



CFOGAN

Catalogo **Oli**

Proprietà e benefici



Indice

Oli Vegetali	6
Olio vegetale di Mandorle dolci	8
Olio vegetale di Rosa Mosqueta	10
Olio vegetale di Macadamia	12
Olio vegetale di Neem	14
Olio vegetale di Jojoba	16
Olio vegetale di Argan	18
Olio vegetale di Avocado	20
Olio vegetale di Vinaccioli	22
Olio vegetale di Cotone raffinato	24
Olio vegetale di Lino biologico	26
Olio vegetale di Cocco	28
Burro di Karité	30
Olio del Benessere	32
Oli Essenziali	34
Olio essenziale di Abete bianco	38
Olio essenziale di Anice stellato	40
Olio essenziale di Arancio dolce	42

Olio essenziale di Basilico	44
Olio essenziale di Bergamotto	46
Olio essenziale di Canfora	48
Olio essenziale di Cannella	50
Olio essenziale di Cedro	51
Olio essenziale di Citronella	52
Olio essenziale di Eucalipto	54
Olio essenziale di Geranio	56
Olio essenziale di Lauro	58
Olio essenziale di Lavanda	60
Olio essenziale di Lavandino	61
Olio essenziale di Limone	62
Olio essenziale di Maggiorana	64
Olio essenziale di Mandarino	65
Olio essenziale di Menta arvensis	66
Olio essenziale di Menta piperita	67
Olio essenziale di Noce moscata	68
Olio essenziale di Origano	70
Olio essenziale di Patchouly	71
Olio essenziale di Pino silvestre	72
Olio essenziale di Rosmarino	74
Olio essenziale di Salvia sclarea	76

Olio essenziale di Sandalo amyris	78
Olio essenziale di Tea Tree	80
Olio essenziale di Ylang Ylang	82
Olio essenziale di Betulla	84
Olio essenziale di Cajeput	86
Olio essenziale di Cipresso	88
Olio essenziale di foglie di Garofano	89
Olio essenziale di Timo serpillio	90
Olio essenziale di Cumino	91
Olio essenziale di chiodi di Garofano	92
Olio essenziale di Estragone	94

Oli Vegetali



Oli Vegetali

Gli oli vegetali sono generalmente ottenuti dalla spremitura dei semi o frutti di molte piante.

Sono ingredienti preziosissimi per la cura della pelle e dei capelli, ciascuno con caratteristiche peculiari e proprietà specifiche. In base alle loro qualità, questi oli possono essere usati per nutrire e idratare l'epidermide e i capelli, prevenire e ridurre la formazione delle rughe, disinfiammare, ridurre gli arrossamenti e le cicatrici; sono, inoltre, utili come disinfettanti e antimicotici.

Una peculiarità di gran parte degli oli vegetali è l'elevato contenuto di acidi grassi insaturi, importantissimi per la funzione di barriera della pelle che, se ben nutrita, resta più morbida e compatta.

In funzione delle caratteristiche della pianta e della distribuzione di tutte le preziose sostanze in essa contenute, i vari oli assumono indicazioni terapeutiche e cosmetiche differenti.

Essi vengono utilizzati puri o disciolti in emulsioni, per potenziarne l'effetto. Spesso vengono impiegati come vettori per gli oli essenziali, sostanze altamente concentrate che non vanno mai applicate pure sulla pelle.

Per utilizzare al meglio gli oli vegetali è importante conoscerne le proprietà e i benefici.

Questa guida è stata pensata per spiegare nel dettaglio le loro caratteristiche e i loro usi.

Per informazioni dettagliate relative a ingredienti, allergeni e modalità d'impiego (cosmetico o alimentare), si consiglia di consultare le schede tecniche di ogni olio, presenti sul sito www.chogangroup.com

Olio di Mandorle dolci

L'olio di mandorle, estratto dal seme dei Prunus amygdalus dulcis, è l'olio vegetale più conosciuto e utilizzato in cosmesi naturale, per le sue proprietà emollienti, addolcenti, nutrienti e lenitive per la pelle degli adulti, ma anche per quella delicata dei bambini e dei neonati.

Proprietà e benefici

Alleato di pelle e capelli, utile alle donne in gravidanza, adatto ai bambini, ottimo per i massaggi. L'olio di mandorle non altera il naturale equilibrio idrolipidico, anzi contribuisce al rinnovamento cellulare dei tessuti. È ottenuto dalla spremitura a freddo del seme oleoso del frutto, senza uso di solventi chimici e utilizzato così come si ottiene, puro. Possiede una delle più alte percentuali di grassi insaturi e polinsaturi, che conferiscono alla pianta le sue ben note proprietà eudermiche. Inoltre, la presenza di vitamine E e B, aminoacidi, glucidi e sali minerali, lo rende un ottimo rimedio per combattere l'invecchiamento cutaneo e contribuire al rinnovamento cellulare dei tessuti.

Uso e consigli pratici

Pelle secca e irritata: raccomandato in tutti i casi in cui la pelle sia secca e disidratata, l'olio di mandorle dolci va applicato con un leggero massaggio, preferibilmente dopo il bagno (quando la pelle è ancora umida) per far sì che le molecole dell'olio si emulsionino con quelle dell'acqua, facilitandone l'assorbimento. L'azione emolliente e lenitiva lo rende molto indicato nel trattamento delle pelli secche e irritate, e per attenuare il prurito in caso di morbilli, varicella ed eczema.

Gravidanza: l'olio di mandorle dolci è famoso soprattutto come rimedio naturale contro le smagliature, specie quelle dovute alla gravidanza: dal 3° mese in poi si consiglia di applicarlo quotidianamente su addome, seno, fianchi e cosce, fino alla fine dell'allattamento. Grazie alla proprietà elasticizzante, infatti, evita che il derma si laceri, provocando le antiestetiche fenditure o striature sulla pelle delle donne incinte. Per questo motivo è indicato anche durante le diete dimagranti per prevenire il rilassamento cutaneo in seguito al dimagrimento.



Capelli: la sua azione nutriente lo vede protagonista anche nel trattamento dei capelli molto secchi, crespi, sfibrati dal sole e dalla salsedine. Un impacco di 20-30 minuti sui capelli umidi, prima dello shampoo, restituirà morbidezza alla chioma. Si può usare anche in spiaggia al posto del gel, per avere il cosiddetto "effetto bagnato"; in questo modo si proteggono i capelli dall'azione inaridente del sole e della salsedine.

Massaggi: l'olio può essere anche miscelato con alcune gocce di oli essenziali, per ottenere un olio da massaggio personalizzato molto gradevole e nutriente per la pelle del corpo. In questo modo acquista anche le proprietà terapeutiche dell'olio essenziale che si utilizza (ad esempio per dolori articolari, per massaggi ai muscoli degli sportivi, ecc).

Bambini: il suo utilizzo è molto indicato per proteggere la pelle delicata e sensibile dei bimbi, sempre esposta ad arrossamenti, screpolature e irritazioni.

Viso: l'olio di mandorle dolci è anche un'ottima alternativa al latte detergente, in grado di togliere perfettamente tutte le impurità che si depositano ogni giorno sulla pelle,

senza alterarne minimamente il naturale equilibrio idrolipidico: poche gocce su un batuffolo di cotone consentono di eliminare il make-up più ostinato.

cod. U01 | 100ml | € 11,00
cod. U07 | 1L | € 30,00

L'olio di mandorle dolci fragrantato è come una dolce carezza da fare al nostro corpo: unisce tutte le proprietà emollienti e idratanti della mandorla alle note olfattive che più ci affascinano.

cod. U01F - U78F | 100ml | € 15,00
cod. U44F | 100ml | € 21,00
cod. U68F | 100ml | € 22,50
cod. 1L001F - 1L067F | 1L | €53,00
cod. 1L044F | 1L | €63,00

Olio di **Rosa Mosqueta**

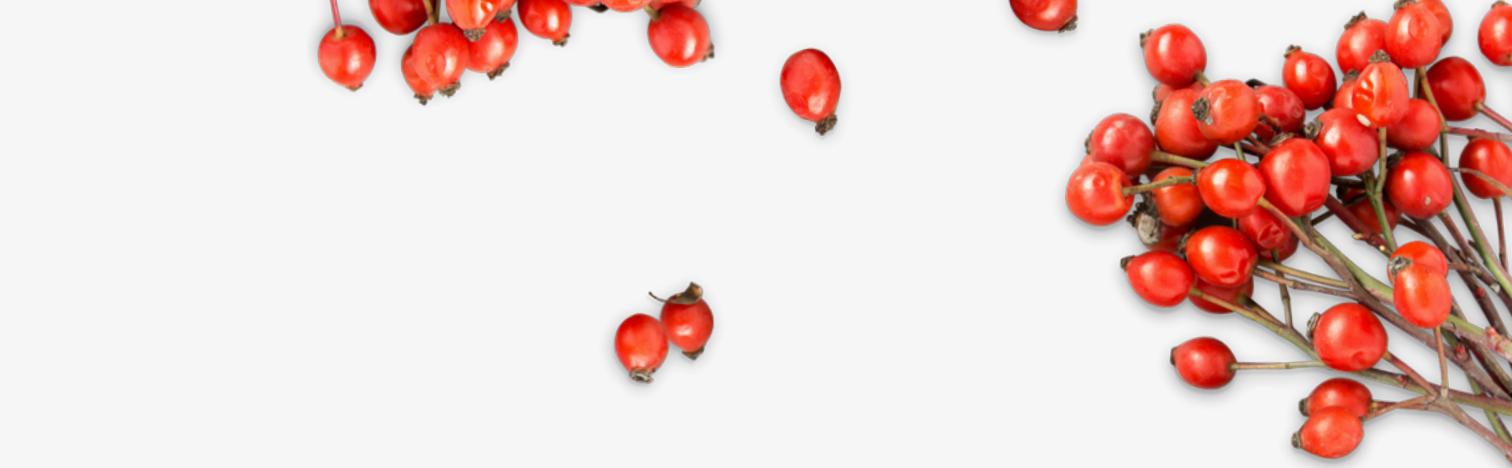
L'olio di rosa mosqueta viene estratto dal seme della Rosa Mosqueta cilena o Rosa affinis rubiginosa e serve soprattutto a rigenerare e migliorare l'aspetto della propria pelle oltre che a contenere i danni di pigmentazioni varie e rughe. Il suo potere rigenerante per la pelle ha reso questo prodotto irrinunciabile per parecchi composti cosmetici, oltre che per vari trattamenti di bellezza. La vitamina più interessante dell'olio di rosa mosqueta è il retinolo: la vitamina A conferisce a quest'olio le sue straordinarie proprietà rigeneranti, che velocizzano i processi di guarigione della pelle. L'olio di rosa mosqueta va conservato in un luogo fresco e asciutto, lontano da fonti di calore; anche il frigorifero può andar bene.

Proprietà e benefici

L'olio di rosa mosqueta ha dimostrato di migliorare le seguenti imperfezioni della pelle: cicatrici, smagliature, psoriasi, eczema, iperpigmentazione, dermatite, rughe e linee di espressione, ustioni, acne, cicatrici da varicella, danni cutanei causati dall'estrema esposizione al sole, scarsa elasticità della pelle, pelle secca, invecchiamento precoce.

Uso e consigli pratici

Per il corpo: rinfresca e idrata la pelle, ammorbidendola; cicatrizza e leviga le smagliature dovute a gravidanze o dimagrimenti troppo veloci. A questo scopo, si consiglia l'applicazione giornaliera dell'olio puro lungo le fenditure e le lesioni cutanee provocate dai suddetti inestetismi. È possibile preparare una soluzione per massaggi, mescolando una parte di olio di girasole, una parte di olio di mandorle dolci e una parte di olio di rosa mosqueta, alla quale aggiungere qualche goccia di olio essenziale di lavanda. Massaggiare sulla zona con movimenti delicati e circolari fino al completo assorbimento.



Per le mani: molto indicato per le mani stessate, che esercitano mestieri manuali e che mostrano segni d'invecchiamento precoce. Aggiungere qualche goccia alla propria crema per le mani la arricchisce di proprietà leviganti e rigeneranti.

Contro le macchie scure, invece, si consiglia di aggiungere due gocce di olio essenziale di limone all'olio di rosa mosqueta.

Per il viso: si utilizza per trattare le lesioni dovute all'acne o alla varicella, o per riparare la pelle in seguito a ustioni e scottature; per combattere le rughe, si può preparare un siero aggiungendo all'olio di rosa mosqueta qualche goccia di olio essenziale di geranio. Quest'olio, infatti, risulta particolarmente attivo nel favorire l'attenuazione delle rughe, distendere la pelle del contorno occhi, proteggere la cute dall'eccessiva disidratazione. Una o due volte la settimana, applicarne generosamente su viso, collo, décolleté, contorno occhi e labbra. Lasciare agire per 15-20 minuti, rimuovere con un dischetto di cotone, poi tamponare fino al completo assorbimento del prodotto.

cod. U02 | 100ml | € 34,00

Olio di Macadamia

L'olio di macadamia è un estratto naturale derivante dalla spremitura dei semi della pianta Macadamia ternifolia, originaria dell'Australia. Il frutto di questa pianta è ricco di sostanze oleose, che vengono applicate sia in ambito alimentare che cosmetico. L'olio si ricava dalla spremitura a freddo della noce di macadamia e ha un colore giallo chiaro; si tratta di un olio particolarmente emolliente e indicato per pelli secche e bisognose di nutrimento extra.

Proprietà e benefici

L'olio di macadamia vanta numerose proprietà cosmetiche e benefici: per questo è impiegato costantemente nella realizzazione di ricette di bellezza, specialmente per pelle e capelli. Questo particolare olio si rivela il principale alleato delle pelli secche e irritate, oltre che un valido rimedio per rendere i capelli meno crespi e indisciplinati, nutrendoli in profondità grazie alla vitamina E. Molto spesso, l'olio di macadamia viene impiegato come principale ingrediente delle creme solari: è infatti molto indicato nella prevenzione delle scottature.

Uso e consigli pratici

Per la pelle: l'olio di macadamia è conosciuto per le sue proprietà idratanti e cicatrizzanti: un vero e proprio acceleratore di guarigione. Se applicato su piccole ferite, stimola il rinnovamento cellulare e ovviamente l'idratazione profonda dell'epidermide. Utile anche per la prevenzione delle scottature solari. L'olio di macadamia, grazie alle sue proprietà emollienti, protettive e antiossidanti si presenta come un ottimo rimedio per contrastare e attenuare i sintomi della psoriasi cutanea. Applicare poche gocce sulla pelle del viso, facendo attenzione a evitare il contorno occhi, o sulla pelle del corpo, fino a completo assorbimento.

Per i capelli: grazie all'elevata presenza di vitamina E, l'olio di macadamia migliora l'aspetto dei capelli, rendendoli lucenti e sani e idratando anche le chiome più crespe. L'olio di macadamia viene anche utilizzato per prodotti destinati alla cura e al trattamento del cuoio capelluto, poiché

aiuta a riequilibrare la secrezione lipidica, restituendogli il corretto grado di umidità e contrastandone la disidratazione. Basterà quindi applicare poche gocce di olio di macadamia sui capelli umidi dopo lo shampoo. Procedere poi con l'asciugatura e la piega.



cod. U03 | 100ml | € 13,50

Olio di **Neem**

L'olio di neem è un olio vegetale ottenuto dalla spremitura a freddo dei semi di Azadirachta indica, conosciuto ormai in tutto il mondo per le sue straordinarie proprietà e le sue molteplici applicazioni. Nei semi vi è la maggiore varietà e concentrazione di sostanze con effetti medicamentosi, presenti anche nelle altre parti dell'albero (foglie, corteccia, legno, radici, polpa dei frutti, fiori).

