



numero

ambrosia53

Direttore Responsabile:
Catia Trevisani.

Direttore Scientifico:
Catia Trevisani.

Testi di:
Catia Trevisani.

Immagini tratte da:
www.pixabay.com

La riproduzione anche parziale di testi,
fotografie e disegni è possibile
previa autorizzazione.

Registrazione:
Tribunale di Milano n. 28
del 28-01-2003.

Editore:
SI.RI.E. S.R.L.
Ripa di Porta Ticinese 79, 20143 Milano

Progetto grafico:
Magazino

Poste Italiane spa spedizione in A.P. art.1,
comma 1 D.L. 353/2003
(conv.in L. 27/02/2004 n. 46) DCB Milano

NEWSLETTER **bimestrale**
di Medicina Olistica **anno 2015**

AROMATERAPIA

l'olio essenziale di BASILICO



Care amiche e amici,

siamo al settimo numero del nostro viaggio nel mondo delle fragranze, e ogni volta suggerirò, a chi ancora non l'ha fatto, di leggere il primo numero (47) che offre le informazioni di base per addentrarsi nel mondo degli oli essenziali. Un mondo prezioso attraverso il quale gocce di materia, informazione ed energia ci raggiungono e, se ben utilizzate, ci donano salute e benessere. Dopo le coccole del mandarino ci apprestiamo a conoscere gli oli essenziali di basilico e basilico santo o tulsì. Il primo distrugge confusione, disordine, pressapochismo, pigrizia e dirige a un'azione ordinata, invita a seguire una rotta precisa evitando di vagare a caso. Il secondo punta la rotta al nostro interno, dirige verso l'interiorità per aiutarci a prendere responsabilità di noi stessi, della nostra salute, della nostra affettività, della nostra vita.

Catia Trevisani
catiatrevisani@scuolasimo.it

La chimica degli oli essenziali

Gli oli essenziali sono costituiti solo da cinque tipi di atomi: carbonio (C), idrogeno (H), ossigeno (O), azoto (N), zolfo (S). Le famiglie chimiche che costituiscono gli oli essenziali si distinguono in ossigenate e non ossigenate.

I composti non ossigenati, costituiti per lo più da carbonio e idrogeno, esplicano un'azione dolce e tranquilla; fra questi troviamo i monoterpeni e i sesquiterpeni.

Tutti gli altri composti sono ossigenati e sono costituiti da tre atomi: carbonio, idrogeno e ossigeno, il quale ha un'energia molto alta, con picchi e punte, e può provocare danni se non è ben regolata; tra questi troviamo esteri, alcoli, ossidi, aldeidi. I composti azotati sono molto adattabili, duttili e possono esprimersi molto dolcemente o in modo spigoloso, oppure passare inosservati. I composti solforati possono essere dolci o aggressivi, ma non passano mai inosservati anche se presenti in piccolissime dosi.

Suddividendo ancora possiamo dire che le molecole possono essere di tre tipologie:

- rilassanti: esteri, aldeidi alifatiche, chetoni;
- equilibranti: sesquiterpeni e lattoni;
- stimolanti: monoterpeni, alcoli, acidi, aldeidi aromatiche, ossidi, fenoli.

I fenoli

I fenoli sono molecole caratterizzate dalla presenza dell'anello aromatico del benzene legato a uno o più gruppi funzionali ossidrilici -OH. Capostipite di questa classe, da cui prende anche il nome, è il fenolo (C_6H_5OH), in cui un atomo di idrogeno del benzene è sostituito dal gruppo -OH.

Hanno lo stesso gruppo funzionale degli alcoli ma le loro proprietà chimiche sono molto diverse, sono più acidi degli alcoli e tendono a reagire con le basi forti. Subiscono facilmente reazioni di ossidazione. I fenoli sono usati in genere come disinfettanti. Sono costituiti da un insieme di anelli chiusi, con energie vorticanti che vanno indirizzate bene quando gli anelli si aprono, infatti essendo distruttivi, si dice che sono dei combattenti; occorre utilizzarli con attenzione e cautela, solo quando c'è un nemico, quando c'è qualcosa da eliminare, altrimenti aggrediscono l'ospite.

Svolgono un'azione antibatterica e antivirale, antisetica e antinevralgica, sono ipocolesterolemizzanti, antiossidanti, puliscono i siti dei recettori cellulari, i fenoli che costituiscono gli isoflavoni modulano gli ormoni estrogeni. Sono stimolanti, aumentano le secrezioni, la temperatura, la pressione. Sono dermocaustici, irritano la pelle e sono tossici per il fegato, per cui bisogna saperli utilizzare al giusto dosaggio. Dal punto di vista psichico distruggono comportamenti, abitudini, sovrastrutture. Esistono fenoli con diversi gradi di energia, dai più potenti ai più maneggevoli. In natura sono molto diffusi e nei vegetali proprio ad essi sono dovute molte caratteristiche cromatiche, organolettiche e fitoterapiche. Ricordiamo i tannini, con le loro qualità astringenti, alcuni flavonoidi dal sapore amaro e gli antociani con i loro intensi colori.

I fenilpropanoidi

La struttura, come evidenzia il nome, è caratterizzata da un'unità fenilica (C_6) legata a un'unità propanoica (C_3); i fenilpropanoidi infatti sono composti che contengono un gruppo $C_6H_5-(CH_2)_3$ e, come i fenoli, derivano dal metabolismo dell'acido scikimico o da residui di acido cinnamico. Hanno un anello del benzene, un -OH e un radicale propyl. Ripuliscono i siti dei recettori cellulari.

Tra i diversi fenilpropanoidi ne ricordiamo di seguito alcuni.

- Austrolo o p-cuminolo: è presente negli oli essenziali di cumino e di eucalipto; ha proprietà antinfettive, antibatteriche, antivirali e antiparassitarie. Oltre a essere immunostimolante, è ipertensivo e aumenta la temperatura corporea. È irritante per le mucose ed epatotossico.
- Carvacrolo: si trova negli oli essenziali di timo, origano e santoreggia; inibisce la crescita di diversi batteri tra cui gli E. Coli, fa degenerare la membrana dello *Pseudomonas aeruginosa*, distrugge *Salmonella* e *Staphylococcus aureus*; è un potente antibiotico, antimicotico, antivirale e antiparassitario. È anche analgesico, antispasmodico, antinfiammatorio, antiaggregante piastrinico, antitumorale, antimutagenico, antiepatotossico ed epatoprotettivo, insetticida. Rimane nell'organismo per ventiquattro ore circa; tende a modificarsi con il tempo, messo in miscela ne modifica gli effetti aumentandone l'efficacia.

È bene fare attenzione quando si usa con i chetoni perché è in grado di modificarli facendone aumentare gli effetti.

- Timolo: si trova negli oli essenziali di ajowan, santoreggia, timo e altre piante; svolge una forte attività antimicotica (*Aspergilli*, *Candida albicans*), antivirale, antibatterica e antiparassitaria (leishmaniosi), distrugge l'E. Coli e lo stafilococco aureo, è un antelmintico (vermi). Antipiretico, antiossidante, antifermentativo, antiputrefattivo, stimola la digestione, è insetticida e larvicida. Elimina spore e muffe e si può usare per proteggere libri e documenti cartacei.
- Eugenolo: si trova negli oli essenziali di bay, basilico, cannella foglie e chiodi di garofano: svolge un'attività antimicotica, antimicrobica, antinfiammatoria, antiossidante e analgesica, viene utilizzato per il mal di denti e come carminativo. È fortemente irritante per le mucose, non è un sensibilizzante cutaneo. È il fenolo più maneggevole da utilizzare.

In generale con i fenoli servono delle precauzioni e non si deve mai usare il fenolo di grado superiore se non strettamente necessario. Esistono due approcci nel loro utilizzo: secondo la scuola francese è bene iniziare con il fenolo più forte per qualche giorno, poi interrompere completamente con gli oli essenziali e utilizzare altri tipi di rimedi; la scuola americana preferisce invece creare miscele di fenoli, sesquiterpeni e monoterpeni (F-S-M), con un effetto meno immediato ma più equilibrato.

I fenoli si possono gestire riducendo la concentrazione o passando a una famiglia meno potente; per esempio si può miscelare all'ajowan un timo a linalolo, abbassando così la componente fenolica dell'ajowan, oppure dopo l'ajowan si può passare ai chiodi di garofano che hanno un fenolo meno potente. Per quanto riguarda le miscele e quindi le interazioni, i chetoni rallentano e quindi l'azione di "scoppio" dei fenoli è posticipata nel tempo, i sesquiterpeni ne affievoliscono l'effetto, cosa che non riescono invece a fare i monoterpeni e gli esteri. Gli ossidi vengono danneggiati dai fenoli e non possono stare nella stessa miscela, i fenoli si abbinano bene con gli eteri, mentre con gli alcoli non dialogano.

