



---

*Oli essenziali*

# G

li oli essenziali sono il “profumo” della pianta da cui provengono, vengono ottenuti senza solventi, mantenuti integri quindi non viene tolto loro nessun componente, e non vengono aggiunti additivi sintetici per mantenerli completamente naturali.

Vengono ottenuti tramite due antichissimi metodi di estrazione: la distillazione e attraverso il grasso naturale. L'utilizzo di questi preziosi oli essenziali avviene principalmente per inalazione e assorbimento.

Gli oli essenziali sono molto importanti per la nostra salute fisica e psichica perché possono aiutarci a curare certi piccoli disturbi quotidiani, a volte non risolvibili dalla medicina di sintesi. I principi attivi sono in grado di agire sull'organismo in molti modi, alcuni dei quali comuni a tutti gli oli essenziali, altri invece specifici del singolo olio. Generalmente gli oli sono: disinfettanti sia per la pelle, che per gli organi interni; antidolorifici sia sui muscoli che sul mal di testa; stimolano la circolazione sanguigna che linfatica; stimolano il sistema immunitario, aiutano la digestione e stimolano o sedano il sistema nervoso. Ogni olio quindi presenta la maggioranza di queste caratteristiche e in più ne detiene di personali, che lo rendono abile a risolvere singole problematiche.



## ARANCIO DOLCE (citrus sinensis):



è un olio essenziale ottenuto dalla buccia del frutto dolce dell'albero sempreverde di arancio. Proviene dalla Cina.

Proprietà erboristiche: antidepressivo, antinfiammatorio, battericida, digestivo, fungicida, ipotensivo, sedativo, antisetico, febbrifugo e carminativo.

Effetti emozionali: grazie all'energia del sole raccolta, l'arancio dolce aiuta a dissolvere paure, tristezze e apatie. Stimola la determinazione e la forza d'animo della persona. Infonde calma, risolve il morale e dona allegria. Ottimo per stimolare le persone annoiate, utile per vincere le dipendenze. Adatto alla stanza dei bambini.

Altri effetti/impieghi: dieci gocce versate nell'acqua calda della vasca servono per riequilibrare l'energia ed eliminare lo stress. Nel massaggio: cinque gocce unite ad una crema base sono d'aiuto ad una pelle stanca ed opaca, acne e pelli miste. Ottimo per la pelle a "buccia di arancia", la cellulite molle e mista. Stimola il ricambio cellulare. Eccellente per tutti i disturbi dell'apparato digerente.

## EUCALIPTO (eucalyptus globulus):



per la produzione dell'olio essenziale vengono utilizzate tutte le parti della pianta (rami e foglie giovani), che può arrivare all'altezza di 30 metri.

Originario dell'Australia

Proprietà erboristiche: balsamico, decongestionante, depurativo, antireumatico, cicatrizzante, febbrifugo, analgesico, parassiticida, diuretico, mucolitico, antiseborroico.

Effetti emozionali: balsamico, tonico, calmante. Rafforza la capacità di concentrazione e la lucidità. Infonde coraggio, gioia di imparare e desiderio di migliorarsi.

Altri effetti/impieghi: dieci/quindici gocce versate nell'acqua calda della vasca donano un benefico effetto balsamico, soprattutto nei periodi invernali. Era usato per trattare disturbi respiratori come bronchite, difterite e asma. L'estratto acquoso è utilizzato per la cura di dissenteria batterica, tricofizia, tubercolosi, dolori articolari, febbre. Grazie alla sua forte azione antinfiammatoria, viene usato per curare punture d'insetto, ustioni, tagli, herpes, piaghe. Depura l'aria tenendo lontani gli insetti molesti, utilizzato anche per profumare la biancheria.

## CANNELLA (cinnamomum zeylanicum):



è un olio essenziale ottenuto dalla corteccia dell'albero tropicale della cannella alto fino a 15 metri, situato in India.

Proprietà erboristiche:

antisettico, afrodisiaco, astringente, digestivo, antidiarroico, carminativo, stimolante, circolatorio, cardiaco, emmenagogo.

Effetti emozionali: stimolante, euforizzante, rinfrescante, apre i sensi. Il suo aroma caldo ed avvincente crea atmosfere orientali coinvolgenti, dove chi vuole essere coccolato e protetto trova ristoro. Consigliato come "profumo di benvenuto" nel ricevere amici ed ospiti durante le feste in un clima carico di allegria. Stimola la creatività, la memoria e l'attenzione.