Proprietà e benefici

Si tratta di una pianta appartenente alla tradizione ayurvedica, impiegata da millenni per la sua attività antibiotica, antibatterica, antinfiammatoria, antiparassitaria ed antifungina. L'olio di neem è particolarmente indicato per massaggi e trattamenti locali in caso di pelle secca, per via delle sue proprietà idratanti. Il suo contenuto di vitamina E e di acidi grassi essenziali lo rendono inoltre adatto alla preparazione di creme per il viso e per il corpo dal potere antiossidante e antietà.

Uso e consigli pratici

Per le mani: aggiungere alcune gocce di olio di neem al sapone liquido, per aumentarne le proprietà antibatteriche. Dopo l'aggiunta, agitare il contenitore per mescolare.

Per il corpo: in caso di cicatrici e di smagliature, aiuta a rigenerare la pelle, migliorandone l'aspetto grazie a un'applicazione costante. In questi casi, si consiglia di applicare olio di neem puro sulle zone interessate.

Per i capelli: una decina di gocce di olio di neem possono essere aggiunte allo shampoo per prevenire la formazione di forfora, o per curarla, nel caso essa fosse già presente. Può essere utilizzato su bambini in età scolare, al fine di prevenire i pidocchi.

Per le labbra: la comparsa di disturbi cutanei, come herpes e psoriasi, può essere combattuta applicando olio di neem puro.

Per gli animali: può essere applicato in gocce sul pelo del cane o del gatto per tenere lontane le pulci e altri parassiti.



Come antizanzare: applicato sulla pelle, tiene lontane le zanzare. In caso di punture, può essere applicato direttamente sui rigonfiamenti da esse causati.

Per le orecchie: contro il mal d'orecchie, si può versare una goccia di olio di neem tiepido nell'orecchio dei bambini, per arginare dolore e infiammazione.

cod. U04 | 100ml | € 15,00
cod. U09 | 1L | € 73,00

Olio di Jojoba

L'olio di jojoba è una cera liquida prodotta dalla spremitura dei semi della Simmondsia chinensis. Priva di glicerina (trigliceridi), viene usata da secoli per lenire le irritazioni dei tessuti.

Proprietà e benefici

L'olio di jojoba rivitalizza, rigenera e lenisce la pelle irritata, la rafforza e aiuta a prevenire le rughe. La sua facilità di assorbimento e la capacità di penetrare nell'epidermide, lasciandola liscia e setosa, conferiscono all'olio di jojoba un'ottima azione idratante. Per questa ragione, in cosmesi naturale è utilizzato puro o associato ad altri oli vegetali, per facilitarne l'assorbimento, o come veicolante per gli oli essenziali. Questo lipide vegetale è composto da una miscela di esteri cerosi, vitamina E, vitamine del complesso B e minerali, quali zinco, rame e iodio. L'olio di jojoba è incolore e inodore e solidifica a temperature inferiori ai 10°C. Deve la sua stabilità al calore e l'alta resistenza all'irrancidimento ai tocoferoli, oltre che alla presenza di antiossidanti naturali.

Uso e consigli pratici

Per il viso: la sua capacità di penetrare perfettamente nella pelle, senza ungere, lo rende particolarmente indicato per la pelle del viso, contrastando il precoce invecchiamento dei suoi tessuti. In caso di pelle secca, sensibile e delicata, la più esposta alla formazione di rughe per via della sua sottigliezza, l'olio di jojoba contrasta gli effetti del tempo: in particolare, previene e riduce le rughe. Applicare ogni giorno sulla pelle pulita, con un leggero massaggio, puro o aggiunto all'abituale crema da giorno.

Per i capelli: distribuire qualche goccia di olio di jojoba sui capelli umidi, in particolare sulle lunghezze, massaggiando delicatamente in corrispondenza delle punte. Lasciare in posa per circa un'ora e procedere poi al lavaggio. Il suo impiego aiuta a nutrire e rinforzare i capelli, prevenendo la formazione di doppie punte. Per questa ragione, si consiglia di usarne qualche goccia, dopo lo shampoo, sui capelli asciutti per lucidarli e ammorbidirli.



cod. U05 | 100ml | € 27,00

Olio di Argan biologico

La preziosa pianta dell'Argania spinosa, detta anche albero della vita, è originaria del sud del Marocco. Da essa si ricava il prezioso olio di argan, chiamato oro del deserto.

Proprietà e benefici

L'olio di argan è ricco di molteplici proprietà, derivate dai semplici elementi che lo compongono: acidi grassi, Omega 3, Omega 6, vitamina E e vitamina A, capaci di combattere il rilassamento e l'invecchiamento cutaneo. Idrata tutti gli strati della pelle, a partire dal film idro-lipidico, grazie alle sue proprietà emollienti, nutritive e rigeneranti; inoltre, aiuta a produrre collagene, prevenendo la formazione delle rughe. Tra le tante proprietà dell'olio di Argan, le più note sono certamente quelle che riguardano la pelle. Oltre a prevenire le rughe, grazie alla sua azione elasticizzante è ideale per prevenire la formazione di smagliature.

Uso e consigli pratici

Per il viso: può essere utilizzato applicando 1-2 gocce al mattino o alla sera, sulla pelle umida; il viso apparirà più luminoso, disteso e rilassato, con le rughe attenuate.

Per le mani: dona elasticità e lucentezza alle unghie, idratandole e rafforzandole. Basterà mescolare la stessa quantità di succo di limone e olio di argan per ottenere un unguento emolliente, perfetto per fare impacchi sulle mani al momento di coricarsi. Lasciandolo agire tutta la notte, al mattino si avranno mani morbide e unghie forti.

Per i capelli: impacchi a base di olio d'argan rendono i capelli morbidi e lucenti evitando la formazione di doppie punte. Qualche goccia di olio d'argan, dopo lo shampoo e prima dell'abituale messa in piega, aiuta a combattere l'effetto crespo e protegge dai danni causati dall'uso di piastre e asciugacapelli.

Per il corpo: massaggiare gambe e braccia con olio caldo, dopo uno sforzo fisico, aiuta a rilassare i muscoli e dona elasticità ai tessuti. Perfetto per gli sportivi, ma anche per

chi trascorre molto tempo in piedi e sente le gambe stanche alla sera. Può essere utilizzato anche per lenire le infiammazioni post ceretta.

Per le labbra: usato in alternativa al classico burro di cacao, idrata le labbra lasciandole morbide e idratate, evitando che si secchino, sia in estate che in inverno.



cod. U06 | 100ml | € 38,00
cod. U08 | 500ml | € 150,00

Olio di Avocado

L'olio di avocado, estratto dai semi della Persea americana, è apprezzato da secoli nei paesi tropicali. È fra i prodotti naturali più efficaci nel prevenire e rallentare la formazione di rughe e rilassamenti cutanei.

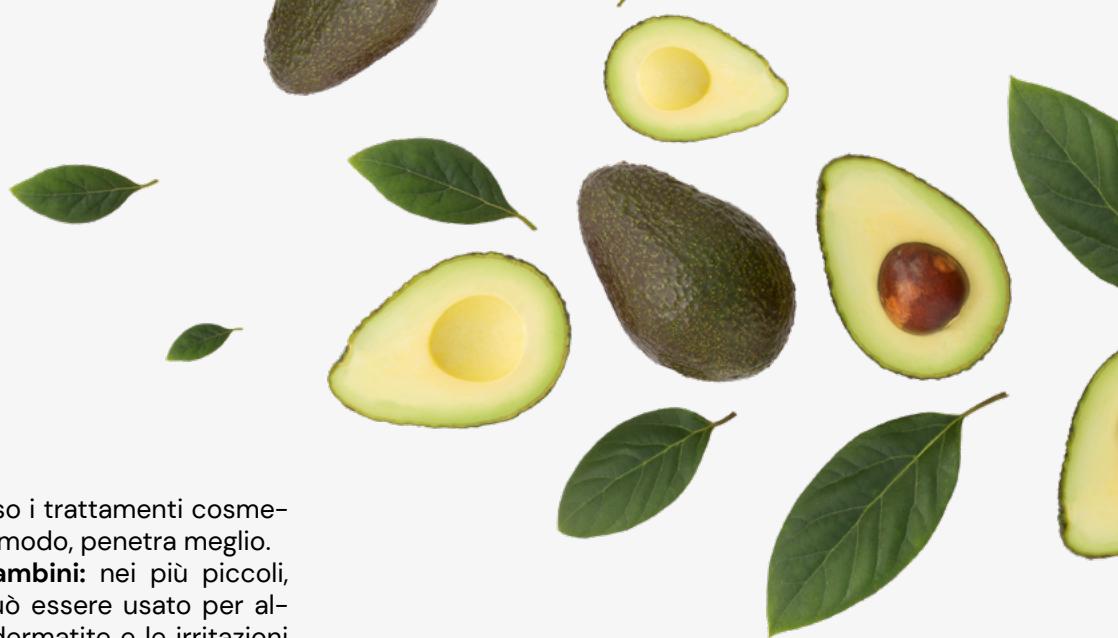
Proprietà e benefici

Questo lipide viene ampiamente utilizzato in cosmesi naturale per le ottime proprietà nutrienti e rigeneranti, che lo rendono indicato soprattutto per pelli secche e mature, devitalizzate, ruvide, disidratate o "spente". Sulle pelli più fragili svolge un'azione addolcente e protettiva contro le aggressioni degli agenti atmosferici, conferendo elasticità e morbidezza. Le spiccate capacità normalizzanti del mantello idrolipidico cutaneo, inoltre, fanno dell'olio di avocado un prezioso ingrediente per tutti i cosmetici destinati al ripristino della fisiologica morbidezza e idratazione cutanea.

Uso e consigli pratici

Per il viso: se applicato localmente, aiuta a idratare la pelle. È un ottimo rimedio naturale contro la pelle secca ed è efficace anche contro il prurito. È aggiunto ad altri elementi idratanti per migliorarne l'assorbimento a livello cutaneo. La sua applicazione contrasta la formazione di rughe, la perdita di freschezza, conferisce alla pelle morbidezza ed elasticità, promuovendo il rinnovamento cellulare. Per questo è particolarmente indicato per le pelli secche, mature e devitalizzate. Per un utilizzo ideale, applicarlo associato all'olio di jojoba la mattina, e puro la sera, anche sul contorno occhi, sulla pelle pulita del collo e del décolleté in piccole quantità.

Per il corpo: se associato all'olio di mandorle dolci, l'olio di avocado potenzierà le sue proprietà, specie l'azione elasticizzante, utile in caso di rilassamento cutaneo, smagliature o pelle che si squama. Per un migliore risultato, applicarlo sulla pelle ancora umida e calda, dopo un bagno o una doccia, quando i pori sono più aperti e massima-



mente recettivi verso i trattamenti cosmetici: l'olio, in questo modo, penetra meglio.

Per la pelle dei bambini: nei più piccoli, l'olio di avocado può essere usato per alleviare e curare la dermatite e le irritazioni da pannolino.

Per i capelli: se associato all'olio di cocco o al burro di karité, si otterrà un impacco ristrutturante per il trattamento e la cura dei capelli molto secchi, fragili e sfibrati.

L'olio di avocado migliora la salute del cuoio capelluto: infatti, può alleviare i sintomi del prurito. Inoltre, quando regolarmente applicato, può aiutare la crescita dei capelli.

cod. U10 | 100ml | € 13,50

Olio di Vinaccioli

L'olio di vinaccioli, ottenuto tramite spremitura a freddo, si estrae dai semi dell'uva (Vitis vinifera L.), i vinaccioli, rigorosamente senza l'impiego di solventi chimici. Le proprietà benefiche dell'uva sono note sin dall'antichità e anche oggi l'olio di vinaccioli è molto apprezzato in cosmesi.

Proprietà e benefici

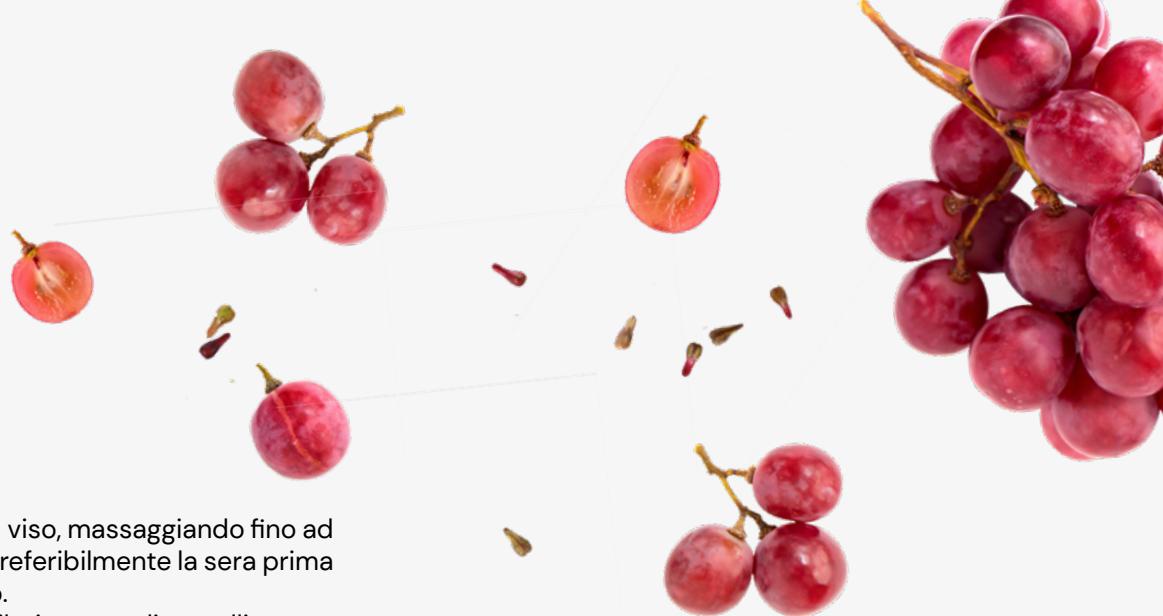
Ogni piccolo seme di vinacciolo racchiude in sé un concentrato di sostanze attive in grado di contrastare l'invecchiamento cutaneo. Il contenuto in vitamina E è ridotto rispetto ad altri oli vegetali, come l'olio di germe di grano, ma l'effetto antiossidante è ampiamente compensato dalla ricchezza in polifenoli. I vinaccioli sono ricchi di calcio, fosforo e flavonoidi, che svolgono un'azione idratante, levigante e antiossidante. Svolge un'efficace azione rassodante e stimolante della microcircolazione capillare.

La spiccata azione antiossidante contribuisce a mantenere l'epidermide elastica e luminosa, rallenta la formazione delle rughe e contrasta i segni dell'invecchiamento cutaneo. È bene conservarlo a temperature inferiori ai 20°C, al riparo dalla luce diretta e da fonti di calore.

Uso e consigli pratici

Per il corpo: si può preparare un ottimo olio da massaggio mescolando tra loro 40 ml di olio di vinaccioli e 10 ml di olio di germe di grano; aggiungere poi 10 gocce di olio essenziale di lavanda, 10 gocce di olio essenziale di geranio e 10 gocce di olio essenziale di limone. Agitare e lasciar riposare l'olio per qualche ora. Al momento dell'uso, massaggiare sul corpo con movimenti circolari, fino al completo assorbimento.