Scegli di Splendere

Quinta
edizione

Corso di autoguarigione

Catia
Trevisani

Milano 2016

26 aprile, 12 giugno, 18
settembre, 20 novembre,
15 gennaio



Cinque giorni da dedicare a se stessi per capire come siamo fatti, come funzioniamo, perché ripetiamo gli stessi comportamenti anche quando non vorremmo, perché ci danneggiamo quando invece vorremmo essere felici.

Parleremo del perché ci ammaliamo, indagheremo il senso della malattia e il suo messaggio. Cercheremo di capire come non subire gli eventi in modo traumatico, come trasformare i momenti di crisi in opportunità per la nostra vita.

Capiremo come funzionano la mente, le emozioni e il loro legame con il corpo. Scopriremo la nostra responsabilità nel produrre ciò che ci accade. Affronteremo il tema della morte.

Scopriremo che la pretesa allontana l'oggetto del desiderio, mentre la gratitudine lo attira. Apprenderemo quanto il modo di alimentarsi influenza il livello di energia e salute, la volontà e lo stato d'animo.

Cominceremo a osservare la qualità del nostro dialogo interiore e la qualità delle nostre azioni, il potere che queste emanano e il nostro senso di autostima. Osserveremo la nostra capacità di relazione e potremo correggerne gli errori.

Infine, esploreremo il nostro rapporto con il sacro, con il grande Fuoco di cui siamo le scintille e tutto questo per poter finalmente **SCEGLIERE DI SPLENDERE**.

Questi cinque seminari di carattere teorico ed esperienziale sono aperti a tutti. È previsto uno spazio-gioco per i bambini in modo da consentire la partecipazione delle famiglie.

Il corso è tenuto da Catia Trevisani, medico, naturopata, direttrice della Scuola SIMO (Scuola Italiana di Medicina Olistica) e autrice di numerosi libri di successo.

Sconto per chi frequenta con i familiari. Info: 0289420556 - www.scuolasimo.it

Guarda il video di presentazione del corso sul canale di Scuola SIMO di youtube

L'OLIO ESSENZIALE DI BASILICO

Quando parliamo di olio essenziale di basilico ci riferiamo a due tipi di essenza: quella ricavata dall'*Ocimum basilicum* e quella estratta dall'*Ocimum sanctum*.

La prima, detta comunemente basilico, è una piantina annuale alta dai 20 ai 50 cm appartenente alla famiglia delle Labiate; le sue foglie, lanceolate e setose, sono di un bel verde intenso e sono molto aromatiche. Si trova allo stato selvatico nei paesi caldi. Fiorisce in luglio con fiorellini bianchi raggruppati a spighe. Il basilico santo, chiamato anche tulusi o tulasi, è una pianta erbacea annuale eretta, alta dai 30 cm fino a 1 metro, appartenente alla famiglia delle Labiate, di colore verde fino al viola pubescente; le sue foglie sono lanceolate, acute all'apice, di colore verde fino al viola. I fiori sono disposti in verticilli su un'infiorescenza. La corolla è piccola dal colore bianco al rosa-violaceo. I frutti sono suddivisi in quattro logge distinte, ovoidali, all'interno delle logge i semi sono liberi.

I miti

Il nome deriva dal greco βασιλεύς (*basileus*) che significa re, e dal latino *basilicum*, che significa reale, per la grande rilevanza di questa pianta erbacea. Altre interpretazioni etimologiche legano il nome al basilisco (piccolo re), il "re dei serpenti", generato da tale pianta, creatura mitologica con il potere di uccidere o pietrificare con un solo sguardo diretto negli occhi.

Questa pianta è da sempre associata alla sacralità; si dice infatti che sia nata ai piedi della croce di Cristo e che sia stata raccolta dall'imperatrice Elena che la diffuse in tutto il mondo.

Il basilico, originario dell'Asia, è giunto a ovest viaggiando con i mercanti arabi di spezie. Gli Egiziani lo usavano per l'imbalsamazione dei defunti. Nella cultura romana era usato in cucina ed era molto apprezzato come erba curativa per guarire le ferite. I Greci e i Romani erano convinti che, per far crescere una piantina sana, occorresse seminarla mentre si pronunciavano insulti e maledizioni, mentre nel Medioevo, per poterlo raccogliere, si



doveva prima purificare la mano destra, lavandola in tre diverse fonti, usando poi un ramo di quercia e indossando candidi abiti di lino. I Galli lo consideravano una pianta sacra, tanto da permettere la raccolta delle sue foglie solo a coloro che avevano seguito un complesso rituale di purificazione. Nel 1800 gli inglesi residenti in India giravano abitualmente con una collana di basilico per tenere lontani i fulmini. Nello stesso periodo, ma solo durante le eclissi, il basilico veniva deposto nelle riserve d'acqua per prevenire contaminazioni.

Plinio il Vecchio, nella sua *Naturalis historia*, racconta che "il basilico è seminato ottimamente durante la festa di Pale", un'antica dea pastorale delle popolazioni italiche. Questa festa cadeva il 21 aprile e si chiamava Parilia o Pariglia perché i pastori innalzavano le loro preghiere a Pale affinché concedesse fecondità e salute ai loro armenti, chiedevano protezione. Il nome Pale etimologicamente viene dalla radice "pa" che significa proteggere, custodire, essere potente, la stessa radice di basilico, che dunque rimanda alle immagini di re e padrone, e ha la stessa radice di basilisco.

Il basilisco, secondo Plinio il Vecchio, pur essendo un piccolo ser-

pente è la creatura più mortale in assoluto. È velenosissimo ed è in grado di uccidere con il solo sguardo che pietrifica o incenerisce. Qualunque essere vivente entri in contatto con il suo fiato o venga morso muore sul colpo. Il basilisco vivrebbe nel deserto da lui stesso creato, perché ha la capacità di seccare gli arbusti oltre che con il contatto con il solo sguardo. Secondo la mitologia romana il basilico è l'antidoto al veleno del basilisco. È la pianta che simboleggia il veleno che uccide o che, nella giusta dose, trasforma e cura.

Dunque non sono importanti le esperienze che viviamo, ma il modo in cui le viviamo; possono essere per noi veleno o medicina, ostacolo oppure opportunità. La nostra parte ombra, il nostro basilisco, non può essere negato ma solo integrato, un'aggressività ben orientata e incanalata, per esempio, contribuisce allo sviluppo e alla realizzazione della persona che viceversa ne sarebbe schiava se costretta a subire le conseguenze dei suoi atti.

Sempre secondo Plinio il Vecchio le sue foglie hanno un forte potere afrodisiaco e per i Romani era il simbolo degli innamorati; la mitologia medievale, invece, lo riteneva il simbolo dell'odio.

Si parla del basilico in una delle famose novelle de *Il Decameron* di Boccaccio (novella V della IV giornata). Siamo nel 1300. "Erano dunque in Messina tre giovani fratelli e mercatanti et assai ricchi... et avevano una sorella chiamata Lisabetta, giovane assai bella e costumata..."





Questa ragazza, peraltro, non era ancora maritata, però, segretamente era innamorata di Lorenzo, un giovane pisano, bello, aitante, biondo, un garzone che aiutava i fratelli di lei "in un lor fondaco".

Anche Lorenzo era, ovviamente, innamorato di Lisabetta e "incominciò a porre l'animo a lei, e si andò alla bisogna che, piacendo l'un all'altro igualmente, non passò gran tempo che fecero di quello che più desiderava ciascuno". Ma i fratelli vennero a conoscenza della tresca e, una volta scoperto che i due giovani, di notte, si incontravano, non potendo ovviamente accettare che la loro sorella si legasse a un servo "tutti e tre seco menarono Lorenzo e, pervenuti in un luogo molto solitario e remoto... uccisero e sotterrarono in guisa che nessuna persona se ne avvedesse... et in Messina tornati dieder voce che, per loro bisogno, in altro luogo l'aveano mandato".

Passano i giorni, e Lisabetta non vedeva più il suo amato; si fece triste, poi alla tristezza subentrò l'ansia e la paura, fino a che una notte, in sogno, Lorenzo le rivelò cosa era successo. Non sa rendersi conto di dove sia andato; che sia fuggito altrove, lui che, diceva di amarla tanto?

Ma una notte fa un sogno: vede Lorenzo, e lui le rivela cosa è successo e le indicò il luogo dove era stato sepolto.