Altri effetti/impieghi: cinque gocce versate nell'acqua calda della vasca combattono stress e stanchezza. Nel massaggio: dieci gocce unite ad una crema base sono d'aiuto per combattere la cellulite, togliere pesantezza alle gambe, sciogliere le contratture muscolari ed alleviare i dolori artroici. Aiuta nel combattere raffreddore, influenza, problemi digestivi, disturbi renali e mestruali. Incrementa la produzione di succhi gastrici ed è un potente antisettico in caso di infezioni polmonari o intestinali.

## LAVANDA (lavandula augustifolia):



originario dalla

Francia questo olio è ottenuto dai fiori e dagli steli del cespuglio aromatico che cresce ad altitudini superiori ai 1000 mt.

Proprietà erboristiche:

antitossico, antidepressivo, antireumatico, antimicrobico, carminativo, cicatrizzante, analgesico, insetticida, rilassante.

Effetti emozionali: stimolante antistress, balsamico, equilibrante. Le antiche ricette di aromaterapia indicano la lavanda come ideale per il riequilibrio degli squilibri energetici soprattutto nei periodi di affaticamento fisico e/o mentale. Adatto conciliare il sonno dei bambini, risulta prezioso per calmare la nausea in viaggio e gravidanza.

Altri effetti/impieghi: dieci gocce versate nell'acqua calda della vasca servono per combattere lo stress e conciliare il sonno. Ottimo nei pediluvi ad azione rinfrescante e deodorante. Stimola le funzioni vitali di tutto il corpo, dall'apparato circolatorio, a quello respiratorio, fino a quello uro-genitale tanto da essere considerata un rimedio da pronto soccorso. Grazie alle sue proprietà cicatrizzanti, antinfiammatorie e antimicrobiche è utilizzato su tagli, ferite, piaghe, eritemi e punture d'insetto. Ha un effetto diuretico ed aiuta ad abbassare la pressione.

## CITRONELLA (cymbopogon nardus):



è una pianta erbacea, proveniente da Giava, della quale si utilizzano le parti alte per

l'estrazione dell'olio essenziale.

Proprietà erboristiche: antisettico, antispasmodico, antireumatico, deodorante, diuretico, stomachico, carminativo, febbrifugo, vermifugo, insetto-repellente.

Effetti emozionali: rilassante, dona un ritrovato senso di pace e benessere generale. Prezioso nei periodi di affaticamento e stress, aiuta a conciliare il sonno. Adatto alle stanze dei bambini, crea un clima fresco e piacevole. Combatte l'affaticamento.

Altri effetti/impieghi: cinque gocce unite ad una crema base sono d'aiuto per combattere la pelle untuosa. È un eccezionale antisettico, battericida e digestivo che aiuta a combattere i parassiti intestinali, coliti e flatulenze. Utile per l'eccessiva sudorazione, ha inoltre proprietà toniche, rinfrescanti e deodoranti. È un potente aiuto per allontanare gli insetti molesti in alternativa ai prodotti chimici di sintesi.

## MENTA PIPERITA (Mentha piperita)



è un olio essenziale ottenuto dalle foglie della pianta.

Originario dall'Inghilterra

Proprietà erboristiche: analgesico,

antinfiammatorio, antipruriginoso, antivirale, epatico, nervino, sudorifero, vasocostrittore, vermifugo, carminativo, cefalico, espettorante, coleretico.

Effetti emozionali: stimolante antistress, aromatizzante, rigenerante. La menta piperita allontana i pensieri negativi donandoci una sferzata di ottimismo e positività verso noi stessi, il prossimo ed il futuro. Stimola anche l'intelletto, favorendo lo studio ed il lavoro. Allevia i mal di testa da stress.

Altri effetti/impieghi: dieci gocce versate nell'acqua calda della vasca sono utili dopo l'attività fisica. Bastano poche gocce unite alla crema quotidiana per purificare la pelle da brufoli e punti neri. Grazie al suo potere sedativo calma nervosismi, palpitazioni, vertigini, tremori e insonnia. Ossigenante dei tessuti, è anche un ottimo espettorante e calmante per la tosse. Dona una grande sensazione di fresco.

## PATCHOULI (*Pogostenon cablin*):



olio originario della Malesia, ottenuto dai piccoli fiori bianchi e le fragranti foglie larghe che, essiccate al sole, vengono utilizzate nella produzione.