Per il viso: per prevenire la comparsa di rughe su viso, collo e décolleté, l'olio di vinaccioli può essere utilizzato come olio struccante la sera, o come siero emolliente e idratante, anche con l'aggiunta di oli essenziali: aggiungere una goccia di olio essenziale di geranio a un cucchiaino di olio di vinaccioli e massaggiare sul viso prima di andare a dormire. Per idratare la pelle mista, grassa e impura, invece, si consiglia di preparare un olio emolliente, mescolando 15 ml di olio di vinaccioli, 15 ml di olio di jojoba, 10 gocce di olio essenziale di lavanda e 5 gocce di olio essenziale di salvia. Applicarne



poche gocce sul viso, massaggiando fino ad assorbimento, preferibilmente la sera prima di andare a letto.

Per i capelli: utile in caso di capelli spenti, secchi e con doppie punte. Mescolare a due cucchiai di olio di vinaccioli, dieci gocce di olio essenziale di ylang ylang e applicare l'olio sulle lunghezze: lasciare agire sui capelli bagnati per almeno venti minuti, dopodiché procedere con lo shampoo. Ripetete il trattamento tutte le settimane.

cod. U11 | 100ml | € 17,50

Olio di **Cotone** raffinato

L'olio di cotone, estratto dai semi della pianta di cotone (Gossypium herbaceum), è ricco in acidi grassi e in vitamina E; è un olio fluido, in grado di nutrire la pelle senza ungerla e appesantirla; risulta piacevole dopo l'applicazione e lascia la pelle morbida e setosa.

Proprietà e benefici

L'olio di cotone è indicato per pelli secche e danneggiate, sensibili e irritate ed è ottimo anche per le pelli mature. L'applicazione dell'olio di cotone è utile per chi desidera rigenerare la pelle e renderla più tonica. I costituenti dell'olio di cotone, infatti, partecipano attivamente alla formazione delle membrane cellulari, garantendo così una pelle dall'aspetto più sano. In particolare, è impiegato per realizzare latti detergenti e lozioni per la pulizia del viso, creme idratanti e nutrienti per la cura della pelle secca o danneggiata, oli da massaggio emollienti, preparazioni lenitive e riparatrici da applicare dopo l'esposizione solare o in seguito alla depilazione e alla rasatura.

Uso e consigli pratici

Per il viso e il corpo: è possibile applicare qualche goccia di olio puro, sulla pelle appena umida, per migliorarne l'assorbimento. In alternativa, soprattutto al mattino, è possibile miscelare 2-3 gocce di olio di cotone con un po' di gel di Aloe vera e applicare il composto sul viso.

Per i capelli: utile come impacco pre-shampoo: massaggiare qualche goccia di olio sulle lunghezze e le punte; fermare i capelli con una molletta, coprire con una cuffietta trasparente e avvolgere la testa con un asciugamano. Lasciare in posa per 20 minuti e procedere con il lavaggio.



cod. U12 | 100ml | € 20,50

Olio di Lino biologico

L'olio di lino si estrae dai semi dell'omonima pianta, Linum usitatissimum, della famiglia delle Linaceae. Particolarmente indicato per uso cosmetico, rende pelle e capelli più belli e sani.

Proprietà e benefici

L'olio di semi di lino, applicato sulla pelle, idrata e conferisce elasticità e resistenza ai tessuti.

Contiene, infatti, acido linoleico, una sostanza che aiuta a regolare l'idratazione cutanea ed esercita un'azione elasticizzante. L'olio di lino può essere utilizzato sia sulla pelle del viso, sia su quella del corpo, ed è particolarmente indicato per le zone che tendono a presentare più facilmente cute disidratata, quali gomiti e ginocchia. L'olio di semi di lino può sostituire, inoltre, la crema per le mani ed è molto utile nel prevenire secchezza e rossori, specie quando si svolgono faccende domestiche o altre attività che possono metterle a dura prova.

Uso e consigli pratici

Per i capelli: l'olio di semi di lino aiuta a prevenire le doppie punte e a ridurle in maniera naturale, reidratando e ristrutturando la fibra del capello. Inoltre, poche gocce di olio di semi di lino, applicate sui capelli dopo lo shampoo, aiutano a eliminare l'effetto crespo e a conferire alla chioma un aspetto lucente e sano. Applicare l'olio dopo aver tamponato bene i capelli con un asciugamano. È un valido prodotto ristrutturante: uno o due cucchiaini di olio di semi di lino applicati sui capelli, mezz'ora prima di lavarli, sono un ottimo rimedio naturale per ristrutturare la fibra capillare e donare alla chioma elasticità e lucentezza. Aiuta a combattere la forfora, regolando la produzione sebacea e normalizzando il cuoio capelluto: massaggiare poche gocce di olio di semi di lino sul cuoio capelluto prima di procedere con lo shampoo.

Per il viso: l'olio di semi di lino è un ottimo struccante naturale: versarne qualche goccia su una spugnetta umida e applicare sul viso. Oltre a eliminare le tracce di cosmetici,



l'olio di semi di lino aiuta a reidratare la pelle, svolgendo, quindi, una duplice funzione.

Per il corpo: l'olio di lino biologico è un valido antiossidante, che agisce contro disturbi come psoriasi ed eczemi. Questo genere di disturbi della pelle è generalmente provocato dalla mancanza di acidi grassi: l'impiego sulla cute dell'olio estratto dai semi di lino la renderà più morbida e sana.

cod. U13 | 100ml | € 22,50

Olio di Cocco

L'olio di cocco si ottiene dalla spremitura a pressione e spremitura della polpa essiccata della noce di cocco (Cocos nucifera).

Proprietà e benefici

A temperatura ambiente, l'olio di cocco ha una consistenza solida, simile al burro; si presenta invece in forma liquida e oleosa quando la temperatura supera i 20°C.

Questa caratteristica è importante per la scelta del recipiente nel quale conservarlo: si consiglia, infatti, di conservare l'olio di cocco in un contenitore ampio con un coperchio e con un'apertura abbastanza grandi da permettere di estrarlo con un cucchiaino.

L'olio di cocco è molto efficace in cosmesi: se applicato ad uso esterno, la pelle ne giova in bellezza, elasticità e morbidezza. Ottimo come struccante per il viso o come idratante per il corpo dopo la doccia. È possibile utilizzarlo anche come idratante per i capelli, applicandolo sul capello umido, su punte e lunghezze, e lasciandolo in posa da 15 minuti a qualche ora. È perfetto anche per le pelli più delicate, per le zone particolari, quali labbra e contorno occhi, e persino per la pelle dei bambini.

Uso e consigli pratici

Per i capelli: applicare prima dello shampoo come maschera per i capelli, da solo o mescolato con altri burri o oli vegetali; dopo averlo steso uniformemente sulle lunghezze, avvolgere i capelli in un asciugamano e lasciare in posa per alcuni minuti. È un aiuto nel combattere la calvizie: unire all'olio di cocco, gli oli essenziali di lavanda, rosmarino, timo, legno di cedro. Applicare il composto ottenuto tre volte al giorno (o prima di dormire) sull'area interessata dalla perdita di capelli e massaggiare delicatamente. L'olio di cocco, unito a questi oli essenziali, supporta la rigenerazione delle cellule. Aiuta anche a controllare la secrezione di olio dal cuoio capelluto, una delle principali cause della forfora.

Per il viso: è un ottimo struccante. Per rimuovere il trucco, utilizzare un batuffolo di cotone, applicando una piccola quantità di olio di cocco, e strofinare delicatamente sul viso.

Per il corpo: l'olio di cocco è ottimo per pulire e nutrire la pelle danneggiata. Non è una

pozione magica, ma aiuta contro le smagliature. Svolge anche la funzione di protezione solare, molto blanda: non assicura, infatti, una protezione alta, ma può essere paragonato a una protezione solare con un fattore pari a 4. Può essere utilizzato anche come antivirale: se applicato su graffi e tagli, l'olio di cocco forma uno strato sottile che protegge la ferita dalla polvere esterna, batteri e virus; esso, inoltre, accelera il processo di guarigione delle ferite attraverso la riparazione dei tessuti danneggiati.

Contro le punture d'insetto: l'olio di cocco può fermare il prurito e la sensazione di bruciore dovuti alla puntura, così come accelerare il processo di guarigione.



cod. U14 | 100ml | € 11,00

Burro di Karité

Il burro di karité si ricava dalle noci di una pianta africana, la Vitellaria paradoxa, ed è spesso un ingrediente essenziale delle creme di bellezza.

Proprietà e benefici

È idratante, lenitivo e curativo per pelle secca, scottata, affetta da piaghe o psoriasi. Può essere utilizzato su eczemi e pelle molto sensibile o infiammata. È perfetto per gli eritemi da pannolino. La sua azione promuove il rinnovamento cellulare e incrementa la circolazione sanguigna. Inoltre, presenta un alto contenuto in acidi grassi, indispensabili per l'idratazione e l'elasticità cutanee, ed è naturalmente ricco di vitamine A, E, F, essenziali per un buon equilibrio della pelle.

Uso e consigli pratici

Per il viso: prelevare una quantità di burro di karité pari a un cucchiaino; ammorbidirlo fra le mani e applicarne uno strato spesso sul viso pulito. Lasciare la maschera così ottenuta in posa per quindici minuti e poi rimuovere con un panno morbido e umido.

Per il corpo: il burro di karité aiuta a migliorare la circolazione delle gambe. Prelevare una quantità di burro di karité pari a un cucchiaino; ammorbidirlo fra le mani e poi usarlo per massaggiare le gambe, con ampi movimenti, partendo dalle caviglie e risalendo fino alle anche. Il massaggio stimola la circolazione e il burro di karité regala una pelle morbida. È utile anche contro i dolori muscolari, articolari e le artriti.



cod. U15 | 150ml | € 13,50

Olio del Benessere

L'olio del benessere è ottenuto da una miscela di 34 piante, scelte in virtù delle proprietà caratteristiche e della loro profumazione, per creare un olio efficace, unico e dalle molteplici virtù.

Uso e consigli pratici

Contro il raffreddore: versare una goccia di olio del benessere all'imbocco delle narici ma solo nel caso in cui non si abbiano delle escoriazioni dovute all'eccessivo sfregamento con il fazzoletto, poiché tende a bruciare. In tal caso, è preferibile versare qualche goccia di olio del benessere direttamente su un fazzoletto e tenerlo premuto sul naso.

Si possono fare suffumigi mettendo 2-3 gocce di olio del benessere in una bacinella di acqua bollente e coprendo la testa con un asciugamano. L'olio del benessere può anche essere versato nell'aerosol per fare delle inalazioni. Infine, 2 o 3 gocce di olio del benessere in un bicchiere di latte, con un cucchiaino di miele, sono un toccasana per le vie respiratorie.

Contro tosse e mal di gola: bastano 2 gocce su una zolletta di zucchero da sciogliere in bocca. Per combattere il mal di gola, scaldare del succo di limone con 2 gocce di olio del benessere e poi fare dei gargarismi due o tre volte al giorno.

Contro dolori muscolari e articolari: in caso di muscoli intorpiditi e dolori articolari, la parte dolorante può essere trattata con 10 gocce di olio del benessere, emulsionate con della crema di ginepro. Fare assorbire completamente il composto; ripetere anche tre volte al giorno per 2 o 3 giorni. Prima e dopo lo svolgimento di attività sportive, massaggiare braccia, gambe e piedi con alcune gocce di olio del benessere.

Contro il mal di testa: massaggiare le tempie e la fronte con alcune gocce di olio.

Per l'igiene orale: risciacqui con 2-4 gocce di olio aggiunte all'acqua aiutano l'igiene dei denti e contrastano l'alito pesante; aggiungere due gocce di prodotto sullo spazzolino prima di lavarsi i denti: anche in questo caso alito fresco garantito e gengive tonificate.

Per i fumatori: versare 1-2 gocce di olio su tabacco o sigarette per attenuare l'alito pesante, tipico del fumatore. Per alleviare le irritazioni gengivali si possono fare dei gargarismi con 2 gocce di olio sciolte in un bicchiere d'acqua.

Per la pelle: ottimo per tutti i tipi di pelle, da

secca a grassa. Utile anche contro le smagliature.

Per capelli: aiuta a combattere la forfora e dona nutrimento ai capelli sfibrati e devitalizzati. Si raccomanda di versare 5-6 gocce di prodotto sui capelli asciutti e di pettinarli, dopo averli frizionati leggermente.

Per la digestione: quando non si riesce a digerire, versare 2 gocce di olio del benessere in un cucchiaino di zucchero.

Per i massaggi: si consiglia di procedere con un massaggio rilassante dopo aver versato qualche goccia di olio del benessere sulla zona da massaggiare.



cod. OB | 100ml | € 30,00





Oli Essenziali



Oli Essenziali

Gli Oli Essenziali sono sostanze molto pregiate, estratte dalle piante aromatiche conosciute fin dall'antichità.

Possono essere utilizzati sia mediante inalazioni che attraverso assunzione orale, laddove previsto secondo le schede tecniche del prodotto presenti sul sito Chogan. Possono essere utilizzati anche tramite assorbimento epidermico, grazie a massaggi e pediluvi.

I nostri antenati avevano scoperto i potenti effetti degli aromi e li usavano nelle cerimonie religiose, nella preparazione di profumi e unguenti e come primi rimedi terapeutici, attraverso fumigazioni di legni aromatici e resine per indurre, a seconda delle esigenze, calma e rilassamento oppure euforia.

Gli oli essenziali o oli eterici sono prodotti naturali, ottenuti per estrazione a partire da materiale vegetale ricco in essenze, appartenente alle erbe e piante officinali, cosiddette aromatiche. Una volta estratti, questi oli si presentano sottoforma di sostanze liquide, volatili e profumano proprio come la pianta da cui provengono.

Gli oli essenziali sono sostanze di composizione assai complessa e rappresentano la parte più regale della pianta: si presentano sotto forma di minuscole goccioline nei petali dei fiori, nella buccia dei frutti, nella resina e nella corteccia degli alberi e finanche nelle radici di erbe e piante aromatiche.

Sono elementi volatili, solubili in alcool e olio, ma non in acqua. La quantità di olio essenziale contenuta in un vegetale dipende da diversi fattori ambientali, entro i quali la pianta nasce e si sviluppa, in particolare dalla specie, dal clima e dal tipo di terreno.

In aromaterapia, gli oli essenziali vengono impiegati per riequilibrare la sfera psichica ed emozionale. Le applicazioni in questo ambito possono avvenire mediante diffusione ambientale, bagni aromatici, suffumigi, saune.

Gli oli essenziali non devono essere applicati sugli occhi; in caso di contatto, applicare abbondante olio vegetale, poi risciacquare con abbondante acqua.

Tutti i nostri oli essenziali possono essere somministrati per via cutanea e devono essere necessariamente diluiti in un olio vegetale. Raccomandiamo di effettuare sempre un test di tolleranza cutanea, nella piega del gomito, per almeno 48 ore prima di qualunque utilizzo, sia esso allo stato puro o diluito sulla pelle. Se si nota una reazione anomala (rossore, irritazione, pizzicore) si raccomanda di evitarne l'utilizzo.

Alcuni oli (Bergamotto, Limone, Mandarino, Arancio dolce) sono fotosensibilizzanti: dopo l'applicazione di questi oli, è importante non esporsi al sole o ai raggi UV per almeno 6 ore.

Modo d'impiego:

se si sceglie di assumerli per via orale, laddove previsto secondo le schede tecniche del prodotto presenti sul sito Chogan, gli oli essenziali vanno diluiti in un supporto, sia esso olio, miele o zucchero. Versare 2 gocce di olio essenziale in un cucchiaino di miele, un cucchiaino di olio di oliva o su una zolletta di zucchero, massimo tre volte al giorno, dopo i pasti principali.