La fanciulla, disperata, corse nel luogo indicatole, scavando recuperò i resti dell'amato ma, non potendo trasportare tutto il corpo, ne recise il capo, per portare con sé qualcosa su cui versare le sue amare lacrime. Una volta a casa prese dal balcone un grosso vaso da fiori,

corso di formazione a distanza in Naturopatia

iscrizioni
sempre
aperte

studia con noi da casa

home school

La scuola simo® anche a casa tua

I vantaggi che offre la formazione a distanza:

- risparmio di tempo
- risparmio di denaro
- completa autonomia
- possibilità di realizzare un "sogno", anche lavorando
- rispetto dei propri ritmi di apprendimento
- aiuto di un tutor per la preparazione degli esami
- possibilità di dare gli esami a propria discrezione

Da novembre 2015 possibilità di seguire le lezioni teoriche in streaming

Iscritti all'Albo Regionale Operatori Accreditati dalla Regione Lombardia n. 357



simo®
Scuola Italiana di Medicina Olistica

home school

vi sotterra dentro la testa del giovane ucciso e "poi messovi su la terra, su vi piantò parecchi piedi (virgulti, n.d.r.) di bellissimo basilico salernitano e quegli di niuna altra acqua, che o rosata o di fior d'aranci non innaffiava giammai, se non le sue lacrime".

Nei giorni successivo i vicini videro la ragazza piangere continuamente china sul grosso vaso, il basilico crescere sempre più bello e rigoglioso; "il basilico, sì per lungo e continuo studio (n.d.r.: cura), sì per la grassezza della terra procedente dalla testa corrotta che dentro v'era, divenne bellissimo ed odorifero molto".

Avvertirono così i fratelli che, inaspettati, svuotarono il vaso, e "riversata la terra, videro il drappo et in quello la testa, non ancor sì consumata che essi dalla capellatura crespa non conoscessero lei era quella di Lorenzo". A questo punto i fratelli se la diedero a gambe, per paura che si scoprisse il loro crimine, abbandonando nella disperazione la giovane sorella; "la giovane, non restando di piangere, e pure il suo testo addimandando, piangendo morì". (<http://chiamalosevuovivaio.blogspot.it/2013/05/basilico-basileu-basilisco-potere.html>)

L'Ocimum sanctum detto anche tulasi (dal sanscrito) o tulsi (dall'hindi) è un simbolo importante nelle tradizioni della religione Hindu, è considerato una pianta sacra che identifica Lakshmi, la sposa di Vishnu, simbolo dell'abbondanza, della luce, della saggezza, della fortuna, della bellezza e della fertilità. Le origini della dea Lakshmi sono descritte nello Shri Sukta (Inno a Shri), aggiunto al Rig Veda tra il 1000 e il 500 a.C. Si narra che il saggio Durvasa donò a Indra, re dei deva, una ghirlanda di fiori che non sarebbero mai appassiti; Indra diede la ghirlanda al suo sacro elefante, Airavata. Quando Durvasa vide l'elefante calpestare la ghirlanda maledisse Indra e desiderò che tutti gli dei perdessero il loro potere che li aveva resi così altezzosi e irrispettosi. A seguito di tale maledizione, gli asura (esseri demoniaci), da sempre in lotta con i deva, riuscirono a scacciarli dal cielo. Gli dei si rivolsero al creatore Brahma che chiese a deva e asura di zangolare insieme l'oceano di latte per ottenerne il nettare dell'immortalità. Gli dei allora domandarono l'aiuto di Visnu, che prese le sembianze della tartaruga Kurma, fornì la base per sostenere il monte Mandara che fu

usato come bastone, mentre il re dei naga, il serpente Vasuki, fece da corda. Vasuki, così stirato tra testa e coda, iniziò a sputare il suo terribile veleno e ciò che per primo emerse dal frullamento dell'oceano di latte fu proprio il suo temibile miasma che rischiò di contaminare l'oceano intero, distruggendo tutto il suo contenuto e avvelenando tutti. I deva chiesero aiuto a Shiva il quale respirò tutto il veleno trattenendolo in gola e questo gli lasciò un

segno indelebile, poiché la sua gola divenne per sempre blu. Dalla zangolatura dell'oceano di latte emersero tesori tra cui anche Lakshmi che scelse subito Visnu come compagno in quanto l'unico in grado di controllare maya (illusione). Anche in questo racconto troviamo il tema del veleno da un lato e del nettare dell'immortalità dall'altro: non è possibile contattare la nostra parte divina se si nega e si esclude il proprio lato ombra.

corsi monografici per tutti

24 MAGGIO - EFT 1° Livello
Docente: C. Locatelli

18-19 LUGLIO - Massaggio Olistico
Docente: C. Piantanida

**Dal 30 maggio al 2 giugno
Scuola SIMO sarà presente
alla fiera "ARMONIA" presso
il Castello di Belgioioso (PV)**

**CONFERENZA di
presentazione della Scuola SIMO
Milano 18 giugno 2015 ore 19.30
(con aperitivo veg)**

Con la dott.ssa Catia Trevisani

Prenotazioni a info@scuolasimo.it

**Oppure segui lo streaming della conferenza
(per maggiori info visita il nostro sito)**

scuola italiana
di medicina
olistica

direzione
dott.ssa Catia Trevisani

Iscritti all'Albo Regionale
Operatori Accreditati dalla
Regione Lombardia n. 357



www.scuolasimo.it



simo®
Scuola Italiana di Medicina Olistica

Sede Legale MILANO
Ripa di Porta Ticinese 79
20143 MILANO

tel. 02 89420556
fax 02 56561018



Scheda Basilico

Nome Botanico: Ocimum basilicum

Famiglia: Labiatae

Parte usata: Sommità fiorite

Livello: Erbaceo

Nota: Alta

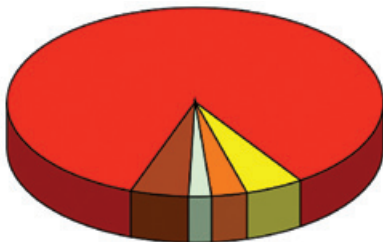
Movimento delle energie: Apertura

Profumo: Pungente ed erbaceo

Estrazione: Distillazione a vapore

Colore: Chiaro, giallino.

Composizione



■	Fenoli ed eteri fenolici 85%
■	Ossidi 5%
■	Alcoli 3%
■	Chetoni 2%
■	Altri 5%

Da "Aromacolor" di Luca Fortuna

Dosaggi in aromaterapia

- Inalazioni: da 3 a 10 gocce al dì
- Frizioni: da 0,5 a 100%
- Bagni: da 10 a 50 gocce
- Aromatintura: da 10 a 30 gocce in 50 ml di tintura
- Somministrazione: da 3 a 10 gocce al dì
- Diffusione: standard

Livello di sicurezza

È un olio essenziale molto attivo, si consiglia di non superare il 5%. Il dosaggio massimo si applica solo a una zona molto circoscritta. Non utilizzare in gravidanza, allattamento e sotto i 6 anni.

Legenda:

eccezionali **** eccellenti *** buoni **

Proprietà in aromaterapia applicata

- Antibatterico ad ampio spettro ***
- Antivirale ***
- Antinfiammatorio **
- Eupetico, stomachico (stimola la digestione) **
- Antispasmodico ***

- Antalgico ***
- Stimolante per il sistema nervoso, antiastenico ***

Risultati in base alla via di somministrazione

- Via orale **
- Via sublinguale ***
- Via cutanea **
- Via respiratoria *

Indicazioni terapeutiche

- Disturbi gastrici ed epatici: gastrite, aerofagia, gonfiore ***
- Chinetosi (mal da trasporto, mal di macchina, ecc), nausea, vomito ***
- Epatite virale ***
- Spasmodia (iperexcitabilità neuromuscolare) ***
- Tutte le infezioni virali ***
- Spasmi intestinali ***
- Spasmi urinari ***
- Dismenorrea (dolori mestruali) ***
- Artrite reumatoide ***

Tutte le sue caratteristiche morfologiche, di livello e di nota, unitamente alla composizione chimica a prevalenza fenolica, lo rendono un olio essenziale molto attivo e veloce, sia in campo prettamente fisico che in campo emozionale. La sua velocità di azione fa sì che se si aggiunge a una miscela una piccola percentuale di basilico viene aumentata del 10% la velocità di penetrazione transdermica della sostanza che deve essere assorbita.

Sistema nervoso

L'olio essenziale di basilico è uno stimolante, un tonico del sistema nervoso, indicato per la ristrutturazione e la ricostruzione della cellula nervosa. Cancella la stanchezza, allenta le tensioni, ricarica le energie. Rinfranca nella depressione. Si può utilizzare anche per l'insonnia, soprattutto se è da eccesso di lavoro, nelle persone iperattive, quando i pensieri non permettono di addormentarsi, per questo si dice che è l'"essenza del manager", adatta a persone rapide, versatili, che agiscono in fretta. È un'essenza cefalica, arriva subito alla testa, oltre ad agire nei casi di cefalea, soprattutto se dovuta a cattiva digestione, aiuta la memoria, basta inalare dopo averne versato una goccia su un fazzolettino. Regola gli stimoli per chi ne ha troppi e aiuta chi non ha una buona gestione dello stress che si può manifestare con palpitazioni nervose, insonnia e, in generale, disturbi neurovegetativi.

Letargia, astenia

È uno stato profondo di stanchezza accompagnato da sonnolenza, desiderio di dormire.

