</i>	pelle senescente; edemi, macchie, irritazioni	tonico sistemico, sedativo, drenante, attivante metabolico; <i>astenia, ansia, stress; ritenzione idrica; piccola insufficienza epatica</i>
Serpillo <i>Thymus serpyllum L.</i> sommità fiorite distillato	fresca, penetrante, erbacea, fenolica	tonico, stimolante; <i>stanchezza, abulia, scarsa determinazione</i>	pelle mista; dermatiti, acne	antisettico, neurotonico, stimolante, carminativo; <i>infezioni intestinali e delle vie respiratorie; astenia, distonie; dispepsie; infezioni cutanee</i> ✘
Tea tree <i>Melaleuca alternifolia (Maiden et Betche) Cheel.</i> foglie distillato	fresca, balsamica, canforacea, speziata	tonico, vitalizzante; <i>astenia da stress, depressione, sonnolenza, pensieri cupi</i>	pelle secca, impura; infezioni, detergente, schiarente,	antisettico maggiore, antinfiammatorio, immunostimolante, neurotonico; <i>infezioni ORL, respiratorie, genitourinarie, cutanee; astenia, anergia; insufficienza circolatoria</i>
Timo satureioide <i>Thymus satureioides Cosson</i> sommità fiorite distillato	calda, asciutta, legnosa, speziata, canforacea	stimolante, rinvigorente; <i>prostrazione, ipocondria, anemotività, paura</i>	pelle mista, pelle grassa; infezioni	immunostimolante, immunomodulante, tonico sistemico, antisettico; <i>infezioni cronicizzanti; acne, foruncolosi; astenia, attenuazione libidica; atonie digestive e metaboliche</i>
Timo a geraniolo <i>Thymus vulgare L. ct. geranioliferum</i> sommità fiorite distillato	calda, erbacea, citrata, speziata	stimolante, equilibrante; <i>stanchezza, rassegnazione, introversione, cupezza</i>	pelle mista, pelle secca; acne, eczema	antisettico, tonico sistemico, antinfiammatorio; <i>infezioni ORL, urogenitali, cutanee; astenia, bradicardia; acne, eczema</i>
Timo a linalolo <i>Thymus vulgare L. ct. linaloliferum</i> sommità fiorite distillato	calda, erbacea, rosata, legnosa, speziata	potenziante, bilanciante; <i>indecisione, scarsa autostima, debolezza, esaurimento</i>	pelle mista, impura; «smagliature», dermatiti	antisettico, neurotonico, spasmolitico; <i>infezioni del cavo orale, genitourinarie (Candida), respiratorie; distonia neurovegetativa</i>
Timo a thujanolo <i>Thymus vulgare L. ct. thujanoliferum</i> sommità fiorite distillato	calda, balsamica, speziata, leggermente canforacea	potenziante, stimolante; <i>distonia, depressione, tristezza, inquietudine</i>	pelle grassa; ipercheratosi, dermatiti	antisettico, immunostimolante, antinfiammatorio, neurotonico; <i>infezioni ORL, genitourinarie, cutanee; infiammazioni articolari; astenie; rallentato metabolismo epatico</i>
Timo a timolo <i>Thymus vulgare L. ct. thymoliferum</i> sommità fiorite distillato	calda, intensa, fenolica	potenziante, attivante; <i>letargia, abbattimento, blocchi mentali</i>	pelle mista; dermatiti, iperseborrea	antisettico maggiore, tonico, revulsivo; <i>infezioni respiratorie, intestinali, urinarie, dermatologiche; astenia; dolori articolari, stasi circolatoria</i> ✘
Valeriana <i>Valeriana officinalis L.</i> parti sotterranee distillato	calda, legnosa, muschiata, balsamica	sedativo, calmante; <i>agitazione, nervosismo, aggressività, instabilità</i>	pelle secca, senescente; arrossamenti, ipercheratosi	sedativo, spasmolitico, antinfiammatorio, equilibrante neuroendocrino; <i>nervosismo, ansia, dissonnie; spasmi digestivi e vascolari; lievi squilibri ipofisari</i>