In caso di ingestione accidentale, bere più cucchiaini di olio vegetale al fine di diluire l'olio essenziale, contattare un centro anti-avvelenamento e consultare un medico.

In linea generale, si sconsiglia l'uso di oli essenziali a donne incinte o che allattano al seno, a persone epilettiche, ipersensibili o che presentano un cancro di natura ormonale e, in generale, a persone con problemi di salute. Non utilizzare oli essenziali su neonati o bambini sotto i 5 anni di età senza prima aver consultato un medico. In caso di allergie respiratorie o asma, evitare di inalare direttamente i vapori.

Per informazioni dettagliate relative a ingredienti, allergeni e modalità d'impiego (cosmetico o alimentare), si consiglia di consultare le schede tecniche di ogni olio, presenti sul sito www.chogangroup.com

Olio essenziale di **Abete bianco**

L'olio essenziale di abete bianco è ricavato dalla Abies alba, una pianta della famiglia delle Pinaceae. Conosciuto per le sue numerose proprietà, svolge un'azione balsamica, antisettica e antidolorifica.

Proprietà e benefici

Riequilibrante: se inalato, svolge un'azione antidepressiva. Questa essenza è anche un rimedio tonico e stimolante, in quanto aumenta l'energia positiva, aiuta a sentirsi più forti e protetti in situazioni o con persone ostili.

Balsamico: se vaporizzato nell'ambiente o massaggiato sul petto, è un ottimo rimedio decongestionante delle vie respiratorie, in quanto calma la tosse, scioglie il catarro e riduce la produzione di muco, in caso di raffreddore o sinusite e malattie da raffreddamento.

Analgesico e antinfiammatorio: se massaggiato, svolge un'azione rubefacente, aumenta la vasodilatazione e la circolazione sanguigna locale, alleviando i dolori tipici di artrosi, artrite, sciatica, cervicale e reumatismi; allevia gli edemi e i gonfiori, e ha proprietà distensiva e antispasmodica su muscoli dolenti e irrigiditi o in caso di crampi.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale di abete bianco, per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni. Purifica l'ambiente in presenza di fumo, cattivi odori e di aria stagnante.

Lozione balsamica e antireumatica: versare 10 gocce in una crema neutra, mescolare e massaggiare sul petto, tre volte al giorno, coprendo con un panno caldo di lana, in caso di bronchite e congestione delle vie nasali.

Lozione lenitiva (antireumatica): versare 10 gocce in una crema neutra, mescolare e massaggiare sulle parti doloranti in caso di mal di schiena, cervicaglia, dolori, stiramenti muscolari.

Soluzione per bagno distensivo: versare 10 gocce nell'acqua della vasca da bagno, emulsionare e immergersi per 10 minuti per usufruire dell'azione antinfiammatoria sul sistema osteoarticolare e per alleviare eventuali gonfiori agli arti inferiori.

Controindicazioni

L'olio essenziale di abete bianco è controindicato in gravidanza, allattamento e in donne iperestrogeniche. Ad alte concentrazioni, può dare luogo a effetti di sensibilizzazione. Si consiglia di evitarne l'uso esterno qualora siano presenti delle irritazioni cutanee.



cod. OS01 | 10ml | € 14,00

Olio essenziale di **Anice stellato**

L'olio essenziale di anice badiana (o anice stellato) deriva dalla pianta Illicium verum, appartenente alla famiglia delle Illiciaceae. L'anice stellato è usato come antispasmodico, stimolante e stomachico.

Proprietà e benefici

Balsamico: efficace nel trattamento delle infiammazioni delle vie respiratorie, come bronchiti, tosse e catarro.

Antispasmodico: è un ottimo rimedio contro flatulenza, disturbi digestivi, diarrea e spasmi intestinali.

Analgesico e antinfiammatorio: viene utilizzato per alleviare i dolori dovuti ad artrite o paralisi facciale.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente in cui si diffonde; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Lozione balsamica: mescolare 5 gocce di olio essenziale in 50 ml di burro di karité per preparare un balsamo da spalmare sul petto, utile per le vie respiratorie in caso di raffreddore e tosse.

Lozione per massaggi: efficace contro i disturbi digestivi, può essere utilizzato nei casi di indigestione, aggiungendo 2-3 gocce di olio essenziale in 30 ml di un olio base vegetale; massaggiare delicatamente sull'addome.

Lozione lenitiva: in caso di herpes labiale, aggiungere 1 goccia di olio essenziale a un cucchiaino di olio di mandorle dolci e applicare sulle vescicole, poiché accelera la guarigione del virus.

Controindicazioni

Non applicare prima dell'esposizione ai raggi UV, in quanto fotosensibilizzante (potrebbe causare eritemi solari). Controindicato in gravidanza e nei bambini al di sotto dei 5 anni di età, nei quali può risultare tossico.



cod. OS02 | 10ml | € 13,00

Olio essenziale di **Arancio dolce**

L'olio essenziale di arancio dolce è ricavato da Citrus sinensis dulcis, una pianta della famiglia delle Rutaceae. Dall'azione astringente e purificante, è utile contro ansia e stress.

Proprietà e benefici

Antispasmodico: ha un'azione rilassante sulla muscolatura ed è quindi indicato in caso di tensione muscolare, dovuta a stanchezza e stress.

Sedativo: utile in caso di difficoltà nella digestione, previene meteorismo intestinale e stitichezza.

Calmante: contrasta disturbi nervosi, depressione, ansia e nervosismo.

Levigante e rinvigorente: contrasta la formazione di rughe e smagliature e aiuta a combattere gli inestetismi della cellulite.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente in cui si diffonde; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Soluzione per bagno rilassante: versare 10 gocce nell'acqua della vasca da bagno, emulsionare agitando energicamente l'acqua, quindi immergersi per 10 minuti.

Maschera idratante: versare 1-2 gocce di olio essenziale in una crema idratante per aiutare a prevenire la formazione delle rughe.

Controindicazioni

Il suo uso prolungato sulla pelle può essere poco indicato; non va utilizzato prima di esporsi ai raggi solari, per l'abbronzatura, poiché fotosensibilizzante (rende la pelle sensibile e soggetta a screpolature o scottature anche gravi). Non assumere per via orale nei bambini al di sotto dei 5 anni. Controindicato in gravidanza, durante l'allattamento e in pazienti con insufficienza epatica e renale.



cod. OS03 | 10ml | € 9,00

Olio essenziale di **Basilico**

L'olio essenziale di basilico è ricavato dalla Ocimum basilicum, una pianta della famiglia delle Lamiaceae. Conosciuto per le sue numerose proprietà, svolge un'azione equilibrante della flora batterica e del sistema nervoso. Risulta essere un ottimo antizanzare.

Proprietà e benefici

Stimolante: agisce sul sistema nervoso, svolgendo un'azione antidepressiva e favorendo il rilassamento; è indicato in caso di affaticamento mentale e può essere utilizzato per contrastare l'ansia, l'insonnia, la cinetosi, le vertigini e lo stress.

Decongestionante: se inalato, aiuta a liberare le vie respiratorie congestionate, fluidifica e aiuta a espettorare il catarro, in caso di asma, influenza, raffreddore, bronchiti e sinusiti. Alcune gocce diluite nel naso agiscono contro la perdita dell'odorato (anosmia).

Antisetico: per le proprietà antimicrobiche, è impiegato nel trattamento di stati febbrili e influenzali, malattie infettive e affezioni delle vie urinarie, come le cistiti.

Analgesico e antinfiammatorio: utilizzato nel trattamento sintomatico di dolori articolari e mal di testa e in caso di edemi e congestioni ematiche.

Antispasmodico: facilita la digestione, aiuta a ridurre il gonfiore addominale, contrasta spasmi e dolori mestruali.

Repellente: se diffuso negli ambienti, è un rimedio molto efficace contro zanzare e insetti.

Uso e consigli pratici

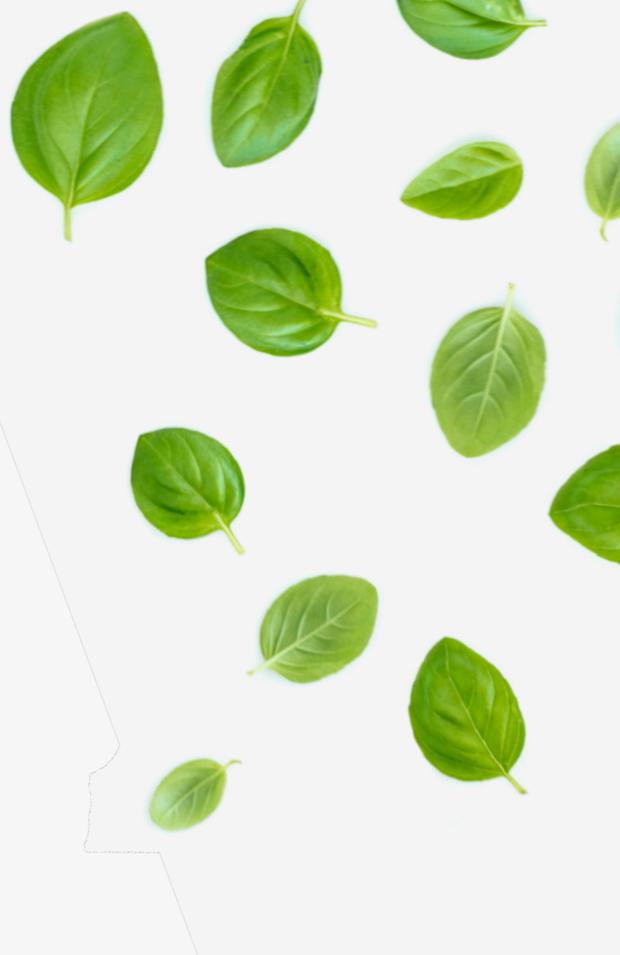
Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente in cui si diffonde; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Lozione lenitiva: aggiungere 10 gocce in una crema neutra, mescolare e massaggiare sulla pelle per ridurre le irritazioni cutanee, trattare le punture di insetti o i morsi di animali.

Soluzione per bagno tonificante: versare 10 gocce nell'acqua della vasca da bagno, emulsionare agitando forte l'acqua, quindi immergersi per 10 minuti per stimolare la circolazione sanguigna o per ridurre le infiammazioni del sistema osteoarticolare.

Controindicazioni

Non assumere in gravidanza, allattamento e nei bambini al di sotto dei 5 anni.



cod. OS04 | 10ml | € 20,00

Olio essenziale di **Bergamotto**

L'olio essenziale di bergamotto è ricavato dalla Citrus bergamia, una pianta della famiglia delle Rutaceae. Conosciuto per le sue proprietà calmanti e antisettiche, è utile contro stress e depressione.

Proprietà e benefici

Antidepressivo: in aromaterapia, trova impiego nel combattere lo stress e per ridurre gli stati di agitazione, confusione, depressione e paura, riportando ottimismo e serenità. Se inalato, induce uno stato d'animo gioioso e dinamico, eliminando i blocchi psicologici.

Calmante: agisce sul sistema nervoso, contrastando gli stati d'ansia; in caso di insonnia, rilassa e concilia il sonno.

Antisettico: applicato sulla pelle, previa diluizione, svolge una potente azione antibatterica e disinfettante, in caso di ascessi e acne. In lavande vaginali, è indicato contro cistite, leucorrea e altre infezioni e irritazioni del tratto urogenitale. In sciacqui, per gargarismi, è consigliato contro l'alitosi.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente in cui si diffonde; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Soluzione per detersione intima: preparare l'acqua fino a coprire tutto il bacino; aggiungere 8 gocce di olio essenziale e immergersi per almeno un quarto d'ora. In presenza di irritazioni urogenitali, ripetere quotidianamente, anche due volte al giorno.

Soluzione per gargarismi: diluire 5 gocce di olio essenziale in un bicchiere di acqua tiepida. Fare sciacqui prolungati, almeno due volte al giorno, per combattere alitosi, ascessi e infezioni della bocca.

Controindicazioni

L'olio essenziale di bergamotto è fototossico, per cui non va applicato sulla pelle prima di esposizioni solari. Controindicato in gravidanza, allattamento e in bambini al di sotto dei 5 anni.



cod. OS05 | 10ml | € 20,00

Olio essenziale di **Canfora**

L'olio essenziale di canfora è ricavato dalla Cinnamomum camphora, una pianta della famiglia delle Lauracee. Conosciuto per le sue numerose proprietà, svolge un'azione balsamica, antitarme e antinfiammatoria, alleviando i dolori di tipo muscolare.

Proprietà e benefici

Stimolante: agisce sul sistema circolatorio, svolgendo un'azione tonificante, utile in caso di stanchezza, pressione bassa e astenia. Se inalato al mattino, fornisce energia. Aiuta a rinvenire in caso di svenimento o collasso e stati di shock.

Antinfiammatorio: massaggiato sulla parte dolorante, aiuta a curare distorsioni, contusioni, dolori e strappi muscolari; utilizzarlo prima di fare sport, prepara i muscoli all'attività fisica e risulterà un efficace defaticante dopo l'allenamento e in presenza di traumi sportivi.

Drenante: se massaggiato sulle gambe, previene e cura problemi venosi e disturbi circolatori, in caso di gambe pesanti, gonfiore, edemi, ristagni linfatici e debolezza circolatoria.

Balsamico: in caso di malattie da raffreddamento, se inalato, svolge un'efficace azione mucolitica e decongestionante sulle vie respiratorie.

Repellente: il suo impiego aiuta a tenere lontani gli insetti.

Uso e consigli pratici

Lozione lenitiva: diluire 10 gocce di olio essenziale in 100 ml di olio di mandorle dolci aiuta a distendere i muscoli affaticati o doloranti e ad alleviare reumatismi e dolori articolari, ecchimosi, contusioni, slogature, crampi o tensioni muscolari. Massaggiare la zona dolorante, due o tre volte al giorno, facendola assorbire completamente.

Lozione balsamica: in caso di raffreddore e tosse, mescolare 5 gocce di olio essenziale in 50 ml di burro di karité e applicare sul petto.

Soluzione per bagno tonificante: versare 10 gocce di olio essenziale nell'acqua della vasca da bagno e rimanere immersi per circa 20 minuti, per stimolare la circolazione e alleviare i disturbi reumatici.

Lozione repellente: versare su un batuffolo di cotone 4-5 gocce di olio essenziale e riporlo in armadi e cassetti per tenere lontani tarme e insetti.

Controindicazioni

Un dosaggio elevato risulta tossico. Controindicato in bambini e durante gravidanza e allattamento o in soggetti con disturbi epilettici.



cod. OS06 | 10ml | € 11,00

Olio essenziale di **Cannella**

L'olio essenziale di cannella è ricavato da Cinnamomum zeylanicum Blume, una pianta della famiglia delle Lauraceae. Conosciuto per le sue proprietà antisettiche e tonificanti, è utile contro diarrea, tosse e raffreddore.



Proprietà e benefici

Stimolante: se inalato, favorisce la creatività e l'ispirazione. Aiuta nei casi di depressione, solitudine e paura.

Antisettico: svolge un'azione antibatterica ad ampio spettro; utile in caso di infezioni intestinali, influenza, tosse e raffreddore.

Carminativo: qualche goccia, aggiunta in olio di mandorle, favorisce l'eliminazione e l'assorbimento dei gas intestinali e aiuta il processo digestivo, massaggiando l'addome.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente in cui si diffonde; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Soluzione per suffumigi: per combattere il raffreddore, bastano 8-10 gocce in una bacinella di acqua bollente, da inspirare pro-

fondamente dopo aver coperto il capo con un asciugamano.