Basilico ct methyl chavicol 10 gocce, pino silvestre 10 gocce, timo saturoide 10 gocce in 3 ml di olio vegetale di jojoba. Frizionare 5 o 6 gocce della miscela lungo la colonna vertebrale 2 volte al giorno.

Sistema endocrino

L'olio essenziale di basilico è un potente stimolante delle ghiandole surrenali. Può essere applicata qualche goccia, diluita in olio vegetale, sulla zona dei reni.

Sistema immunitario

È un antisettico ad ampio spettro di ottima potenza, batteriostatico e battericida, agisce anche su muffe, virus, lieviti. È attivo su E. coli, giardia, klebsiella, proteus, pseudomonas, salmonella, stafilococco aureo. Può essere utilizzato al 2% e ha già un'ottima azione.

Sistema muscolo-scheletrico

È uno degli oli essenziali che si possono utilizzare in caso di forti dolori.

STAGE DI CROMOPUNTURA

Teoria e pratica di Medicina Tradizionale Cinese

23-29 AGOSTO 2015

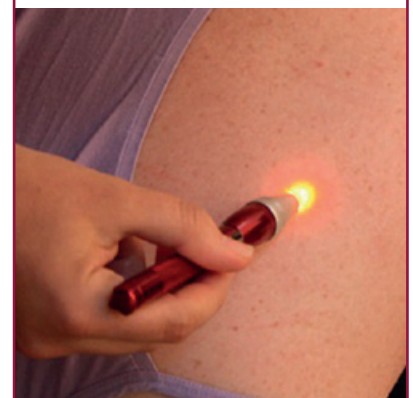
Docente: dott.ssa Catia Trevisani

Presso Hotel Miramonti

Frabosa Soprana (CN)

Info: 0289420556

www.scuolasimo.it



ri muscolari, o anche nel semplice affaticamento muscolare e dopo lo sport. Risulta utile per crampi, ma anche per gotta, reumatismi, borsiti, sciatalgie.

Dolori

Basilico ct methyl chavicolo 5 gocce, pepe 10 gocce, wintergreen 15 gocce in 15 ml di olio vegetale di iperico. Applicare da un minimo di 3 gocce a un massimo di 10 gocce della miscela a seconda dell'ampiezza della zona da trattare fino a 4 volte al dì.

Infiammazioni articolari

Basilico ct methyl chavicolo 5 gocce, camomilla blu 10 gocce, wintergreen 15 gocce in 5 ml di olio vegetale di iperico. Applicare da un minimo di 3 gocce ad un massimo di 10 gocce della miscela a seconda dell'ampiezza della zona da trattare fino a 3 volte al dì.

Sistema respiratorio

Può essere utilizzato in miscela per influenza, otite, febbre, sinusite. Potenzia molte altre essenze espettoranti.

Bronchite

Basilico ct methyl chavicolo 1 parte, tsuga 3 parti, cedro 8 parti. Assumere in un cucchiaino di miele 3 gocce del mix 2 volte al dì per 4 giorni, poi 2 gocce 2 volte al dì per 7 giorni.

Sistema digestivo

È uno dei principali oli essenziali per la colite da stress e il colon spastico, da utilizzare come inalazioni secche, aromatintura o massaggio. Agisce sui disturbi digestivi da stress o da infezione, è ottimo come antinausea, (non in gravidanza) e nella flatulenza.

Aerofagia

È la tendenza a ingoiare aria che gonfia lo stomaco in quantità eccessiva, può provocare anche un rigonfiamento gassoso dell'addome con flatulenza oltre a frequenti eruttazioni.

Basilico methyl chavicolo 2 parti, sedano 1 parte, angelica 1 parte, limone 2 parti, camomilla romana 3 parti. Assumere in un cucchiaino di miele 3 gocce 2 volte al dì.

Digestione lenta

Per chi talora soffre di digestione lenta e pesante ed è infastidito dai sapori che "tornano su" si suggerisce una miscela di pronto intervento. Basilico 1 goccia, menta piperita 2 gocce, cardamomo 2 gocce. Assu-

mere in un cucchiaino di miele 1 o 2 gocce.

Infezioni intestinali

Le infezioni intestinali portano a diarrea nel tentativo del corpo di eliminare le tossine e il patogeno.

Basilico ct methyl chavicolo 1 ml, chiodi garofano 2 ml, basilico tulsi 3 ml, timo ct thyanolo 3 ml, timo ct linalolo 5 ml. Assumere 3 gocce della miscela in un cucchiaino di olio vegetale 5 volte al dì per 5 giorni, poi 2 gocce per 3 volte al dì per 1 settimana.

Basilico ct methyl chavicolo 9 gocce, menta piperita 9 gocce, chiodi garofano 9 gocce, cannella corteccia 3 gocce in 10 ml di olio vegetale di nigella sativa. Massaggiare con 5 o 6 gocce della miscela l'addome da 2 a 4 volte al dì fino a scomparsa dei sintomi.

Colite putrefattiva

È un'infezione intestinale con processi putrefattivi.

Basilico, cassia, lavanda vera in parti uguali. Assumere 3 gocce della miscela nel miele 2 volte al dì per 3 settimane.

Gastrite

È un'infezione della mucosa gastrica che può provocare nausea, gonfiore, bruciore o dolore di stomaco e può migliorare o peggiorare con l'assunzione di cibo.

Basilico ct methyl chavicolo 3 gc in un po' di cibo o in olio vegetale dopo i pasti.

Basilico ct methyl chavicolo 1 ml, lavanda vera 1 ml, camomilla romana 1 ml, maggiorana 2 ml, coriandolo 2 ml. Assumere in un cucchiaino di olio vegetale 2 gocce della miscela dopo i pasti fino a miglioramento dei sintomi.

Crampi allo stomaco

Basilico ct methyl chavicolo 1 goccia, camomilla romana 2 gocce, menta piperita 1 goccia. Assumere in un cucchiaino di miele 2 gocce al bisogno.

Epatite virale

È un'infezione del fegato causata da virus, che porta la morte (necrosi) delle cellule epatiche.

Basilico ct methyl chavicolo 1 ml, Ledum 3 ml, timo thyanolo 2 ml, ravintsara 3 ml. Assumere in un cucchiaino di miele 3 gocce della miscela per 3 volte al dì facendo cicli di 21 giorni oppure applicazioni locali con 6 gocce della miscela in qualche goccia di olio vegetale.

Disintossicazione epatica

Basilico ct methyl chavicolo, levistico, sedano, ledum, timo thyanolo in parti uguali. Assumere in un cucchiaino di miele 1 goccia 3 volte al giorno per 21 giorni, si possono fare più cicli.

Insufficienza pancreatica

È una condizione che deriva da un'alterazione della produzione, del rilascio o della degradazione degli enzimi pancreatici che determina cattiva digestione e malassorbimento delle sostanze nutritive, soprattutto dei grassi.

Basilico ct methyl chavicolo 1 parte, ledum 1 parte, vetiver 1 parte, litsea 2 parti, menta piperita 2 parti. Assumere in un cucchiaino di olio vegetale 2 gocce della miscela 3 volte al dì per 21 giorni, pausa di una settimana e ripetere un altro ciclo.

Sistema dermico

L'olio essenziale di basilico può essere utilizzato puro su punture di api, vespe, calabroni, zanzare, scorpioni, meduse, morsi di animali velenosi. Ha un potere antiveleno. Può essere utilizzato in miscele anche per l'herpes zoster.

Herpes zoster

È comunemente chiamato fuoco di Sant'Antonio ed è causato dal virus della varicella che dalla pelle si sposta nelle cellule nervose in cui può rimanere per anni latente, vivo, ma senza riprodursi, ospite del corpo. Solo nel caso in cui le difese immunitarie siano indebolite, inizia a riprodursi provocando l'herpes zoster, malattia caratterizzata da un'eruzione cutanea dolorosa con presenza di vescicole, solitamente limitata ad un lato del corpo.

Basilico ct methyl chavicolo, ravintsara, menta piperita, eucalipto radiata in parti uguali. Applicare 3-4 gocce sulle pustole o sulla zona dolorosa alcune volte al dì.

Verruche

Sono formazioni cutanee causate da virus.

Basilico ct methyl chavicolo 2 parti, albero del tè 2 parti, niaouli 4 parti, timo thyanolo 2 parti. Applicare 1 goccia due volte al giorno su ogni verruca.

Ambiente

È un ottimo purificante ambientale.

Oli essenziali sinergici

Per i dolori articolari e muscolari: al-
loro, ginepro, rosmarino ct canfora
Per i disordini da stress: neroli
Per stimolare il sistema immunitario:
timo ct linalolo, timo ct thuyanololo
Per il muco, come espettorante:
eucalipto radiata, pino silvestre, ra-
vintsara

AromaSPA: impiego per la cosmesi

Ha effetto tonificante, antiossidan-
te, schiarisce l'incarnato. Ottimo
aggiunto a tonici per il suo effetto
astringente e purificante. Si utilizza
per massaggi tonificanti, rassodanti,
snellenti. Indicato per sauna e ba-
gno turco. È efficace per la caduta
di capelli deboli, stimola la ricrescita.