Proprietà erboristiche: afrodisiaco, antidepressivo, antinfiammatorio, astringente,

battericida, digestivo, diuretico, antimicrobico.

Effetti emozionali: afrodisiaco, sedativo, è un grande stimolatore dei sensi. Con il suo aroma seducente e suadente ci pervade con la calda magia esotica di cui è carico, creando atmosfere giocose e sensuali. Ci aiuta a superare i limiti imposti dalla razionalità favorendo il dialogo e l'incontro romantico. Scioglie gli stati d'ansia ed aiuta la concentrazione. Porta con se tutta l'energia del caldo sole tropicale.

Altri effetti/impieghi: dieci gocce versate nell'acqua calda della vasca sono utili per ottenere un effetto tonico e stimolante. Per i massaggi, 5 gocce unite alla crema sono un ottimo preparato contro la pelle screpolata. Poche gocce frizionate sul cuoio capelluto svolgono un'azione rinforzante e antiforfora. È benefico per la pelle in quanto è un ottimo antinfiammatorio, cicatrizzante e antimicotico. È anche un decongestionante e vaso protettore dei capillari venosi.

## BERGAMOTTO (*Citrus bergamia*):



è un olio essenziale ottenuto per spremitura a freddo delle bucce dei frutti del bergamotto.

Proprietà erboristiche: antisettico, antidepressivo, rilassante, antispasmodico, digestivo, cicatrizzante, tonico, deodorante, febrifugo e vermifugo.

Effetti emozionali: viene largamente impiegato per combattere stati depressivi, di stress, di confusione e paura in quanto riporta il buonumore e la gioia di vivere. Rende capaci di dare e ricevere amore, di irradiare felicità intorno a sé e curare gli altri.

Altri effetti/impieghi: è calmante in quanto agisce sul sistema nervoso contrastando gli stati d'ansia, è un efficace rimedio in caso di insonnia, perché rilassa, conciliando il sonno. Regolarizza l'ipotalamo lavorando sugli equilibri dei nostri bisogni primari. Tonic, rinfrescante e deodorante per il corpo, è un ottimo antibatterico e disinfettante. Combatte la cistite, leucorrea e altre infezioni o irritazioni del tratto urogenitale. Fondamentale per la cura dell'acne e altre patologie della pelle di tipo infiammatori ed infettivo come eczemi, psoriasi, herpes e prurito grazie alle sue funzioni depurative ed astringente.

## PINO SILVESTRE (*Pinus sylvestris*):



l'olio è ottenuto dagli aghi dell'omonimo albero norvegese che può raggiungere i 40 metri di altezza.

Proprietà erboristiche: antimicrobico, antinevralgico, battericida, espettorante, ricostituente, rubefacente, stimolante, antireumatico, balsamico, diuretico.

Effetti emozionali: energetico, stimolante, dona vitalità ed energia. Infonde voglia di fare, positività, coraggio e combattività. È consigliato sia in caso di esaurimento fisico o nervoso, che agli sportivi per il suo effetto balsamico e ristoratore.

Altri effetti/impieghi: fin dall'antichità è stato impiegato per allontanare gli insetti, purificare e deodorare l'aria. Dieci gocce versate nell'acqua calda della vasca danno una sferzata di energia e vitalità. Quindici gocce unite alla crema sono preziose per stimolare la circolazione e ridurre la pesantezza delle gambe. Ottimo come coadiuvante nei pediluvi, regola anche la produzione ormonale nell'organismo. È balsamico, espettorante e fluidifica le secrezioni bronchiali quindi trova larga applicazione nel trattamento dei problemi legati alle vie respiratorie. Grazie alla sua azione antisettica è particolarmente usato per curare le infezioni del tratto urinario.

## CHIODI DI GAROFANO (*Eugenia caryophyllata*):



è un albero sempreverde alto 10-15 che cresce spontaneamente nelle Molucche, Isole Reunion, Antille, Madagascar e Indonesia. I boccioli del fiore vengono raccolti ed essiccati e costituiscono

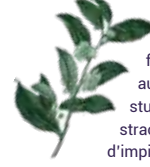
la spezia chiamata chiodi di garofano.

Proprietà erboristiche: antibatterico, antifungo, insetticida, antiossidante, antiflogistico, antiemetico, analgesico, antispasmodico, carminativo, afrodisiaco, larvicida, espettorante.