Lozione per massaggi: aggiungere 20 gocce in 200 ml di olio di mandorle dolci e usare per massaggiare il ventre, 2-3 volte al giorno, in caso di digestione lenta e in presenza di gas intestinali e diarrea.

Controindicazioni

Inalato in dosi elevate può determinare uno stato convulsivo. Utilizzare con moderazione sulla pelle in quanto rubefacente (genera un forte riscaldamento della zona). Controindicato in gravidanza, allattamento e nei bambini.

cod. OS07 | 10ml | € 26,00

Olio essenziale di Cedro

L'olio essenziale di legno di cedro è ricavato dal Cedrus atlantica Manet., una pianta della famiglia delle Pinaceae. Conosciuto per le sue numerose proprietà, svolge un'azione repellente, allontanando gli insetti, ma anche un'azione anticaduta in caso di alopecia.

Proprietà e benefici

Rivitalizzante e rubefacente: agisce sulla radice del capello, stimola la ricrescita dei capelli, sollecitando la circolazione periferica.

Repellente: si usa spesso come profumo negli armadi contro tarme, tarli e altri parassiti; è ottimo per profumare gli ambienti.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: per ottenere un effetto calmante, versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente in cui si diffonde; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Lozione repellente: versare alcune gocce di olio essenziale su materiale assorbente e riporre negli armadi, per combattere in modo efficace le tarme.

Lozione per capelli: diluire 5 gocce di olio essenziale in 100ml di shampoo neutro per contrastare l'alopecia, la forfora e i capelli grassi.

Controindicazioni

L'essenza di legno di cedro è controindicata nei bambini, in gravidanza e durante l'allattamento.

cod. OS08 | 10ml | € 11,00

Olio essenziale di **Citronella**

L'olio essenziale di citronella è ricavato dalla Cymbopogon nardus, una pianta della famiglia delle Poaceae. Conosciuto per le sue numerose proprietà, svolge un'azione repellente contro zanzare e insetti e aiuta in caso di stress e mal di testa.

Proprietà e benefici

Stimolante: agisce sul sistema nervoso, generando calma, rilassamento e ottimismo. Utile in caso di mal di testa dovuto a tensione nervosa, stress, stanchezza psicofisica e sugli stati di deconcentrazione.

Antivirale: è un eccellente rimedio contro virus influenzali e parainfluenzali, febbre, infezioni polmonari, tosse e enterocoliti.

Repellente: diffuso negli ambienti, allontana zanzare e insetti. Versarne qualche goccia su un batuffolo di cotone da riporre in armadi e cassetti per allontanare le tarme e profumare gradevolmente gli indumenti.

Antispasmodico: rilassa la muscolatura, è perciò indicato in caso di spasmi, crampi addominali, colite diarroica e dolori muscolari.

Deodorante: svolge un'azione antisettica sui batteri, soprattutto quelli che provocano i cattivi odori. Diluendo 2 gocce nell'acqua del pediluvio è efficace contro l'eccessiva sudorazione.

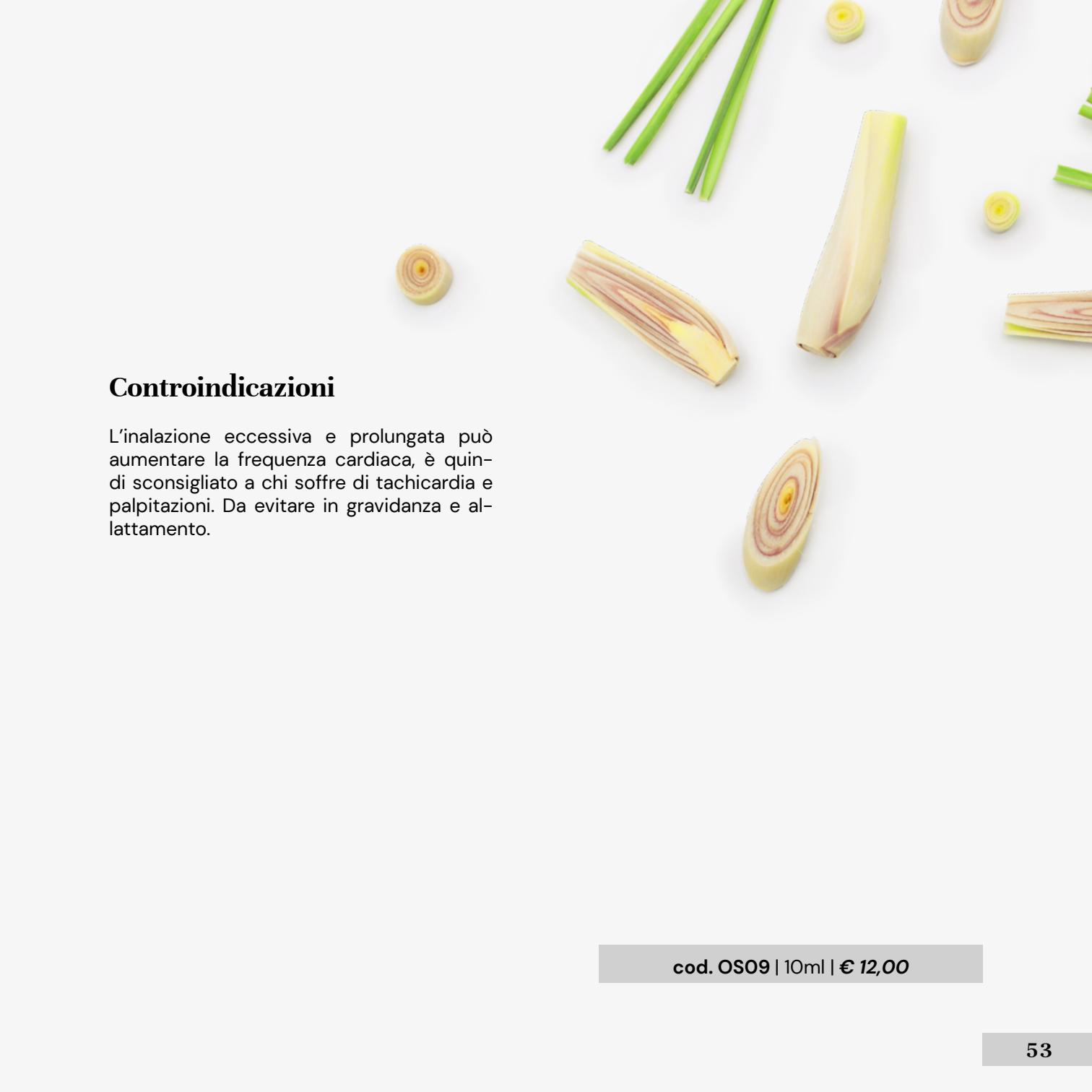
Purificante: aggiungendo qualche goccia allo shampoo, svolge un'azione purificante sul cuoio capelluto, in caso di capelli grassi e seborrea.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni. Allontana gli insetti.

Soluzione per bagno deodorante: aggiungere 12-15 gocce di olio essenziale all'acqua della vasca da bagno e immergersi per almeno un quarto d'ora. Particolarmente gradevole in caso di sudorazione eccessiva.

Lozione repellente: diluire 20 gocce di olio essenziale in 100 ml di crema idratante neutra, mescolare a lungo e accuratamente. Usare questa crema sulla pelle, durante le sere d'estate, per allontanare le zanzare.

The background of the page features a collection of sliced ginger and green onions. The ginger slices are cut into various shapes, including thin rounds and thicker wedges, revealing their characteristic concentric ring pattern. The green onions are cut into long, thin segments. The ingredients are scattered across the white background, with some pieces appearing more prominent than others.

Controindicazioni

L'inalazione eccessiva e prolungata può aumentare la frequenza cardiaca, è quindi sconsigliato a chi soffre di tachicardia e palpitazioni. Da evitare in gravidanza e allattamento.

cod. OS09 | 10ml | € 12,00

Olio essenziale di **Eucalipto**

L'olio essenziale di eucalipto è ricavato dalla Eucalyptus globulus, una pianta della famiglia delle Myrtaceae. Conosciuto per le sue numerose proprietà, è utile in caso di raffreddore, mal di testa, cistite e sinusite.

Proprietà e benefici

Stimolante: se inalato, aiuta la concentrazione nei momenti di disordine e di torpore. Favorisce l'apprendimento e il desiderio di evolversi nelle persone pigre e svogliate.

Purificante: se diffuso negli ambienti, contrasta la propagazione di agenti biologici infettivi, come i virus influenzali e parainfluenzali. Preserva la salute e favorisce la guarigione.

Decongestionante: sfiamma e calma l'irritazione delle mucose nasali, fluidifica il catarro, sul quale svolge un'azione espettorante, facilita l'espulsione del muco. In aromaterapia, è utilizzato per le inalazioni contro raffreddore, mal di testa causato da sinusite, rinite e tosse.

Antisetico: svolge un'azione antibatterica contro le affezioni delle vie urogenitali, in caso di cistite, leucorrea e candidosi, per le quali è consigliato anche per l'effetto deodorante.

Tonificante: in caso insufficienza circolatoria, diluito in olio di mandorle e massaggiato sugli arti inferiori, è un vero toccasana per

piedi, caviglie e gambe stanche o gonfie; riattiva la circolazione e rinfresca, perciò è consigliato soprattutto durante la stagione estiva.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Lozione per massaggi: versare 20 gocce in 200 ml di olio di mandorle dolci, massaggiare le gambe partendo dalle caviglie verso l'alto per sfruttare l'azione defaticante e rinfrescante; in caso di sinusite e mal di testa, invece, applicare qualche goccia sulla fronte.



Controindicazioni

Se ne sconsiglia l'assunzione a persone soggette a disturbi gastrici, ai bambini, in gravidanza e allattamento. L'uso esterno, ad alti dosaggi, può provocare cefalea e, in alcuni casi, crisi convulsive.

cod. OS10 | 10ml | € 10,00

Olio essenziale di Geranio

L'olio essenziale di geranio è ricavato dalla Pelargonium graveolens, una pianta della famiglia delle Geraniaceae. Conosciuto per le sue numerose proprietà, svolge un'azione cicatrizzante, tonificante e antinfiammatoria. Stimola, inoltre, l'intuito e la motivazione.

Proprietà e benefici

Riequilibrante: è usato in aromaterapia per incrementare l'immaginazione e l'intuito, così da riuscire a trovare soluzioni in situazioni difficili. Adatto alle persone che non sanno cosa desiderano, stimola in loro la motivazione. Attira a noi tutto ciò che è positivo.

Astringente: in impacchi, con qualche goccia di essenza, si dimostra particolarmente efficace sulle zone colpite da acne e foruncoli.

Antinfiammatorio: usato per gargarismi e sciacqui, è consigliato nel trattamento delle congestioni a carico delle mucose del cavo orale, per cui è utile in caso di mal di gola, faringite e gengiviti.

Antispasmodico: rilassa le contrazioni uterine dovute all'ovulazione e ai dolori mestruali; aiuta ad alleviare i disagi della menopausa e della sindrome premestruale, le nevralgie e il mal di testa.

Tonificante: indicato nei massaggi per riattivare la circolazione sanguigna, per contrastare la cellulite e nel trattamento, pre-

venzione o normalizzazione dei disturbi che traggono origine da un malfunzionamento del sistema circolatorio, come fragilità capillare.

Cicatrizzante: favorisce la guarigione di piaghe, tagli, scottature ed eritemi solari.

Insettifugo: allontana le zanzare.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni. Utile per allontanare le zanzare.

Soluzione per gargarismi: versare 6 gocce di olio essenziale in un bicchiere d'acqua a temperatura ambiente, per combattere le infiammazioni della bocca e il mal di gola.

Maschera purificante: immergere delle garze sterili in una miscela di 8 gocce di olio essenziale aggiunte a 200 ml di acqua fredda e applicare sulle zone interessate, per combattere acne e foruncoli.

Controindicazioni

Controindicato in gravidanza e allattamento, nei bambini al di sotto dei 5 anni di età. Usare con moderazione, come tutti gli oli essenziali, e diluire sempre in un olio vettore.



cod. OS11 | 10ml | € 20,00

Olio essenziale di **Lauro**

L'olio essenziale di alloro è ricavato dalla Laurus nobilis, una pianta della famiglia delle Lauraceae. Conosciuto per le sue proprietà digestive e riequilibranti, è utile contro stress e ansia.

Proprietà e benefici

Stimolante: se inalato, attiva l'energia dolcemente, rafforza la capacità di concentrazione e la memoria; sviluppa la creatività; placa le paure e l'ansia da esame. Utile in caso di esaurimento, stanchezza e stress.

Riequilibrante: ripristina l'equilibrio sebaceo nelle dermatiti che spesso sono causa di acne e infiammazioni. Rinforza i capelli e ne contrasta la caduta; se frizionato con regolarità e costanza sul cuoio capelluto, stimola la microcircolazione, favorendo l'ossigenazione e il nutrimento dei tessuti, contrastando l'alopecia.

Digestivo: utile in presenza di spasmi, intestino irritabile, elimina i gas che provocano meteorismo e flatulenze.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni. Aiuta a eliminare gli insetti e a purificare l'aria.

Lozione per massaggi: diluire al 4-6% in 100 ml di olio di mandorle dolci e frizionare in caso di dolori e strappi muscolari.

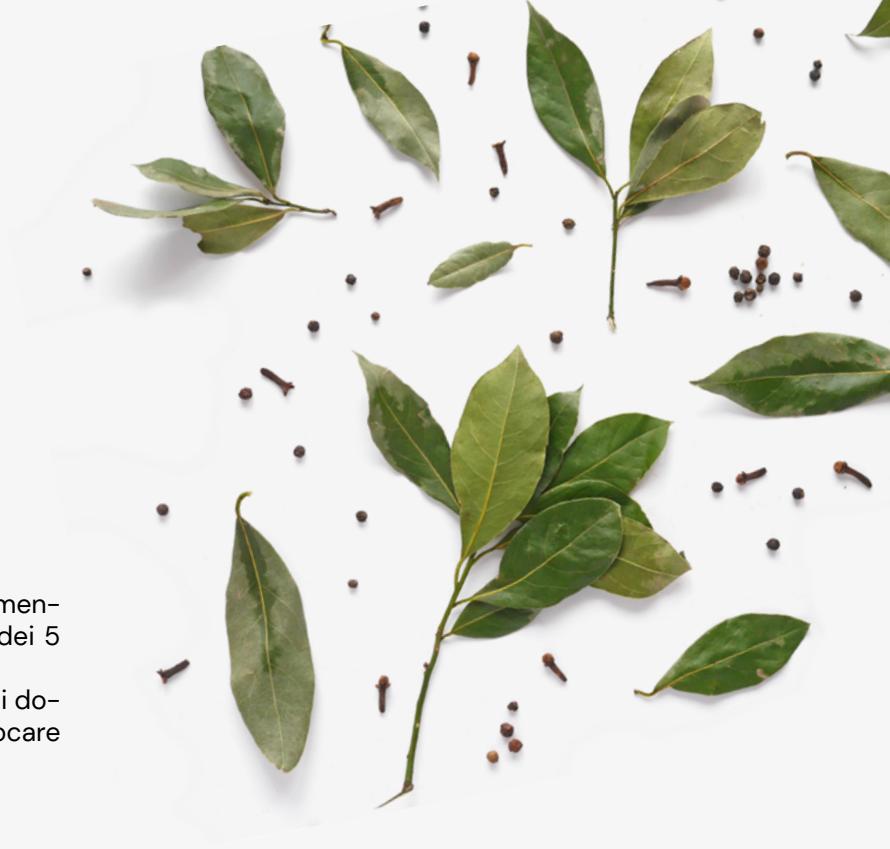
Lozione per capelli: diluire al 5-10% in acqua, come trattamento per bloccare l'alopecia e per purificare il cuoio capelluto.