Applicazione in Medicina Tradizionale Cinese

L'olio essenziale di basilico ha una
relazione particolarmente evidente
con stomaco, intestino e apparato
digerente. Inoltre agisce sulla de-
pressione che ha origine epatica. In
medicina cinese il Legno è control-
lato dal Metallo: se il Legno, cioè il
Fegato, è in eccesso si attua una
controinibizione che manda in defi-
cit il Metallo, il Polmone e si ha tri-
stezza e depressione.

In quanto a funzioni energetiche, il
basilico:

- libera l'esterno dal Vento-Freddo;
- fa scendere il Qi di Stomaco, ri-
solve la stasi di cibo;
- tonifica il Rene yang e drena
l'umidità nel Triplice Inferiore.

I sintomi di Vento-Freddo allo
Yangming sono: febbre con brividi,
mal di testa frontale e temporale,
congestione nasale, debolezza e
indolenzimento dei muscoli (in-
fluenza).

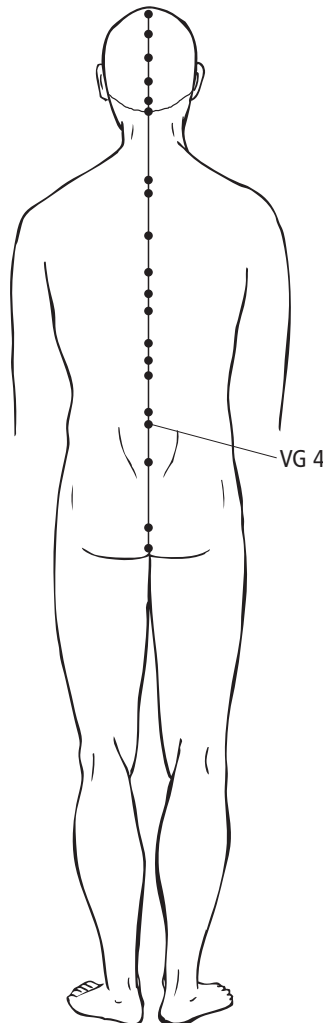
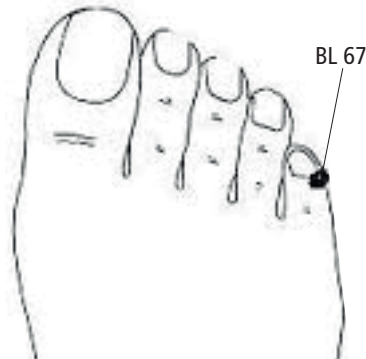
I sintomi della stagnazione del cibo
sono: nausea, gonfiore di stomaco,
difficile digestione delle proteine.

I sintomi di deficit di Rene yang
sono: infertilità, impotenza, man-
canza di latte materno, amenorrea
(assenza di mestruazioni), mal di
schiena, ginocchia deboli, minzioni
frequenti, cisti ovariche, prostatiti.
Inoltre sono presenti bassa autosti-
ma e scarsa fiducia in se stessi.

Applicato al punto BL 67 (V 67) fa-
vorisce il parto.

Diluito al 4% applicato ai meridiani
KI/BL (Rene e Vescica) li riequilibra.
Per stimolare lo yang di Rene: Ba-
silico ct methyl chavicololo 1 ml, Pino
del Canada 1 ml, Menta piperita 1
ml. Applicare 3 gc sul punto VG 4
(DM 4) due volte al giorno.

Un uso troppo prolungato può por-
tare all'esaurimento dello yang.



Utilizzo in cucina

L'olio essenziale di basilico può
essere aggiunto all'olio di oliva per
aromatizzare cibi e insalate.

Proprietà in psicoaromaterapia e aromaterapia sottile

L'olio essenziale di basilico sostie-
ne l'ordine e la precisione, si utilizza
per stimolare la concentrazione e
l'attenzione. Indicato per chi si di-
strae facilmente e per chi ha biso-
gno di sgombrare la mente da trop-
pi pensieri. Dona chiarezza, aiuta a
ordinare i pensieri, elimina la con-
fusione. È consigliato ai disordinati,
a chi è poco puntuale, a chi tende
a essere approssimativo e disordi-
nato con il cibo, le cure, la casa,
il lavoro, la vita affettiva. Stimola il
pensiero logico, razionale, scientifi-
co e tecnico, è utile per chi fa fa-
cilmente errori di distrazione e cal-
colo. Risulta particolarmente adatto
nello studio di materie scientifiche o
nel caso in cui si eseguano lavori di
precisione o di calcolo (ingegneri,
architetti, matematici, fisici, conta-
bili). Aiuta a richiamare alla mente
dati memorizzati in precedenza e
viene consigliato nell'ultima fase di
preparazione di esami o concorsi.

È efficace quando si deve trovare
una disciplina interiore e quando è
giunto il momento di mettere ordine
nella propria vita.

Stimola il bisogno di agire, risveglia
desideri e aspirazioni sopiti. Dona
entusiasmo e incrementa l'autosti-
ma. Aiuta quando si è a un punto
di svolta o si deve affrontare una
situazione di emergenza. Aumenta
lo stato di allerta e vigilanza, rende
più sensibili agli stimoli esterni. In-
vita a prendere una rotta, una dire-
zione e a seguirla, è un messaggio
di azione per quando si è impanta-
nati o troppo pigri, quando si ten-
de a rimandare, aiuta a ricercare
nuove opportunità. Se si è stanchi
e si deve completare un lavoro dà
la spinta per arrivare fino in fondo.
Dà la spinta per focalizzarsi sulle
questioni economiche, monetarie,
è manageriale.

Insegna che le azioni esterne sono
dirette da ciò che c'è nel profondo,
per cui attraverso i segni esterni si
possono cogliere tematiche inter-
ne e lo insegna con precisione, ad
ogni segno esterno corrisponde un
significato. L'ordine interiore è testi-

moniato da quello esteriore. Dà una direzione alla rabbia, alle emozioni represses. Mostra quali veleni ci sono nella nostra vita e se ci sono avvelenatori: persone, abitudini, comportamenti. Mostra che i veleni, i propri e non quelli che ci derivano dagli altri, possono essere trasformati in antidoti, in possibilità. Applicazioni: diffusione ambientale, inalazioni, applicazioni sul plesso solare con olio vegetale come veicolo.

La distillazione

L'olio essenziale di *Ocimum basilicum ssp basilicum* è estratto per distillazione a vapore dalle sommità fiorite della pianta. La resa va da 12 a 16% per un tempo di distillazione di 2 ore. 100 kg di sommità fiorite forniscono 1,2-1,6 litri di olio essenziale.

Alimenti biologici, oli essenziali, cosmesi naturale, prodotti fitoterapici a Milano e online sul sito

www.ilpuntobio.com



PUNTOBIO

MILANO
Ripa di Porta Ticinese, 79
Tel. +39 02 45490381

Scheda Basilico santo o tulsi

Nome Botanico: Ocimum sanctum

Famiglia: Labiatae

Parte usata: Sommità fiorite

Livello: Erbaceo

Nota: Alta

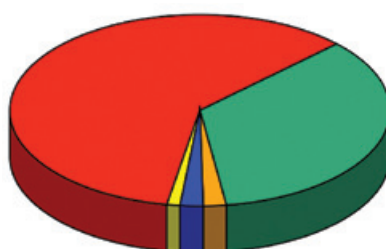
Movimento delle energie: Apertura e poi chiusura

Profumo: Pungente e speziato

Estrazione: Distillazione a vapore

Colore: Chiaro, giallino

Composizione



■	Fenoli ed eteri fenolici 60%
■	Sesquiterpeni 35%
■	Monoterpeni 2%
■	Esteri 2%
■	Ossidi 1%

Da "Aromacolor" di Luca Fortuna

Dosaggi in aromaterapia

- Inalazioni: da 3 a 8 gocce al dì
- Frizioni: da 0,5 a 100%
- Bagni: da 10 a 30 gocce
- Aromatintura: da 10 a 30 gocce in 50 ml di tintura
- Somministrazione: da 3 a 9 gocce al dì
- Diffusione: standard

Livello di sicurezza

Non utilizzare in gravidanza, allattamento e sotto i 6 anni. Attenzione nell'utilizzo a concentrazioni superiori al 2-5%, attenzione nel lungo periodo.