Effetti emozionali: l'olio di chiodi di garofano ha un'azione tonica e stimolante. Il suo aroma, diffuso nell'ambiente, combatte la sonnolenza, la stanchezza mentale, le difficoltà di memoria e facilita la concentrazione.

Altri effetti/impieghi: grazie alla sua forte azione antibatterica, antidolorifica e cicatrizzante quest'olio viene utilizzato ancora oggi nelle preparazioni farmacologiche per gli studi dentistici. Infatti, per tamponare un mal di denti improvviso, basta posizionare un chiodo di garofano sul dente dolente o cariato: la saliva e il calore corporeo estrarranno automaticamente i principi attivi. Viene utilizzato anche per alleviare la nausea, la diarrea, disturbi digestivi, alitosi, bronchite e i dolori del parto.

## TEA TREE (*Malaleuca alternifolia*):



l'olio si ottiene dal piccolo arbusto australiano chiamato anche albero del Tè. Impiegato fin dall'antichità dagli aborigeni australiani, oggi l'olio essenziale, stupisce la scienza moderna per la straordinaria versatilità ed efficacia d'impiego.

Proprietà erboristiche: immunostimolante, espettorante, antivirale, battericida, balsamico, cicatrizzante, antinfettivo, antinfiammatorio.

Effetti emozionali: armonizzante, stimolante, accresce l'autostima aiutandoci a combattere e resistere alle negatività di tutti i giorni. Consigliato per ritrovare e liberare l'energia interiore, si rivela prezioso nei momenti di affaticamento e tensione.

Altri effetti/impieghi: poche gocce nel bucato danno un pulito più sicuro, ha un effetto deodorante, detergente e disinfettante. Dieci gocce versate nell'acqua calda della vasca sono utili contro le screpolature ed irritazioni, lenisce la pelle. Si può usare puro sul cuoio capelluto come efficace rimedio naturale contro il prurito e la forfora. Ottimo anche contro il prurito dovuto a punture d'insetto e, unito ad una crema base, ottimo dopobarba per le pelli delicate (effetto emolliente e lenitivo). È un potentissimo immunostimolante che aiuta l'organismo a reagire contro batteri, funghi e virus.

## LIMONE (*Citrus limon*):



è un albero da frutto appartenente al genere Citrus e alla famiglia delle Rutaceae. Il nome comune limone si può riferire tanto alla pianta quanto al suo frutto.

Proprietà erboristiche: antisettico, antireumatico, febrifugo, antispasmodico, astringente, digestivo, ipotensivo, depurativo, cicatrizzante, antinfiammatorio, tonico nervoso, fluidificante sanguigno, stimolante, diuretico, lipolitico, antiemorragico.

Effetti emozionali: legato all'intelletto, riaccende le idee e la concentrazione. Risveglia le energie vitali e toglie la pesantezza fisica e psichica.

Altri effetti/impieghi: ha un intenso potere depurativo, detossinante per i tessuti, stimola anche la circolazione linfatica e rinforza le vene. Ottimo per gambe pesanti e cellulite endemosa. Si usa sulla pelle per gli eccessi di sebo, prevenire rughe e macchie brune e sgrassare il capello. Utile per combattere l'alitosi, schiarire i denti, è valido anche per abbassare la pressione arteriosa e il glucosio nel sangue. Viene utilizzato anche per eliminare verruche, calli, gengive infiammate, per curare artriti, reumatismi e vene varicose.

# VOCABOLARIO

**Afrodisiaco:** che eccita o aumenta il desiderio e il piacere sessuale

**Analgesico:** rimedio che sopprime o mitiga il dolore, antidolorifico

**Antibatterico:** sostanza che uccide o impedisce lo sviluppo dei batteri

**Antidepressivo:** sostanze aventi l'effetto di stimolare il sistema nervoso centrale, e indicate perciò nella cura delle sindromi depressive

**Antidiarroico:** rimedio atto a bloccare e curare la diarrea

**Antiemetico:** rimedio che previene o reprime il vomito

**Antiemorragico:** rimedio che previene o arresta le emorragie

**Antiflogistico:** vedi Antinfiammatorio

**Antifungico:** che ostacola lo sviluppo di miceti o funghi

**Antimicrobico:** che ostacola l'attività dei microbi

**Antinfettivo:** sostanza che ostacola l'impianto e lo sviluppo di un'infezione

**Antinfiammatorio:** di ogni mezzo chimico o fisico che combatte la congestione legata a un processo infiammatorio

**Antiossidante:** sostanza che interviene favorevolmente nei processi di eliminazione delle tossine dalle cellule del nostro corpo