da Sclarea a Zenzero

olio essenziale

	nota aromatica	profilo aromacologico	profilo aromacosmetico	usi descritti in letteratura
Vaniglia <i>Vanilla planifolia</i> Andr. frutti assoluta	dolce, calda, vanillica, balsamica	equilibrante, tranquillante; <i>risentimento, delusione, scatti d'ira</i>	pelle mista; rughe, impurità	calmante, spasmolitico, stimolante pancreatico; attivante ipofiso-gonadico; <i>depressione, anoressia; insufficienza libidica</i>
Verbena delle Indie <i>Cymbopogon citratus</i> (DC.) Stapf. parti aeree distillato	citrata, fresca, erbacea, legnosa	sedativo, rinfrescante, rilassante; <i>stanchezza mentale con nervosismo, dubbiosità</i>	pelle mista; inspessimento, edema	riattivante vascolare, antidispeptico; <i>arteriti, edemi, cellulite; dispepsie e spasmi gastrointestinali</i>
Vetiver <i>Vetiveria zizanioides</i> Stapf. radici distillato	terrosa, fumosa, di radice, profonda	calmante, riequilibrante; <i>mancanza di obiettivi, disorientamento, paura, ansia, irritabilità</i>	pelle grassa, pelle mista; impurità, abrasioni, acne	tonico sistemico, stimolante circolatorio, immunostimolante; <i>stress; disturbi circolatori; insufficienza epatopancreatica; insufficienza immunitaria</i>
Wintergreen <i>Gaultheria fragrantissima</i> Wall. foglie distillato	dolce, calda, legnosa, salicilica	stimolante, attivante; <i>sonnolenza, ottundimento, pigrizia, indecisione</i>	pelle mista; seborrea, ipercheratosi	antinfiammatorio, spasmolitico, vasodilatatore; <i>dolori articolari, muscolari, tendinei; tensioni muscolari e vascolari</i> ✘
Ylang-Ylang <i>Cananga odorata</i> (Baill.) Hook et Thom. fiori distillato	dolce, floreale, leggermente speziata	vitalizzante, equilibrante; <i>disagio, blocchi emotivi, tristezza, freddezza, ostinazione</i>	tutte le pelli; equilibrante sebaceo, rassodante	spasmolitico, equilibrante neuroendocrino, antinfiammatorio; <i>palpitazioni, spasmi gastrointestinali e vascolari; riduzione libidica; dermatosi</i> ▼
Zenzero <i>Zingiber officinale</i> (L.) Roscoe rizomi distillato	calda, speziata, legnosa, leggermente pungente	riscaldante, rivitalizzante; <i>freddezza, monotonia, confusione, solitudine, sconforto</i>	pelle atonica, pelle mista; stasi circolatoria, rughe	tonico digestivo, neurotonico, antinfiammatorio; <i>dispepsia, meteorismo, nausea; stress, ridotta libido; dolori articolari, infiammazioni locali e sistemiche</i>

Quattro buoni Motivi per un bel Sorriso

linea **PURAL**
igiene orale

Ricca di componenti pregiati, come l'olio essenziale e l'oleoresina di Lentisco, Pural è la linea per l'igiene orale studiata per preservare naturalmente la salute di denti, gengive e mucose.

Dentifricio
antiplacca
omeocompatibile
con Lentisco
prevenzione
naturale

Collutorio
lenitivo
con Lentisco
protezione denti
e gengive

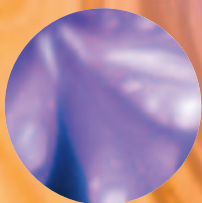
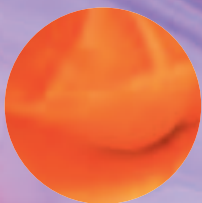
Spray
purificante
con Lentisco
igiene
pronto intervento

Chewing gum
igienizzante
con Lentisco
pulizia profonda
senz'acqua

FITOMEDICAL



Il giro del mondo in cento profumi



Le essenze sono la voce profumata delle piante.
L'abbiamo ascoltata e compresa, selezionando
pregiate specie aromatiche.

Oggi proponiamo un ampio assortimento
di **oli essenziali** di qualità,
corredati di tutte le informazioni necessarie
per il loro corretto utilizzo.

olio essenziale