Legenda:

eccezionali **** eccellenti *** buoni **

Proprietà in aromaterapia applicata

- Adattogeno ***
- Immunomodulante e immunostimolante, indicato nel trattamento di diverse infezioni **

- Antimicotico **
- Antinfiammatorio **
- Ipoglicemizzante **
- Ipocolesterizzante **
- Espettorante, mucolitico **
- Antistaminico **
- Antiossidante e antinvecchiamento sui tessuti **

Indicazioni terapeutiche

- Stress, astenia, convalescenza, affaticamento mentale ***
- Infezioni, in particolare intestinali e respiratorie **
- Diabete **
- Ipercolesterolemia **
- Asma, bronchite, allergie **
- Artrite **

È simile al basilico ct methyl chavicol, ma ha tanti sesquiterpeni che ne rallentano la velocità e lo rendono più gestibile. La sua azione a livello del sistema nervoso ha meno picchi, è al tempo stesso attivante e tranquillizzante.

Sistema nervoso

L'olio essenziale di basilico tulsi è un adattogeno, ottimo in caso di stress; anche semplicemente diffuso nell'ambiente stimola il sistema nervoso, riduce il cortisolo e agisce sulle ghiandole surrenali; accelera il recupero quando si è in convalescenza e negli stati di affaticamento fisico e mentale.

Sistema endocrino

È indicato alle persone che tendono al diabete essendo un ipoglicemizzante. Stimola i surreni.

Sistema immunitario

È un buon antisettico, meno rispetto al basilico ct methyl chavicol, avendo meno fenoli la sua azione è meno incisiva, è un buon antimicotico.

Sistema cardio-circolatorio

È cardiotonico e riduce il colesterolo.

Sistema muscolo-scheletrico

È un buon antinfiammatorio. Inibisce le prostaglandine proinfiammatorie e il metabolismo dell'acido arachidonico, pertanto si utilizza nelle miscele per le infiammazioni articolari: artrite, artrosi, reumatismi, è un analgesico locale, in particolare riduce gli edemi infiammatori.

Muscoli affaticati e dolenti, troppo forzati

Basilico tulsi, lemongrass, basilico methyl chavicol, zenzero in parti uguali. Diluire dal 2 al 5% in olio vegetale o gel e applicare.

Sistema respiratorio

È un buon espettorante e mucolitico, utile nel trattamento di raffreddore, tosse, febbre e sindrome influenzale. Valido nel trattamento delle allergie.

Asma

Basilico tulusi 4 parti, incenso 1 parte. Assumere 3 gocce in un cucchiaino di miele due volte al dì dopo i pasti per 3 settimane, proseguire poi con basilico tulusi 1 parte, abete bianco 2 parti. Assumere 1 goccia in un cucchiaino di miele due volte al dì dopo i pasti per 3 settimane, pausa 1 settimana. Ripetere il ciclo più volte.

Sistema digestivo

Ha un'azione antiulcera e protegge in caso di assunzione di farmaci (aspirina) o alcol. È efficace nel distruggere gli enterobatteri, E. Coli e Salmonella in particolare. Ha anche un'azione antielmintica (elimina i vermi).

Diarrea

Basilico tulusi e maggiorana in parti uguali. Assumere 2 o 3 gocce della miscela nel miele più volte al giorno.

Colite ulcerosa

È una malattia infiammatoria cronica che colpisce il retto e il colon. Esordisce di solito con attacchi di diarrea e dolori addominali associati a presenza di sangue e muco nelle feci. Gli attacchi variano in intensità e durata e possono intervalarsi a periodi asintomatici.

Basilico tulusi 4 ml, angelica 1 ml, camomilla blu 1 ml. Assumere 2 gocce in un cucchiaino di miele due volte al dì dopo i pasti per cicli di 21 giorni con una settimana di pausa.

Sistema dermico

Ha un'azione antiparassitaria e deodorante.

Altro

È utile nel recupero dai danni prodotti dalla cocaina.

Ambiente

È un ottimo olio essenziale per lo space clearing, la pulizia energetica dell'ambiente. Si utilizza in diffusione.

Oli essenziali sinergici

È ottimo in miscela con il basilico ct methyl chavicololo, l'effetto dei due oli essenziali in miscela tra loro è

esponenziale rispetto all'uso degli oli singoli.

Per i vermi e i parassiti intestinali: angelica.

Per tenere lontane le zanzare: eucalipto globulus.

AromaSPA: impiego per la cosmesi

Si consigliano bagni aromatici e frizioni molto diluite per la pelle edematosa.

Nello shampoo rinforza i capelli e purifica il cuoio capelluto.

Proprietà in psicoaromaterapia e aromaterapia sottile

È l'olio essenziale che dirige verso se stessi, fa guardare all'interno,

spinge ad assumersi le proprie responsabilità senza cercare colpevoli all'esterno. Aiuta a ricercare e vedere i semi della sofferenza, della paura, della rabbia e della gelosia, della vergogna, dell'illusione, a vedere gli errori commessi e coltivati nel tempo, porta una profonda consapevolezza.

È un adattegeno, perfetto per lo stress, insegna a utilizzare le proprie risorse piuttosto che opporsi a ciò che c'è. Migliora la capacità di adattamento, la resistenza e le performance fisiche e psichiche, insegna come interagire con gli eventi stressanti.

Focalizza sul presente, per chi è troppo attaccato al passato e vive di rimorsi, rimpianti, illusioni, ma anche per chi è troppo proiettato verso il futuro e si lascia assalire da ansie e preoccupazioni.

Applicazioni: diffusione ambientale, inalazioni, applicazioni sul plesso solare con olio vegetale come veicolo.

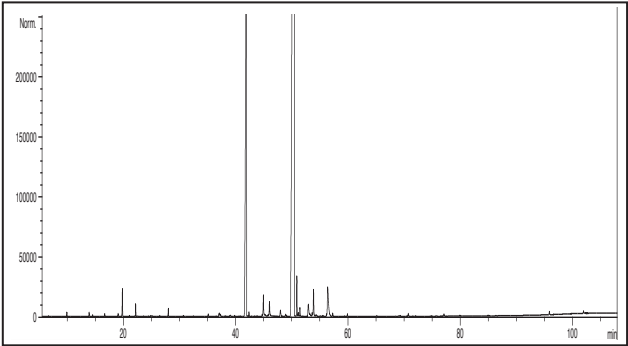


Profilo cromatografico: basilico

Pics	Temps de rétention	Constituants	%
1	5,0	ACETONE	0,01
2	6,6	2-METHYLBUTANAL	0,01
3	6,7	ISOVALERALDEHYDE	0,01
4	6,8	ETHANOL	0,01
5	9,9	α -PINENE	0,06
6	10,0	α -THUYENE	0,01
7	13,9	β -PINENE	0,07
8	14,5	SABINENE	0,03
9	16,7	β -MYRCENE	0,05
10	19,0	LIMONENE	0,06
11	19,8	1,8-CINEOLE	0,50
12	21,1	Cis- β -OCIMENE	0,01
13	22,0	γ -TERPINENE	0,01
14	22,1	Trans- β -OCIMENE	0,20
15	22,6	3-OCTANONE	0,01
16	23,6	p-CYME	0,01
17	24,4	TERPINOLENE	0,01
18	24,9	OCTANAL	0,04
19	26,5	ACETATE DE cis-3-HEXENYLE	0,01
20	28,0	6-METHYL-5-HEPTEN-2-ONE	0,14
21	30,7	3-HEXEN-1-OL	0,02
22	31,4	3-OCTANOL	0,01
23	32,5	FENCHONE	0,01
24	35,1	cis-OXYDE DE LINALOL	0,05
25	36,5	α -CUBEBENE	0,01
26	37,0	Trans-OXYDE DE LINALOL	0,06
27	37,1	MENTHON	0,08
28	37,3	ACETATE D'OCTYLE	0,05
29	38,2	ISOGERANIAL	0,02
30	39,0	α -COPAENE	0,04
31	39,1	ISOMENTHON	0,02
32	39,8	ISONERAL	0,02
33	40,6	CAMPHE	0,01
34	40,8	α -GURJUNENE	0,01
35	41,9	LINALOL	20,03
36	42,1	β 1-CUBEBENE	0,02
37	42,4	1-OCTANOL	0,09
38	42,9	BERGAMOTENE ISOMERE	0,01
39	43,4	ACETATE DE MENTHYLE	0,01
40	43,8	α ,cis-BERGAMOTENE	0,02
41	44,7	ε -CADINENE	0,04
42	44,9	α -trans-BERGAMOTENE	0,63
43	45,3	β -ELEMENE	0,05
44	45,6	CETONE TERPENIQUE	0,04
45	45,9	TERPINENE-4-OL	0,05
46	46,0	β -CARYOPHYLLENE	0,45
47	48,0	MENTHOL	0,22
48	49,1	FARNESENE ISOMERE	0,06
49	49,4	PULEGONE	0,01
50	50,2	E- β -FARNESENE	0,15
51	50,4	ESTRAGOLE	71,49
52	50,9	SESQUITERPENE	0,70
53	51,0	NERAL	0,01
54	51,1	Z- β -FARNESENE	0,09
55	51,4	α -TERPINEOL	0,19
56	51,9	LEDENE	0,01
57	52,9	GERMACRENE D	0,51
58	53,2	SESQUITERPENE	0,10
59	53,6	β -BISABOLENE	0,10
60	53,7	SESQUITERPENE	0,02
61	53,9	GERANIAL	0,74
62	54,3	BICYCLOGERMACRENE + CARVONE	0,10
63	55,0	SESQUITERPENE	0,02
64	55,5	δ -CADINENE	0,03
65	56,2	γ -CADINENE	0,04
66	56,4	α -BISABOLENE	1,62
67	57,3	NEROL	0,09
68	57,8	SABINOL ISOMERE	0,01
69	59,4	Trans-ANETHOLE	0,01
70	59,9	GERANIOL	0,06
71	65,1	2,6-DIMETHYL-3,7-OCTADIENE-2,6-DIOL	0,02
72	68,4	OXYDE D'ISOCARYOPHYLLENE	0,01
73	69,0	OXYDE DE CARYOPHYLLENE	0,03
74	69,3	METHYLEUGENOL	0,03
75	70,5	ANISALDEHYDE	0,02
76	70,7	NEROLIDOL	0,10
77	71,5	Époxy-6,7-HUMULENE	0,01
78	72,0	ACIDE CAPRYLIQUE	0,01
79	75,7	SPATHULENOL	0,02
80	77,1	EUGENOL	0,06
81	80,0	α -BISABOLOL	0,02
82	85,0	CHAVICOL	0,02
83	95,9	3-METHOXY-CINNAMALDEHYDE	0,08
84	102,0	COMPOSÉ AROMATIQUE Mw=164	0,07
		TOTAL	99,99