**Antipruriginoso:** che calma una situazione di prurito cutaneo

**Antireumatico:** sostanza che aiuta la prevenzione e la cura dei dolori causati da reumatismi

**Antiseborroico:** che mira a prevenire o curare la seborrea

**Antisettico:** che previene o combatte le infezioni

**Antispasmodico:** che, per azione sul sistema nervoso centrale o periferico, rimuove gli spasmi della muscolatura

**Antitossico:** rimedio rivolto a combattere gli stati tossici o tossinfettivi

**Antivirale:** sostanza che mira a combattere le infezioni virali

**Astringente:** che serve a restringere, usata per lo più negli stati infiammatori della cute e delle mucose

**Balsamico:** con proprietà antisettiche, usati nella terapia delle infiammazioni delle vie respiratorie e urinarie o anche come tonici e stimolanti del cuore.

**Battericida:** che distrugge i batteri, soprattutto quelli patogeni

**Cardiaco:** aiutante del cuore

**Carminativo:** che ha la capacità di aiutare l'espulsione dei gas presenti nell'intestino e di calmare i dolori da questi provocati

**Cefalico:** che aiuta a combattere le situazioni di cefalea o mal di testa

**Cicatrizzante:** che facilita la guarigione di una ferita, di una lacerazione, di una piaga, ecc.

**Circolatorio:** che aiuta la circolazione sanguigna

**Coleretico:** che stimola la secrezione della bile da parte del fegato

**Decongestionante:** che elimina o diminuisce la congestione in riferimento a un organo o a una parte del corpo

**Deodorante:** che toglie o attenua il cattivo odore

**Depurativo:** che depura ed ha azione disintossicante

**Digestivo:** che aiuta la digestione

**Diuresi:** secrezione urinaria

**Diuretico:** che favorisce la diuresi

**Emmenagogo:** che aiuta la mestruazione

**Emorragia:** la fuoriuscita del sangue dai vasi sanguiferi

**Energetico:** che è atto a stimolare le energie fisiche

**Epatico:** che aiuta il fegato

**Espettorante:** che facilita l'espulsione del catarro dall'apparato respiratorio

**Febbrifugo:** che combatte la febbre

**Fluidificante sanguigno:** che rende il sangue più fluido

**Fungicida:** sostanza che distrugge i funghi

**Immunostimolante:** che stimola e aiuta il sistema immunitario

**Insetticida:** che uccide gli insetti

**Insetto-repellente:** che tiene lontani gli insetti

**Ipotensivo:** provoca l'abbassamento della pressione arteriosa

**Larvicida:** capace di distruggere le larve

**Lipolitico:** capace di distruggere e disgregare i grassi

**Mucolitico:** in grado di fluidificare il muco

**Nervino:** che agisce sul sistema nervoso

**Parassiticida:** che distrugge i parassiti

**Patogeno:** che determina o ha la capacità di provocare malattie

**Reumatismi:** termine medico generico designante un gruppo di manifestazioni acute e croniche a carico degli organi

dell'apparato locomotore (articolazioni, ossa, muscoli, ecc.) e talora dei nervi, con dolori vaganti, mutevoli e discontinui

**Rilassante:** che provoca distensione fisica e psichica

**Seborrea:** quando la cute si presenta grassa, untuosa e facilmente soggetta a stati infiammatori, quali acne ed eczema

**Sedativo:** che serve a calmare il dolore o uno stato ansioso

**Stimolante:** che ha la capacità di agire come stimolo su un tessuto organico, su un centro nervoso o sull'intero organismo

**Stomachico:** che ha azione tonica sulla parete gastrica, stimola l'appetito e facilita la digestione

**Sudorifero:** che sollecita la sudorazione

**Tonico:** che dà forza e vigore, anche temporaneo, all'organismo, o a determinati organi e tessuti

**Vasocostrittore:** che riduce il calibro dei vasi sanguigni

**Vermifugo:** che ha la funzione di provocare l'espulsione dei vermi parassiti dell'intestino

---

**KEM INDUSTRIES s.r.l.**

Via delle Industrie, 15 - 31050

Camalò di Povegliano (TV) - ITALIA

Tel +39 0422 872218

info@biotekno.it - [www.bio-tekno.it](http://www.bio-tekno.it)