Maschera purificante (per pelli acneiche): aggiungere 5 gocce di olio essenziale a una soluzione di argilla verde (1 cucchiaino), acqua calda e 2 gocce di olio essenziale di rosmarino; applicare la maschera sul viso umido, lasciare agire 10 minuti e risciacquare.

Controindicazioni

Controindicato in gravidanza e allattamento. Non usare nei bambini al di sotto dei 5 anni di età.

Non superare le dosi consigliate: ad alti dosaggi può risultare narcotico o provocare dermatiti.



cod. OS12 | 10ml | € 20,00

Olio essenziale di **Lavanda**



L'olio essenziale di lavanda è ricavato dalla Lavandula angustifolia, una pianta della famiglia delle Labiate. Conosciuto per le sue innumerevoli proprietà, è utile in caso di insonnia, dolori mestruali e cistite.

Proprietà e benefici

Riequilibrante e calmante: agisce sul sistema nervoso centrale, essendo tonico e sedativo; riduce ansia, agitazione e nervosismo, allevia il mal di testa e i disturbi da stress; aiuta in caso di insonnia.

Antidolorifico: calma dolori e spasmi addominali; può dare beneficio in caso di dolori mestruali (è da evitare in caso di mestruazioni abbondanti). Allevia i dolori causati da strappi muscolari e reumatismi.

Antisetico e antivirale: se diluito nel detersivo intimo o in lavande interne, contrasta le affezioni del sistema genito-urinario; combatte la sindrome da raffreddamento.

Cicatrizzante: lenisce ustioni, ferite e piaghe, apporta sollievo in presenza di punture d'insetti, eritemi solari, irritazioni causate da medusa.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente;

utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni. Purifica l'aria, allevia mal di testa, tensione nervosa, stress e insonnia.

Soluzione per bagno tonificante: aggiungere 10 gocce all'acqua della vasca da bagno, emulsionare e immergersi per 10 minuti per decongestionare il sistema muscolare o per alleviare dolori reumatici e articolari.

Lozione per massaggi: aggiungere 1-2 gocce all'olio di jojoba o di mandorle dolci e massaggiare nuca, petto o addome, in caso di coliche, irritabilità, sindrome da raffreddamento o agitazione notturna (oppure applicare qualche goccia al cuscino).

Controindicazioni

Non superare le dosi consigliate.

cod. OS13 | 10ml | € 17,00

Olio essenziale di **Lavandino**

L'olio essenziale di lavandino viene ricavato dalle infiorescenze di una specie ibrida (Lavandula Hybrida), ottenuta incrociando la lavanda vera (Lavandula angustifolia) e la lavanda spigo (Lavandula latifolia), sottoposte al trattamento di distillazione a vapore. In aromaterapia, la lavanda viene spesso impiegata come rilassante, per calmare lo spirito e conciliare il sonno.

Proprietà e benefici

Antisettico e balsamico: utile sulle ferite, aiuta la cicatrizzazione, contrasta le micosi, utile contro tosse e bronchite.

Decontratturante: agisce contro dolori articolari e muscolari, tensione e crampi muscolari.

Calmante: previene e lenisce le scottature, le punture di insetti; se inalato, agisce contro vertigini e svenimenti.

Purificante: combatte la seborrea.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Lozione per massaggi: applicare 1-2 gocce sulle tempie per alleviare le tensioni nervose; aggiungere qualche goccia a oli o creme corpo per un effetto idratante e tonificante;

Soluzione detergente: aggiungere 3-4 gocce di olio essenziale in bagnodoccia o bagnoschiuma per ottenere un effetto rinfrescante.

Soluzione detergente antisettica: allontana le tarme, adatta alle superfici domestiche, si può aggiungere anche all'acqua dell'ultimo risciacquo in lavatrice (4-5 gocce).

Controindicazioni

Non tossico, non irritante, non sensibilizzante. Si può impiegare anche puro. Assumere con cautela se si utilizzano preparati a base di ferro e iodio. Attenzione: spesso la Lavandula Hybrida viene etichettata come LAVANDA, ma si tratta di due piante ben diverse.

Olio essenziale di **Limone**

L'olio essenziale di limone è ricavato dai frutti di Citrus limonum, una pianta della famiglia delle Rutaceae. Conosciuto per le sue numerose proprietà, è utile per combattere cellulite, acne e disturbi di ansia e nervosismo.

Proprietà e benefici

Calmante: se inalato, agisce sulla psiche e sul sistema nervoso, aiuta in caso di disturbi d'ansia e nervosismo, che provocano mal di testa o insonnia e migliora la memoria.

Antisetico: molto utile fin dalla prima comparsa dei sintomi influenzali, come febbre, raffreddore, tosse e mal di gola.

Antibiotico ed emostatico: utile a contrastare infezioni in caso di ferite, infezione dei tessuti, stomatiti, afte, herpes labiale e gengive infiammate.

Tonificante: agisce sul sistema circolatorio, stimolando la circolazione linfatica e venosa, rafforza i vasi sanguigni e fluidifica il sangue. Contrasta i disturbi dovuti a cattiva circolazione, come gambe pesanti, edemi, cellulite, vene varicose, fragilità capillare e geloni.

Purificante: qualche goccia nella preparazione di maschere all'argilla, combatte acne, pelle grassa e impura. L'essenza di limone possiede, inoltre, proprietà schiarenti, promuove la formazione di nuove cellule dell'epidermide, combatte i processi

d'invecchiamento cellulare, favorendone, al contempo, la cicatrizzazione. Per questa ragione è indicato per pelli che presentano macchie solari o senili, rughe e smagliature. Inoltre, è un ottimo rinforzante per le unghie deboli o sottili.

Antinfiammatorio: utile in caso di artrite e reumatismi.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: per purificare l'aria, versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Lozione per massaggi: aggiungere 15 gocce di olio essenziale a 250 ml di olio di mandorle dolci, massaggiare le gambe dalle caviglie al bacino in caso di cellulite, fragilità capillare o vene varicose.

Controindicazioni

È atossico, ma può provocare irritazioni della cute o indurre reazioni di sensibilizzazione in soggetti particolarmente predisposti. È fototossico, non va quindi usato sulla pelle per abbronzarsi, prima dell'esposizione diretta al sole o a lampade abbronzanti.

cod. OS15 | 10ml | € 10,00

Olio essenziale di **Maggiorana**

*L'olio essenziale di maggiorana è ricavato dalle foglie di *Origanum majorana*, una pianta della famiglia delle Labiate. Conosciuto per le sue numerose proprietà, svolge un'azione balsamica e antidolorifica ed è utile contro crampi, insonnia, tosse e raffreddore. È indicato in qualsiasi caso di instabilità psichica, grazie alla sua proprietà riequilibrante del sistema neurovegetativo.*



Proprietà e benefici

Balsamico ed espettorante: in caso di raffreddore e tosse, libera le vie aeree e scioglie i muco.

Antidolorifico: combatte i crampi addominali e i disturbi reumatici.

Sedativo e rilassante: combatte l'insonnia e riequilibra il sistema neurovegetativo.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: aggiungere poche gocce di olio essenziale nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni per purificare l'aria.

Lozione per massaggi: applicarne una piccola quantità al centro della fronte e massaggiare per ottenere un effetto rilassante e aumentare la concentrazione; contro i reumatismi, massaggiare la zona interessata versando da 10 a 20 gocce di olio essenziale in 100 ml di alcool.

Soluzione per bagno tonificante: versare 10 gocce di olio essenziale nell'acqua della vasca da bagno e massaggiare la muscolatura dolente.

Controindicazioni

Sconsigliato in gravidanza e allattamento. Non utilizzare in dosi elevate.

cod. OS16 | 10ml | € 20,00

Olio essenziale di **Mandarino**



L'olio essenziale di mandarino è ricavato dal Citrus reticulata, una pianta della famiglia delle Rutacee, noto per le sue proprietà depurative, antispasmodiche, rilassanti e sedative. È un eccezionale antisettico e uno stimolante naturale del sistema digestivo, circolatorio e linfatico.

Uso e consigli pratici

Tonificante: combatte la comparsa di smagliature e di cicatrici.

Astringente e seboregolatore: adatto a pelli impure, non intacca il pH naturale della pelle; può essere utilizzato contro acne, brufoli e su pelle grassa e oleosa.

Rilassante: combatte i sintomi dovuti a stress e ansia, come mal di testa, emicrania e palpitazioni. Contrasta disturbi del sonno e stati di agitazione costanti.

Proprietà e benefici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Maschera purificante (per pelli grasse): aggiungere 5 gocce a 50 ml di crema idratante. Applicare due volte al giorno.

Lozione per massaggi: versare 7 gocce in 20 ml di olio di mandorle, aggiungendo 5 gocce di olio essenziale di cipresso per contrastare cellulite e ritenzione idrica (drenante); aggiungere 2 gocce di olio essenziale a un cucchiaino di olio di mandorle dolci e applicare massaggiando sulla zona addominale per combattere la stitichezza.

Controindicazioni

Evitare l'uso prolungato. Non va utilizzato per l'abbronzatura, poiché fotosensibilizzante, come tutti gli oli essenziali estratti dagli agrumi (rende la pelle sensibile e più soggetta a screpolature o scottature, anche gravi). È assolutamente sconsigliata l'assunzione per via orale in tutti i bambini al di sotto dei 5 anni. Controindicato in gravidanza, durante l'allattamento e in pazienti con insufficienza epatica e renale.

cod. OS17 | 10ml | € 11,00

Olio essenziale di **Menta arvensis**

L'olio essenziale di menta campestre arvensis si ricava dalla pianta Mentha arvensis, una pianta della famiglia delle Labiate, raccolta nel periodo della fioritura e distillata in corrente di vapore. Ha un profumo fresco, mentolato, erbaceo, con tonalità dolce-balsamica. L'olio essenziale di menta arvensis, o menta campestre, stimola il sistema nervoso.



Proprietà e benefici

Rigenerante: favorisce la concentrazione e aiuta in caso di insonnia e affaticamento.

Disinfettante, antisettico e antinfiammatorio.

Antiemetico: se inalato, aiuta a diminuire il disagio di nausea e vomito grazie alle sue proprietà calmanti; utile a contrastare il mal d'auto.

Astringente: utile nel trattamento di acne, pelle congestionata, eczemi e dermatosi.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: per purificare l'aria, versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Soluzione calmante (chinetosi): contro il mal d'auto e mal di mare, applicare alcune gocce di olio essenziale su un batuffolo di ovatta e annusarlo di tanto in tanto, durante il viaggio.

Maschera purificante (per pelle acneica): versare 5 gocce di olio essenziale in una mi-

scela di argilla verde (un cucchiaino), un po' di acqua calda e 2 gocce di olio essenziale di rosmarino. Applicare la maschera sul viso umido e lasciare agire 10 minuti. Risciacquare.

Controindicazioni

Non usare in gravidanza, durante l'allattamento e nei bambini sotto i 5 anni. Irrita le mucose e va diluito prima dell'uso. Non applicare su vaste zone cutanee, per evitare l'effetto "ghiaccio". Non utilizzare durante i trattamenti omeopatici, poiché la menta può neutralizzarne gli effetti.

cod. OS18 | 10ml | € 15,00

Olio essenziale di **Menta piperita**



L'olio essenziale di menta è ricavato dalla Mentha piperita, una pianta della famiglia delle Lamiaceae. Conosciuto per le sue proprietà digestive, antistress e antibatteriche, è utile in presenza di alitosi, nausea e colite.

Proprietà e benefici

Antistress: se inalato, ha un effetto rinfrescante e rigenerante sulla psiche.

Tonificante: svolge un'azione tonificante, utile in caso di affaticamento psico-fisico e problemi di tipo neurovegetativo, dovuti a stati di stress, come ansia, insonnia e depressione.

Antibatterico: neutralizza diversi ceppi batterici, responsabili di tifo e tubercolosi, come stafilococco e proteus vulgaris, causa di infezioni urinarie.

Antisetico: svolge un'azione antisetica e antipiretica, alleviando i sintomi di malattie da raffreddamento e influenza, febbre, stomatiti e afte.

Antiemetico: se inalato, le sue proprietà calmanti aiutano a diminuire il disagio di nausea e vomito; utile a contrastare il mal d'auto.

Antinfiammatorio e antipruriginoso: utile nel trattamento di foruncoli, tigna, scabbia e dermatosi. Utile anche contro le punture di insetto.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni. Rigenera e purifica l'aria.

Lozione per massaggi: versare 2 gocce di olio essenziale in un cucchiaino di olio di mandorle dolci e massaggiare l'area interessata da crampi insistenti, cattiva digestione o sulle tempie in caso di mal di testa.

Soluzione calmante (chinetosi): contro mal d'auto e mal di mare, applicare alcune gocce di olio essenziale su un batuffolo di ovatta e annusarlo di tanto in tanto, durante il viaggio.

Controindicazioni

Non applicare l'olio essenziale allo stato puro sulla pelle, ma applicarlo sempre con un olio vettore. Non adatto a bambini di età inferiore ai 12 anni. Evitare il contatto con gli occhi. Altamente irritante per le mucose. Non superare le dosi consigliate.

cod. OS19 | 10ml | € 20,00

Olio essenziale di **Noce moscata**

L'olio essenziale di noce moscata è ricavato dal seme di Myristica fragrans, una pianta della famiglia delle Myristicaceae. Possiede proprietà antireumatiche e antibatteriche; è utile anche all'apparato gastrointestinale e al sistema nervoso.

Proprietà e benefici

Antiossidante: ricco di sali minerali come rame, potassio, zinco, ferro, calcio e di vitamine del gruppo B, vitamina A e C, svolge un'azione tonificante sulla pelle e sulla muscolatura.

Antireumatico: agisce sulle articolazioni, lenisce i dolori reumatici di stagione grazie alla sua azione riscaldante. Efficace anche per sciogliere e detossinare la muscolatura irrigidita.

Antidolorifico: grazie alla presenza di eugenolo, allevia il mal di denti.

Carminativo: agisce sull'apparato gastrointestinale, contrastando i disturbi da cattiva digestione e flatulenza.

Disinfettante: combatte le infezioni intestinali e i conseguenti disturbi, quali disbiosi e diarrea.

Calmante: agisce sul sistema nervoso centrale, in presenza di stati ansiosi, stress e sbalzi d'umore.

Rilassante: rilassa la muscolatura in tensione.

Uso e consigli pratici

Lozione per capelli: mischiare 5 gocce di olio essenziale con un cucchiaino di argilla verde, un po' di acqua calda e aggiungere 2 gocce di olio essenziale di rosmarino. Applicare sui capelli umidi e lasciare agire per 10 minuti. Risciacquare.

Lozione per massaggi: in caso di reumatismi, applicare una miscela di 3 gocce di olio essenziale e un cucchiaino di olio di mandorle dolci o cocco massaggiando la zona interessata.

Antireumatico: massaggio localizzato con un cucchiaino di olio (mandorle dolci o cocco) in cui sono sciolte 3 gocce di olio essenziale di noce moscata.

Soluzione per bagno rilassante: versare 10 gocce di olio essenziale nell'acqua calda della vasca da bagno.