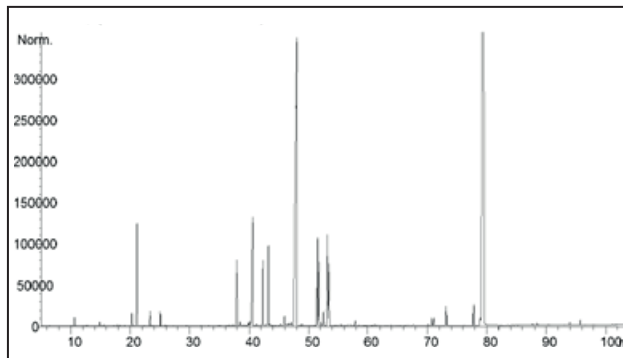
Date de l'analyse – date of the analysis : Juillet 2014,

Pranarôm Int.
C. Schulze
Contrôle qualité



Profilo cromatografico: basilico santo o tulsi

Pics	Temps de rétention	Constituants	%
1	10,6	α -PINENE	0,14
2	10,7	α -THUYENE	0,01
3	12,7	CAMPHERE	0,01
4	14,9	β -PINENE	0,08
5	15,5	SABINENE	0,02
6	17,2	Δ^3 -MYRCENE	0,01
7	17,8	β -MYRCENE	0,02
8	18,2	α -PHELLANDRENE	0,01
9	19,1	α -TERPINENE	0,01
10	20,3	LIMONENE	0,27
11	21,1	1,8-CINEOLE	2,58
12	22,3	Cis- β -OCIMENE	0,01
13	23,3	γ -TERPINENE	0,29
14	23,5	Trans- β -OCIMENE	0,01
15	23,8	3-OCTANONE	0,01
16	25,0	p-CYME	0,28
17	25,9	TERPINOLENE	0,02
18	29,5	6-METHYL-5-HEPTEN-2-ONE	0,01
19	33,2	1-OCTEN-3-OL	0,01
20	34,7	PERILLENE	0,01
21	36,6	α -p-DIMETHYLSTYRENE + cis-OXYDE DE LINALOL	0,02
22	37,3	PLINOL	0,04
23	38,0	α -CUBEBENE	2,01
24	38,4	SESQUITERPENE	0,11
25	38,6	Trans-OXYDE DE LINALOL	0,02
26	39,1	ALCOOL TERPENIQUE	0,02
27	39,2	CYCLOSATIVENE	0,01
28	39,8	YLANGENE	0,11
29	40,0	β -PATCHOULENE	0,14
30	40,2	SESQUITERPENE	0,08
31	40,6	α-COPAENE	4,43
32	41,2	CLOVENE	0,06
33	42,0	β -BOURBONENE	0,06
34	42,3	CAMPHERE	1,67
35	42,6	BENZALDEHYDE	0,02
36	42,8	COMPOSÉ Mw=192	0,03
37	43,0	α -GURJUNENE	0,04
38	43,2	LINALOL	1,78
39	43,4	β 1-CUBEBENE	0,09
40	45,4	SESQUITERPENE	0,06
41	46,0	ISOCARYOPHYLLENE	0,36
42	46,2	ACETATE TERPENIQUE + COMPOSÉ Mw=220	0,05
43	46,6	α ,trans-BERGAMOTENE	0,12
44	47,0	β -ELEMENE	0,22
45	48,0	β-CARYOPHYLLENE	22,47
46	48,2	AROMADENDRENE	0,01
47	48,9	SESQUITERPENE	0,07
48	49,5	CADINA-3,5-DIENE	0,01
49	50,1	CADINADIENE ISOMERE	0,02
50	51,1	ZONARENE	0,01
51	51,5	ISOBORNEOL	2,69
52	51,7	ESTRAGOLE	1,38
53	52,1	α -HUMULENE	0,12
54	52,5	γ -TERPINEOL	0,35
55	53,1	TERPINEOL ISOMERE	2,10
56	54,3	α -TERPINEOL	0,41
57	53,4	ACETATE DE TERPENYLE	1,57
58	53,5	BORNEOL	0,07
59	54,6	GERMACRENE D	0,03
60	54,8	ACETATE DE NERYLE	0,01
61	55,1	SESQUITERPENE	0,01
62	55,5	β -SELINENE + α -MUUROLONE	0,04
63	55,8	α -SELINENE + GERANIAL	0,01
64	56,0	BICYCLOGERMACRENE	0,02
65	56,6	CITRONELLOL	0,04
66	57,0	δ -CADINENE	0,02
67	57,1	γ -CADINENE + Cis-ANETHOLE	0,01
68	57,8	α -BISBOLENE	0,13
69	58,3	SALICYLATE DE METHYLE	0,01
70	58,5	CADINA-1,4-DIENE	0,02
71	58,8	NEROL	0,02
72	59,2	α -AMORPHENE	0,01
73	60,9	COMPOSE AROMATIQUE	0,02
74	61,1	Trans-ANETHOLE	0,04
75	61,6	GERANIOL	0,02
76	61,7	CALAMENENE	0,01
77	61,9	p-CYMENE-8-OL	0,01
78	63,9	SAFROLE	0,01
79	64,6	COMPOSÉ AROMATIQUE	0,01
80	65,6	ALCOOL PHENILETHYLIQUE	0,01
81	66,7	2,6-DIMETHYL-3,7-OCTADIENE-2,6-DIOL	0,01
82	67,7	ACETATE DE BENZENE PROPANOL	0,03
83	70,0	OXYDE D'ISOCARYOPHYLLENE	0,02
84	70,2	SESQUITERPENOL	0,05
85	70,7	OXYDE DE CARYOPHYLLENE	0,22
86	71,1	METHYLEUGENOL	0,19
87	73,2	E-CINNAMALDEHYDE	0,47
88	74,4	Epi-CUBENOL	0,01
89	74,6	CUBENOL	0,01
90	74,9	ELEMOL	0,01
91	76,2	2-METHOXY-4-PROPYL PHENOL Mw=166	0,01
92	77,8	CINNAMATE D'ETHYLE	0,59
93	79,9	ACETATE DE CINNAMYLE	0,35
94	79,5	EUGENOL	50,45
95	83,5	MYRISTICINE	0,01
96	85,9	CARYOPHYLLA-3,7-DIEN-6-OL	0,01
97	87,7	SESQUITERPENONE Mw=218	0,06
98	88,0	CHAVICOL	0,01
99	88,5	SESQUITERPENONE Mw=218	0,07
100	90,4	SESQUITERPENONE Mw=218	0,03
101	90,7	SESQUITERPENONE Mw=218	0,02
102	94,0	COMPOSÉ DIOXYGENÉ Mw=236	0,08
103	95,7	COMPOSÉ DIOXYGENÉ Mw=236	0,13
		TOTAL	99,99



Date de l'analyse – date of the analysis : Juin 2014, Pranarôm Int. C. Schulze
Contrôle qualité

Bibliografia

- Bertona Mara, *Il grande libro dell'aromaterapia e aromacosmesi*, Xenia, Milano, 1998
- Festy Daniele, *La mia bibbia degli oli essenziali*, Sonda, Casale Monferrato, 2012
- Fortuna Luca, *Aromaterapia per l'Anima*, Xenia, Milano, 2005
- Fortuna Luca, *Aromaterapia Naturopatica*, Edizioni Enea, Milano, 2009
- Fortuna Luca, *Aroma-color*, Edizioni Enea, Milano, 2009
- Fortuna Luca, *Chimica, biochimica e metachimica degli oli essenziali*, Edizioni Enea, Milano, 2010
- Paoluzzi Leonardo, *Phytos olea*, Morphema, Terni, 2013
- Pranarom, *Aromaneuws*

La parola chiave relativa agli oli essenziali è tratta dal libro *Aromaterapia per l'anima* di Luca Fortuna (Xenia).



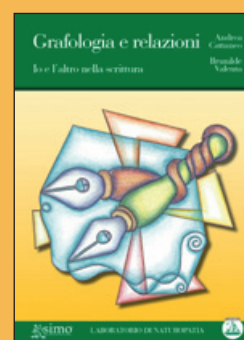
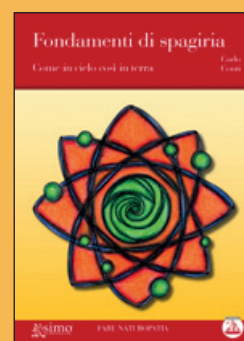
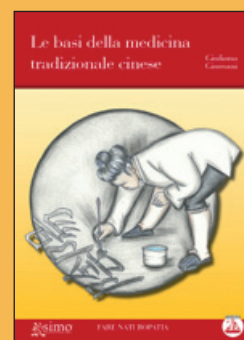
Edizioni Enea



Libri in catalogo

Al di là del bene e del male (SdR 13) di Priscilla Bianchi
Analisi di laboratorio per operatori della salute di Riccardo Forlani
Anatomia e fisiologia per operatori della salute di R. Forlani e C. Trevisani
Aroma-color di Luca Fortuna
Aromaterapia Naturopatica di Luca Fortuna
Audiocorso di Alimentazione e salute di Catia Trevisani
Audiocorso di Anatomia per operatori della salute di Riccardo Forlani
Audiocorso di Aromaterapia Naturopatica di Luca Fortuna
Audiocorso di Feng Shui di Marzia Mazzi e Stefan Vettori
Audiocorso di Fiori di Bach e Naturopatia di Catia Trevisani
Audiocorso di Introduzione alla Naturopatia di Catia Trevisani
Audiocorso di Medicina Tradizionale Cinese di Catia Trevisani
Audiocorso di Psicosomatica di Caterina Carloni e Catia Trevisani
Che tipo psicologico sei? (SdR 11) di Priscilla Bianchi
Chimica, biochimica e metachimica degli oli essenziali di Luca Fortuna
Co-creare di Angelo Ballardori
Come migliorare le nostre relazioni (SdR 9) di Priscilla Bianchi
Crescere con amore di Antonella Coccagna e Lorenzo Locatelli
Cucinare secondo Natura di Antonietta Rinaldi
Curarsi con la Naturopatia vol. 1 a cura di Catia Trevisani
Curarsi con la Naturopatia vol. 2 a cura di Catia Trevisani
Curarsi con la Naturopatia vol. 3 a cura di Catia Trevisani
Dal denaro al donare, l'anagramma del cambiamento di Giovanni Maccioni
Educare con le fiabe di Gino Aldi
Educare oggi. Con DVD di Paolo Crepet
Feng Shui Naturopatico di Omar Discepoli
Fiori di Bach e Naturopatia di Catia Trevisani
Fondamenti di chimica per naturopati di G. Ferrero, I. Husu, M. Picconi
Fondamenti di Nutrizione di Catia Trevisani
Fondamenti di patologia per operatori della salute di Riccardo Forlani
Fondamenti di Psicosomatica di Caterina Carloni
Guida pratica al massaggio olistico di Camilla Piantanida
Guida pratica alla percezione dell'energia di Angelo Ballardori
Guida pratica alla ricerca dei punti di agopuntura di Giuliana Giussani
Guida pratica all'aromaterapia di Vera Sganga
I colori del cuore di Marcello Schmid
I fondamenti della relazione di Gino Aldi
Il castello delle mille sorgenti di Emanuele Piccioni
Il centro estivo di Pasquale Borriello
Il paese degli alberi di fuoco di Emanuele Piccioni
Il segreto supremo (SdR 15) di Priscilla Bianchi
Imparare con le mappe mentali di Federica Aragone
Introduzione alla Naturopatia di Anna Melai e Catia Trevisani
Iridologia del profondo di Lucio Birello e Daniele Lo Rito
Iridologia e Ayurveda di Federica Zanoni, Daniele Lo Rito
Iridologia Naturopatica di Lucio Birello e Daniele Lo Rito
Ki Therapy di Angelo Ballardori
L'arte dell'agire (SdR 4) di Priscilla Bianchi
L'arte dell'equilibrio (SdR 6) di Priscilla Bianchi
La chiave per realizzarsi (SdR 14) di Priscilla Bianchi
La conoscenza segreta (SdR 5) di Priscilla Bianchi
La crisi come opportunità di crescita (SdR 2) di Priscilla Bianchi
La cura naturale della mamma e del bambino a cura di Catia Trevisani
La favola della crisi di Hernán Casciari e Andrea Bizzocchi
La relazione con il Divino (SdR 10) di Priscilla Bianchi
La scienza della relazione (SdR 1) di Priscilla Bianchi
Le Reflessoterapie dell'Ultrasensibile di Gianmichele Ferrero
Lettura+Ascolto di Maurizio Falghera
L'iridologia proiettata nella dimensione spazio-temporale di Daniele Lo Rito
Manuale di floriterapia di Cristiana Zenoni
Noi e la morte (SdR 3) di Priscilla Bianchi
Proprietà e profilo animico delle piante officinali di Raffaele Curti
Reflessologia Naturopatica di Catia Trevisani
Riscoprire l'autorità di Gino Aldi
Segni, sintomi ed emozioni in Omeopatia di Domenico Claps
Spring di Federica Aragone
Tecniche di Cristalloterapia di Angelo Ballardori
Terapia del colore di Gloria Grazzini
Tu non sei solo (SdR 12) di Priscilla Bianchi
Un'altra scuola è possibile di G. Aldi, G.C. Belvedere, A. Coccagna, L. Locatelli, S. Pavone
Una nuova ecologia (SdR 8) di Priscilla Bianchi
Una storia vera e uno studio clinico di medicina integrata di Claudia Barzaghi
Vademecum di Omeopatia di Alfredo Mandice
Volere è potere (SdR 7) di Priscilla Bianchi

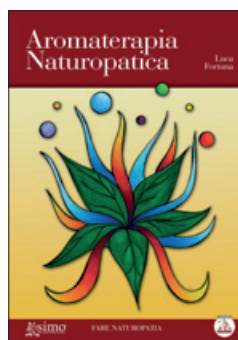
Novità



È online il nuovo sito delle Edizioni Enea

WWW. EDIZIONIENEA.IT

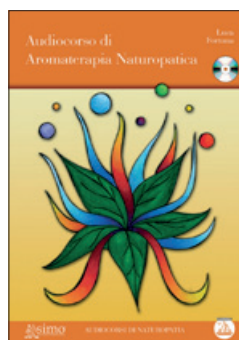
Scopri le nostre offerte, i contenuti gratuiti e tutti i nostri libri su naturopatia, benessere, educazione, spiritualità, crescita personale...



AROMATERAPIA NATUROPATICA

di Luca Fortuna
ill., 174 pagine
3° edizione: aprile 2009
ISBN 978-88-95572-15-4
ISBN 978-88-95572-36-9 ebook

€ 16,00 - Ebook € 7,99



AUDIOCORSO DI AROMATERAPIA NATUROPATICA

di Luca Fortuna
con CD, 74 pagine
Durata audio: 4 ore e 20 minuti
1° edizione: marzo 2009
ISBN 978-88-95572-11-6

€ 24,00



AROMA-COLOR I profili aromatici in relazione alle famiglie chimiche

di Luca Fortuna
ill. col., 168 pagine
2° edizione: marzo 2012
ISBN 978-88-95572-10-9

€ 49,00



CHIMICA, BIOCHIMICA E METACHIMICA DEGLI OLI ESSENZIALI

di Luca Fortuna
ill., 440 pagine
1° edizione: luglio 2010
ISBN 978-88-95572-26-0

€ 49,00



PSICO- AROMATERAPIA SCIAMANICA

di Luca Fortuna
136 pagine
1° edizione: novembre 2012
ISBN 978-88-95572-87-1

€ 29,00

a scuola di naturopatia

corso professionale
quadriennale

1600
ore

simo
scuola
italiana di
medicina
olistica

direzione
dott.ssa Catia Trevisani

UpoTn
Unione Professionisti
Olistici Italiani Naturopati



www.scuolasimo.it

Iscritti all'Albo Regionale
Operatori Accreditati dalla
Regione Lombardia n. 357



simo[®]
Scuola Italiana di Medicina Olistica

Sede Legale MILANO
Ripa di Porta Ticinese, 79
20143 MILANO

tel. 02 89420556
fax 02 56561018