Controindicazioni

Va sempre diluito e non deve essere usato puro sulla pelle. Se utilizzato in dosi eccessive può originare effetti tossici. Sconsigliato in gravidanza, durante l'allattamento e nei bambini al di sotto dei 5 anni.



cod. OS20 | 10ml | € 17,00

Olio essenziale di **Origano**



*L'olio essenziale di origano deriva dall'*Origanum vulgare*, una pianta della famiglia delle Lamiaceae, dalle proprietà antinfiammatorie, antivirali e antisettiche; utile contro asma, dermatite, cellulite e mal di denti.*

Proprietà e benefici

Antisettico: attivo contro tutte le forme virali. Utile anche ad alleviare i sintomi da asma e bronchite cronica.

Stomachico: aiuta il processo della digestione, quando questa risulta difficoltosa, favorendo la secrezione di succhi gastrici, combattendo anche meteorismo e flatulenza.

Cicatrizzante e germicida: utile nel trattamento di dermatosi, micosi e psoriasi.

Analgesico: utile ad alleviare il dolore causato dal mal di denti.

Uso e consigli pratici

Lozione balsamica: miscelare 30 ml di olio vegetale con 2-3 gocce di olio essenziale.

Soluzione detergente antisettica: aggiungere quotidianamente una goccia di olio essenziale al dentifricio, aiuta prevenire e contrastare le infezioni batteriche del cavo orale.

Soluzione per gargarismi: aggiungere 2 gocce di olio essenziale a un bicchiere di acqua depurata; utile ad alleviare il dolore causato da gengiviti e mal di denti.

Lozione per massaggi: efficace contro i disturbi digestivi, applicare e massaggiare l'addome con una miscela di 30 ml di un olio vegetale e di 2-3 gocce di olio essenziale; per contrastare la cellulite, invece, stimolando la circolazione linfatica, applicare e massaggiare le zone interessate con una miscela di olio vegetale e qualche goccia di olio essenziale; contro artrite, reumatismi e tunnel carpale, massaggiare regolarmente la zona interessata con una miscela di olio vettore e 2-3 gocce di olio essenziale.

Controindicazioni

Controindicato in casi di allergia a origano, salvia, menta, basilico o timo. Sconsigliato l'utilizzo nei bambini, in gravidanza e durante la fase di allattamento.

cod. OS21 | 10ml | € 17,00

Olio essenziale di **Patchouly**



L'olio essenziale di patchouly è ricavato dal Pogostemon cablin, una pianta della famiglia delle Lamiaceae. Conosciuto per le sue numerose proprietà, svolge un'azione afrodisiaca, cicatrizzante e armonizzante. Utile contro depressione, rughe e candidosi.

Proprietà e benefici

Armonizzante: il suo profumo evoca il rifugio dei boschi, suscitando, in chi lo inala, il sentimento di intimità con sé stesso.

Tonico e stimolante: utile in caso di depressione e di torpore mentale; in caso di ansia e stress, risulta calmante e rilassante.

Afrodisiaco: aumenta concentrazione ed energie.

Antinfiammatorio: allevia i sintomi del mal di testa da stress, agendo sul sistema circolatorio.

Antifungino: indicato contro le infezioni fungine cutanee e delle mucose; utile contro candidosi e micosi.

Cicatrizzante: svolge un'azione riparatrice a livello cutaneo, contrastando la formazione di smagliature e rughe, in caso di pelle secca, stanca e invecchiata o affetta da dermatite, acne, screpolature e bruciate.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Lozione per massaggi: versare 30 gocce di olio essenziale in 200 ml di olio di mandorle dolci; applicare e far assorbire la lozione con un leggero massaggio sulle zone affette da cellulite e ritenzione idrica.

Soluzione per bagno rilassante: aggiungere 10 gocce all'acqua della vasca e immergersi per 10 minuti, aiuta a combattere gli stati d'ansia e lo stress.

Controindicazioni

Controindicato in gravidanza e allattamento. Non superare le dosi consigliate. Non utilizzare nei bambini al di sotto dei 5 anni.

Olio essenziale di **Pino silvestre**

L'olio essenziale di pino è ricavato dalla Pinus silvestris, una pianta della famiglia delle Pinaceae. Conosciuto per le sue numerose proprietà, svolge un'azione tonificante, espettorante e antisettica; utile anche contro stress, asma e cistite.

Proprietà e benefici

Tonificante:

indicato nei casi di ipotensione e insufficienza cardiaca, viene anche utilizzato per alleviare il senso di stanchezza nelle persone affaticate o sotto stress, in presenza di disturbi del sonno o di esaurimento nervoso.

Espettorante:

se inalato, fluidifica il catarro, facilitandone l'eliminazione. Utilizzato per alleviare i sintomi di raffreddore, sinusite, influenza, tosse, laringite, bronchiti acute e croniche, sindromi influenzali e asma.

Antisettico:

agisce come antinfiammatorio delle vie urogenitali, dimostrandosi efficace contro prostatite, uretrite, cistite e leucorrea.

Diuretico:

apporta giovamento in presenza di gotta e reumatismi.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale:

versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Soluzione per suffumigi:

per combattere tosse e influenza, bastano 15 gocce in una bacinella di acqua bollente, da inspirare profondamente dopo aver coperto il capo con un asciugamano.

Soluzione per detergenza intima:

nei casi di cistite, uretrite e prostatite, aggiungere 3 gocce di olio essenziale al detergente intimo.

Controindicazioni

Controindicato in gravidanza, in dosi elevate può irritare le mucose. Utilizzato ad alta concentrazione, può dare luogo ad effetti di sensibilizzazione. Si sconsiglia l'uso esterno in presenza di irritazioni cutanee.



cod. OS23 | 10ml | € 20,00

Olio essenziale di **Rosmarino**

L'olio essenziale di rosmarino è ricavato da Rosmarinus officinalis, una pianta della famiglia delle Labiate. Conosciuto per le sue proprietà stimolanti e depuratrici, è utile come cardiotonico e anticellulite.

Proprietà e benefici

Stimolante: se inalato, agisce sul sistema nervoso centrale, donando energia, favorendo la concentrazione e migliorando la memoria.

Cardiotonico: indicato in caso di astenia, pressione bassa, debolezza e stanchezza.

Anticellulite: viene impiegato come ingrediente nei prodotti cosmetici e nei fanghi contro la cellulite o l'adiposità localizzata, in virtù dell'azione lipolitica (scioglie i grassi).

Antinfiammatorio: diluito in olio di mandorle dolci, attenua i dolori articolari e muscolari, scioglie l'acido urico e i cristalli che induriscono i tessuti epidermici, che formano edemi, gonfiori e ritenzione idrica.

Astringente e purificante: è utile nella cura dell'acne e delle macchie scure cutanee. Per questo viene impiegato anche in lozioni e shampoo per capelli grassi, contro la forfora e per contrastarne la caduta, in quanto stimola la circolazione.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni. Rinfresca e deodora l'ambiente. Favorisce la concentrazione.

Lozione anticellulite: diluire 5-10 gocce in 100 ml di olio di mandorle dolci e frizionare; utile in caso di cellulite, ritenzione idrica, cattiva circolazione e grasso localizzato su cosce e glutei.

Soluzione per bagno tonificante: diluire 10-15 gocce d'essenza nell'acqua della vasca; aiuta a ritrovare la calma, a neutralizzare la tensione e a combattere reumatismi e dolori muscolari da stress, artrite, contusioni e sciatica.

Lozione per capelli: versare 2 gocce in uno shampoo neutro e procedere con il lavaggio. Indicato per capelli deboli, fragili, grassi e con forfora e alopecia. Dopo il lavaggio, applicare poche gocce sul cuoio capelluto e massaggiare.

Controindicazioni

Va sempre diluito; se ne sconsiglia un utilizzo per lunghi periodi. In dosi elevate può risultare tossico. Controindicato in gravidanza, nei soggetti epilettici e nei bambini al di sotto dei 5 anni.



cod. OS24 | 10ml | € 18,00

Olio essenziale di **Salvia sclarea**

L'olio essenziale di salvia è ricavato da Salvia sclarea, una pianta della famiglia delle Labiate. Svolge un'azione rilassante, depurativa e cicatrizzante, utile contro asma, dolori mestruali e alopecia.

Proprietà e benefici

Rilassante: se inalato, induce calma e serenità, aiutando a combattere stress, nervosismo, angoscia e paure; aiuta ad affrontare crisi di mezza età, menopausa e depressione.

Riequilibrante: diluito in olio di mandorle dolci e utilizzato per massaggiare il corpo, è utile contro i ristagni linfatici, la cellulite, la sindrome premestruale, le vampate dovute alla menopausa, i dolori mestruali, l'amenorrea o le mestruazioni abbondanti e l'alopecia dovuta a squilibri ormonali.

Deodorante: interviene sia sulla secrezione eccessiva di sudore di mani, ascelle e piedi (iperidrosi), sia come antibatterico sui microrganismi che producono i cattivi odori.

Cicatrizzante: sulla pelle, svolge un'azione antinfiammatoria, antimicrobica e ripara il tessuto cutaneo. È indicato in caso di afte, dermatiti, piaghe, punture d'insetto, ulcere della pelle, acne e infezioni fungine, come micosi e candidosi.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Soluzione per bagno rilassante: aggiungere 8 gocce di olio essenziale all'acqua della vasca ed emulsionare agitando forte l'acqua. Restare immersi per almeno un quarto d'ora. Ripetere quotidianamente, anche due volte al giorno. Utile a contrastare anche le irritazioni urogenitali.

Soluzione per gargarismi: diluire 5 gocce di olio essenziale in un bicchiere d'acqua tiepida. Effettuare sciacqui prolungati, almeno due volte al giorno, per combattere afte, gengive deboli e sanguinanti, stomatiti e laringiti.

Lozione per capelli: diluita al 5-10% in acqua, è utile a combattere l'alopecia e a purificare il cuoio capelluto.



Controindicazioni

Se assunto in dosi elevate, causa sonnolenza, paralisi e convulsioni. Controindicato in gravidanza e allattamento. Se ne sconsiglia l'uso in concomitanza con medicinali o sostanze a base di ferro. Non associare all'assunzione di bevande alcoliche.

cod. OS25 | 10ml | € 22,00

Olio essenziale di **Sandalo amyris**

L'olio essenziale di sandalo è ricavato da Amyris balsimifera, una pianta della famiglia delle Rutacee. Conosciuto per le sue numerose proprietà, svolge un'azione armonizzante, afrodisiaca e antisettica, utile contro diarrea, depressione e acne.

Uso e consigli pratici

Armonizzante: l'olio essenziale di sandalo riequilibra tutto il sistema energetico dei chakra, calmando e facilitando lo sviluppo spirituale. La sua peculiarità sta nel suo effetto calmante.

Antistress: calma l'aggressività, l'agitazione e la paura; indicato in caso d'insonnia.

Antisettico: agisce contro infezioni delle vie urinarie e respiratorie, utile quindi in caso di cistiti, mal di gola e laringite; a livello cutaneo, cura e previene l'acne e le irritazioni della bocca.

Espettorante: risulta efficace contro tosse e raffreddore.

Proprietà e benefici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Soluzione per suffumigi: per combattere tosse e influenza, bastano 10 gocce in una bacinella di acqua bollente, da inspirare profondamente dopo aver coperto il capo con un asciugamano.

Soluzione per bagno rilassante: aggiungere 12-15 gocce di olio essenziale all'acqua della vasca ed emulsionare agitando forte l'acqua. Restare immersi per almeno un quarto d'ora. Ripetere quotidianamente, anche due volte al giorno.

Soluzione purificante lenitiva: diluire 10 gocce di olio essenziale in 200 ml di acqua distillata o bollita e fatta raffreddare; immergere nella soluzione delle garze da applicare alla zona del viso interessata da acne. Effettuare per un quarto d'ora, massimo venti minuti. Applicare una volta al giorno, fino a quando sarà necessario.



Controindicazioni

Non utilizzare in caso di patologie renali gravi e per periodi non superiori alle 6 settimane. Controindicato in soggetti con problemi di pressione, in gravidanza e durante l'allattamento.

cod. OS26 | 10ml | € 18,00

Olio essenziale di Tea Tree

L'olio essenziale di tea tree o tea tree oil è ricavato dalla Melaleuca alternifolia, una pianta della famiglia delle Mirtacee. Conosciuto per le sue numerose proprietà, è utile in caso di funghi, micosi, mal di gola, febbre, gengiviti e afte.

Proprietà e benefici

Antibiotico naturale: in virtù dell'azione antibatterica (contro cistiti e candidosi), antivirale (contro herpes) e antifungina ad ampio spettro (contro funghi della pelle e micosi delle unghie).

Mucolitico: indicato in caso di infezioni delle vie respiratorie, combatte le sindromi influenzali, caratterizzate dalla presenza di muco e catarro; se inalato, svolge un'azione fluidificante ed espettorante agendo sul naso chiuso e sulle secrezioni bronchiali.

Antiparassitario: indicato contro i pidocchi in adulti e bambini e contro i parassiti negli animali.

Lenitivo: indicato in caso di eritemi solari e irritazioni da pannolino, prurito, infiammazioni cutanee, dermatiti, lievi ustioni e punture di insetti.

Dermopurificante: indicato per le pelli miste, tendenti al grasso.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni. Indicato per purificare gli ambienti dai virus influenzali.

Lozione lenitiva: versare 1 goccia in un po' di gel di Aloe vera; indicato in caso di infiammazioni e infezioni del cavo orale, gengiviti, ascessi e afte; mescolare 50 g di burro di karité con 15 gocce di olio essenziale per creare, invece, una lozione adatta a lenire le labbra screpolate e spaccate a causa del freddo o con herpes labiale.

Soluzione detergente antisettica: in caso di funghi della pelle, versare 2 gocce in un po' di bagnoschiuma neutro e procedere con il normale lavaggio; versare 1 goccia sul dentifricio, per potenziarne l'azione antiplacca; versare 2 gocce nel detergente intimo, contro le infiammazioni e le infezioni delle vie urogenitali; versare 2 gocce nello shampoo per combattere pidocchi e capelli grassi.



Lozione balsamica: indicato in caso di tosse e raffreddore, mescolare 50 g di burro di karité con 15 gocce di olio essenziale.

Controindicazioni

Generalmente atossico. Controindicato in gravidanza, durante l'allattamento e in soggetti con insufficienza epatica e renale. Assolutamente sconsigliato l'uso per via orale nei bambini al di sotto dei 5 anni.

cod. OS27 | 10ml | € 14,00

Olio essenziale di **Ylang Ylang**

L'olio essenziale di Ylang Ylang è ricavato da Cananga odorata, una pianta della famiglia delle Annonaceae. Conosciuto per le sue numerose proprietà, svolge un'azione calmante, ipotensiva e afrodisiaca, utile anche come tonico e astringente.

Proprietà e benefici

Calmante: se inalato, svolge un'azione rilassante sul sistema nervoso centrale, attenua disturbi come ansia, depressione, irritabilità, nervosismo e insonnia. Crea armonia in caso di contrasti, collera, rancore e frustrazione, favorisce la comprensione e il perdono, dissolve le delusioni e le offese, ripristina il desiderio di amare.

Ipotensivo: favorisce l'abbassamento della pressione arteriosa e l'attenuazione di disturbi da stress del sistema cardio-circolatorio, come palpitazioni e tachicardia.

Afrodisiaco: utile per risvegliare i sensi, in caso di frigidità e impotenza; aiuta a lasciarsi andare; allontana il dubbio, le insicurezze e i sentimenti bloccati.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Soluzione per bagno rilassante: versare 10 gocce nell'acqua della vasca, emulsionare agitando energicamente l'acqua, immergersi per 10 minuti.

Lozione per capelli: diluire il 5% di prodotto in olio di cocco e applicare sui capelli prima dello shampoo.

Controindicazioni

Si consiglia di attenersi alle dosi consigliate, poiché alti dosaggi possono provocare nausea o mal di testa. Assolutamente sconsigliato l'uso per via orale nei bambini al di sotto dei 5 anni. Controindicato in gravidanza, durante l'allattamento e in soggetti con insufficienza epatica e renale.



cod. OS28 | 10ml | € 21,00

Olio essenziale di **Betulla**

L'olio essenziale di betulla è ricavato dalla Betula alba, una pianta della famiglia delle Betulaceae. Conosciuto per le sue numerose proprietà, svolge un'azione drenante per l'organismo e tonificante per il sistema linfatico e circolatorio.

Proprietà e benefici

Antinfiammatorio: l'azione rubefacente viene sfruttata in caso di artrite, artrosi, reumatismi, sciatica, in quanto determina il richiamo di sangue negli strati più superficiali della pelle, scaldando la zona e alleggerendo l'infiammazione negli strati sottostanti, proprio grazie alla sottrazione ematica.

Drenante: previene problemi venosi e disturbi circolatori, in caso di gambe pesanti, gonfiori, edemi e ristagni linfatici. La sua azione diuretica favorisce l'eliminazione dei liquidi in eccesso e riduce nettamente l'impastamento e la componente dolorosa. È perciò indicato in presenza di cellulite e in caso di obesità.

Antisettico: grazie alla sua azione purificante, è utilizzato per rivitalizzare i capelli grassi o con forfora, e per le pelli grasse o impure.

Cicatrizzante: è un ottimo rimedio in presenza di problemi dermatologici, contro eczemi e psoriasi.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Lozione anticellulite: diluire 10 gocce di olio essenziale in 100 ml di olio di mandorle dolci, uniti a 5 gocce di olio di rosmarino e 5 gocce di olio essenziale di limone.

Usare una piccola quantità di lozione sulle gambe, massaggiando dal basso verso l'alto per 10 minuti, una volta al giorno.

Lozione lenitiva: versare 5 gocce di olio essenziale in 50 ml di burro di karité con 5 gocce di olio essenziale di lavanda. Massaggiare la zona interessata fino a completo assorbimento.

Lozione per capelli: aggiungere qualche goccia di olio essenziale in uno shampoo neutro; utile in caso di cute grassa o in presenza di forfora.

Maschera purificante (indicata per pelli acneiche): aggiungere 1-2 gocce a un cucchiaino di argilla verde, poca acqua calda, 5



gocce di olio essenziale di alloro, 2 gocce di olio essenziale di Rosmarino. Applicare la maschera sul viso umido e lasciarla agire per 10 minuti. Risciacquare.

Controindicazioni

Sconsigliato in caso di edemi dovuti a insufficienza cardiaca o renale. Controindicato in gravidanza.

cod. OS29 | 10ml | € 20,00

Olio essenziale di **Cajeput**

L'olio essenziale di cajeput è ricavato dalla Melaleuca leucadendron, una pianta della famiglia delle Myrtaceae. Conosciuto per le sue numerose proprietà, è utile a vie respiratorie e urinarie e contro parassiti intestinali.

Proprietà e benefici

Analgesico: se massaggiato su parti doloranti svolge un'azione antinfiammatoria; utile nel trattamento sintomatico del mal di testa, dei dolori articolari, delle artriti, delle nevralgie e della gotta.

Antibiotico: i suoi vapori svolgono un'azione battericida nei riguardi di alcuni ceppi responsabili di influenza e febbre, affezioni alle vie respiratorie e del sistema urogenitale. Trova valida applicazione nel trattamento delle infezioni come cistiti, uretriti o del primo tratto del canale vaginale, sia di origine batterica che fungina.

Balsamico: le proprietà mucolitiche ed espettoranti, proprie di questa essenza, la rendono un rimedio efficace per la cura delle infiammazioni dell'apparato respiratorio, quali raffreddore, mal di gola e tosse.

Vasoprotettore: può essere utilizzato come decongestionante e flebotonico, in caso di emorroidi e di vene varicose.

Lenitivo della pelle: in caso di affezioni cutanee, ferite, dermatosi e infiammazioni gengivali, aiuta a calmare rossori e irritazio-

ni. Inoltre, sembra in grado di prevenire le ustioni da radioterapia o, comunque, attenuarne gli effetti sulla pelle.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Lozione balsamica: mescolare 10 gocce in una crema neutra da massaggiare sul petto, tre volte al giorno, coprendo con un panno caldo di lana.

Soluzione per suffumigi: per combattere bronchite, sinusite e congestioni delle vie respiratorie, bastano 10 gocce in una bacinella di acqua bollente, da inspirare profondamente dopo aver coperto il capo con un asciugamano.

Controindicazioni

Controindicato in gravidanza, allattamento, sui bambini al di sotto dei 5 anni di età; usare con moderazione: ad alti dosaggi può risultare narcotico o provocare dermatiti.



cod. OS30 | 10ml | € 18,00

Olio essenziale di **Cipresso**



L'olio essenziale di cipresso è ricavato dalla Cupressus sempervirens, una pianta della famiglia delle Cupressaceae. Conosciuto per le sue numerose proprietà, svolge un'azione espettorante ed è utile al sistema circolatorio e contro tosse e cellulite.

Proprietà e benefici

Vasocostrittore: consigliato per problemi di circolazione, in caso di cellulite, a chi soffre di ritenzione idrica, contro emorroidi, varici e fragilità capillare; contrasta la formazione di edemi e cura ematomi; consigliato in caso di reumatismi e dolori articolari.

Antidepressivo: se inalato, ha un'azione riequilibrante generale sul sistema nervoso, addolcisce i cambiamenti e aiuta a superare la depressione.

Espettorante: indicato in presenza di tosse, nei casi di pertosse, tracheite, bronchite.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Soluzione per bagno tonificante: versare

10 gocce nell'acqua della vasca, emulsionare agitando forte l'acqua e immergersi per 10 minuti per usufruire dell'azione decongestionante del sistema circolatorio e linfatico.

Lozione balsamica: contro tosse e catarro, aggiungere 1-2 gocce a un cucchiaino di olio di mandorle dolci, da applicare sul petto.

Controindicazioni

Controindicato in gravidanza e allattamento, poiché stimola le contrazioni uterine. Assolutamente sconsigliato l'uso per via orale nei bambini al di sotto dei 5 anni di età.

cod. OS31 | 10ml | € 18,00

Olio essenziale di foglie di **Garofano**

*L'olio essenziale di garofano deriva dalla pianta *Eugenia caryophyllata*, dalle proprietà antisettiche e analgesiche, favorisce il sonno e calma il mal di denti. Combatte flatulenza e dolori gastrici e addominali, diarrea e infezioni del tratto digestivo. Può anche essere utilizzato per stimolare la memoria e superare gli stati di esaurimento.*

Proprietà e benefici

Antisettico: è utilizzato in aromaterapia per la purificazione dell'aria degli ambienti, per suffumigi in caso di infezioni delle prime vie aeree.

Antivirale: ha effetti contro il virus dell'herpes simplex; è in grado di bloccare la trasmissione.

Analgesico: usato per lenire il mal di denti (meglio se diluito, per non irritare le mucose). Applicato con un piccolo batuffolo di cotone imbevuto, agisce anestetizzando l'area di applicazione.

Antispasmodico della muscolatura liscia: indicato in caso di dolori addominali (meteorismo, crampi intestinali) e spasmi muscolari. Diluito in un olio vettore e usato per massaggiare l'addome o la fascia muscolare da trattare, infonde un benefico calore antidolorifico.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 5 gocce di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni. Aiuta a disinfettare l'ambiente e a purificarlo dai virus influenzali.

Soluzione per gargarismi: 3 gocce aggiunte a un cucchiaino di aceto di mele e versate in un bicchiere d'acqua, svolgono un'azione disinfettante e cicatrizzante delle gengive.

Lozione per massaggi: 1-2 gocce di olio essenziale in un cucchiaino di olio vegetale, sono utili per massaggiare la pancia in caso di spasmi intestinali o sulla muscolatura dolente. Genera un piacevole calore che entra in profondità e scioglie le tensioni.

Controindicazioni

Bassi dosaggi possono causare irritazioni cutanee e alle mucose, mentre a dosaggi elevati può causare epatotossicità. È sconsigliato l'uso in caso di dermatiti, infiammazioni gastriche e intestinali. Da evitare in gravidanza e durante l'allattamento.



cod. OS32 | 10ml | € 18,00

Olio essenziale di **Timo serpillo**

Il Timo serpillo (Thymus serpyllum), anche chiamato Timo bianco, è una pianta appartenente alla famiglia delle Lamiaceae. Il timo è considerato l'antibiotico della medicina popolare con la sua miscela di essenze dalle proprietà antivirali e antimicrobiche. È utilizzato per calmare la tosse e fornisce un'azione di tipo balsamico, espettorante e antisettico. Aiuta a sciogliere il catarro ed è efficace per calmare l'ansia. È utile anche a contrastare le infezioni del cavo orale. Aiuta nella cura delle ulcere e della tonsillite, oltre ad avere un effetto positivo sui dolori dentali o gengivali.



Proprietà e benefici

Antispasmodico: ha un effetto rilassante.

Antibatterico: estremamente attivo sui batteri.

Antimicotico: efficace contro le infezioni fungine.

Antiallergico e antinfiammatorio: antimicrobico, astringente, carminativo, espettorante e vermifugo. È un disinfettante, soprattutto per il sistema broncopolmonare, espettorante. Rafforza il sistema immunitario ed è purificante.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni.

Soluzione per suffumigi: per combattere il

raffreddore, bastano 15 gocce in una bacinella di acqua bollente, da inspirare profondamente dopo aver coperto il capo con un asciugamano.

Lozione per massaggi: poche gocce in un olio vettore, aiutano in caso di tosse, catarro e a calmare l'ansia. Qualche goccia sulla fronte basta a combattere sinusite e mal di testa.

Controindicazioni

Tenere lontano dalla portata dei bambini ed evitare il contatto con gli occhi.

Limitare l'uso su pelli lesionate e ipersensibili, o su bambini sotto i due anni di età.

cod. OS33 | 10ml | € 22,00

Olio essenziale di **Cumino**



L'olio essenziale di cumino è ricavato dal Cuminum cyminum, una pianta della famiglia delle Apiaceae. Conosciuto per le sue numerose proprietà, è un ottimo digestivo e calmante, utile alla circolazione, per combattere i dolori addominali e il mal di testa.

Proprietà e benefici

Digestivo: stimola l'attività gastro-epatica, favorisce la digestione e calma la nausea.

Carminativo: antifermentativo, contrasta la formazione di gas intestinali e attenua i gonfiori addominali.

Antispasmodico: seda dolori o coliche addominali, vanta proprietà antalgiche e antinfiammatorie.

Circolatorio: favorisce il richiamo venoso e linfatico, contrastando gonfiore e pesantezza da stasi circolatoria.

Calmante: riequilibra gli stati di alterazione emotiva e seda le manifestazioni psicosomatiche corrispondenti, come mal di testa e mal di stomaco.

Uso e consigli pratici

Lozione per massaggi: per favorire la circolazione, massaggiare la parte interessata con una miscela di 20 gocce di olio essenziale e 100 ml di olio di germe di grano; per lenire spasmi e dolori addominali, massaggiare la parte interessata con una miscela di 4 gocce di olio essenziale e un cucchiaino di olio di mandorle dolci.

Contro il mal di testa: versare 5 gocce su un panno inumidito con acqua fredda, da applicare sulle tempie o sulla fronte.

Controindicazioni

Si sconsiglia l'utilizzo in gravidanza e nei bambini sotto i 5 anni di età.

Olio essenziale di chiodi di **Garofano**

L'olio essenziale di chiodi di garofano è ricavato dall'Eugenia caryophyllus, una pianta della famiglia delle Mirtacee. Conosciuto per le sue numerose proprietà, è antisettico, antivirale, analgesico e antispasmodico.

Proprietà e benefici

Antisettico: è utilizzato in aromaterapia per la purificazione dell'aria degli ambienti e per i suffumigi, in caso di infezioni delle prime vie aeree.

Antivirale: ha effetti contro il virus dell'herpes simplex; è in grado di bloccarne la trasmissione.

Analgesico: usato per lenire il mal di denti (meglio se diluito, per non irritare le mucose). Applicato con un piccolo batuffolo di cotone imbevuto, agisce anestetizzando l'area di applicazione.

Antispasmodico della muscolatura liscia: indicato in caso di dolori addominali (meteorismo, crampi intestinali) e spasmi muscolari. Diluito in un olio vettore, usato per massaggiare l'addome o la fascia muscolare da trattare, infonde un benefico calore antidolorifico.

Tonico: grazie al suo aroma forte, intenso e speziato, contrasta stanchezza mentale, sonnolenza e difficoltà di concentrazione.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 5 gocce di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni. Utile a purificare l'ambiente, anche dai primi virus influenzali.

Soluzione per gargarismi: sciogliere 3 gocce in un cucchiaino di aceto di mele e diluire la soluzione in un bicchiere d'acqua per sciacqui ad azione disinfettante e cicatrizzante.

Lozione per massaggi: 1-2 gocce di olio essenziale in un cucchiaino di olio vegetale, sono utili per massaggiare la pancia in caso di spasmi intestinali o sulla muscolatura dolente. Genera un piacevole calore che entra in profondità e scioglie le tensioni.

Controindicazioni

Bassi dosaggi possono causare irritazioni cutanee e alle mucose, mentre a dosaggi elevati può causare epatotossicità.

È sconsigliato l'uso in caso di dermatiti, infiammazioni gastriche e intestinali. Da evitare in gravidanza e durante l'allattamento.



cod. OS35 | 10ml | € 12,00

Olio essenziale di **Estragone**

Il dragoncello è una spezia ricavata dalla pianta Artemisia dracunculus, una pianta della famiglia delle Asteraceae. Dalle proprietà digestive e depurative, è un antisettico naturale. Il dragoncello può essere utile anche in caso di dolori mestruali, artrite e dolori reumatoidi.

Proprietà e benefici

Il dragoncello è una spezia dalle spiccate **proprietà digestive**. Questa pianta è anche un **antisettico naturale**, utile contro il mal di gola e le infiammazioni del cavo orale, come il mal di denti. Favorisce, inoltre, la depurazione dell'organismo, stimolando la diuresi; combatte l'inappetenza.

Uso e consigli pratici

Diffusione ambientale: versare 1 goccia di olio essenziale per ogni mq dell'ambiente; utilizzare nel bruciatore di oli essenziali o nell'acqua degli umidificatori dei termosifoni. Aiuta ad allontanare gli insetti e a purificare l'aria.

Soluzione per gargarismi: diluire 6 gocce in un bicchiere d'acqua a temperatura ambiente per agire contro le infiammazioni della bocca, mal di gola e mal di denti.

Lozione per massaggi: per combattere dolori mestruali e problemi di digestione, è utile massaggiare la zona addominale con 2 gocce, unite a un cucchiaino di olio di mandorle dolci.

Controindicazioni

Il dragoncello può generare reazioni allergiche in individui sensibili a erbe e fiori appartenenti alla famiglia delle *Asteracee*, come crisantemi, calendule, margherite, ambrosia e molti altri.

Evitare l'uso di questo olio essenziale in caso di gravidanza e allattamento.



cod. OS36 | 10ml | € 24,00



CTOG/N

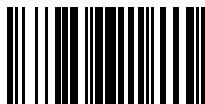
www.chogangroup.com

Sede Legale

via A. Olivetti, 24 - Roma - Italia

Sede Operativa

Via A. Riccheo, 7 - Barletta - Italia



CT02