



numero

ambrosia 59

NEWSLETTER **bimestrale**
di Medicina Olistica **anno 2016**

Direttore Responsabile:
Catia Trevisani.

Direttore Scientifico:
Catia Trevisani.

Testi di:
Catia Trevisani.

Immagini tratte da:
Pixabay

La riproduzione anche parziale di testi
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

AROMATERAPIA

l'olio essenziale di ROSMARINO



Care amiche e amici,

siamo al tredicesimo 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 la mirra ci apprestiamo a conoscere l'olio essenziale di rosmarino che ci dona stabilità e sostegno, capacità di consolidare ciò che c'è prima di lanciarsi nel nuovo; ma attenzione, porrà fine a ciò che non ci serve, a ciò che ci rende instabili. Accresce l'autostima, la voglia di fare, il desiderio di autoaffermazione, la capacità di concretizzare. Incrementa la resistenza allo sforzo, la capacità di portare attenzione, di focalizzare, di memorizzare. Aiuta a riconoscere tutto ciò che di buono abbiamo fatto, a ricordare la nostra strada, quella originaria, e ci sostiene nel percorrerla.

Catia Trevisani
catiatrevisani@scuolasimo.it

La chimica degli oli essenziali

Gli oli essenziali al loro interno comprendono solo 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. L'ossigeno ha un'energia molto alta con picchi e punte, 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 molto spigoloso. Possono anche 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.

L'olio essenziale di rosmarino

Originario di Europa, Asia, Africa, il rosmarino cresce spontaneamente nell'area mediterranea nelle zone litoranee, nelle macchie mediterranee, sui dirupi sassosi e assolati dell'entroterra dal livello del mare fino alle colline, ma anche nella pianura padana nei luoghi sassosi e collinari. È noto anche come ramerino. Letteralmente il suo nome significa rosa del mare o, secondo alcuni studiosi di etimologia, rugada del mare. Il rosmarino è un arbusto che raggiunge i 50-300 cm, le radici sono profonde e resistenti, i fusti legnosi eretti, prostrati o ascendenti sono molto ramificati. Le foglie, persistenti e coriacee, sono opposte, lineari-lanceolate, numerosissime sui rametti, di colore verde cupo lucente sulla pagina

superiore e biancastro su quella inferiore per la presenza di peluria bianca, sono ricche di ghiandole oleifere. I fiori ermafroditi sono sessili e piccoli, di colore lilla-indaco, azzurro-violacei, sono riuniti in piccoli grappoli. Fioriscono da marzo a ottobre. L'impollinazione è entomofila, avviene tramite insetti tra cui le api.

I miti

Anticamente veniva utilizzato principalmente come pianta funeraria sia in Egitto che in Grecia e nell'Impero romano. Si racconta che la regina d'Ungheria abbia utilizzato l'essenza di rosmarino per un'acqua aromatica, ancora oggi conosciuta e preparata come Acqua della Regina di Ungheria, che la fece ringiovanire al punto che, all'età di settant'anni fu chiesta in sposa dal re della Polonia. In ambito medico un primo utilizzo risale alla metà del 1600 quando venne inserito, insieme ad altri oli essenziali, in un preparato conosciuto come aceto dei quattro ladri, che, applicato sul corpo, proteggeva dalla peste.

La leggenda narra che i fiori del rosmarino inizialmente esistevano solo bianchi ma che diventarono blu violetto dopo che la Vergine Maria, durante una sosta nella fuga in Egitto, posò il suo mantello su un cespuglio di rosmarino.

Esistono tre chemotipi principali di rosmarino, estratti tutti dalla stessa pianta. Il rosmarino ct canfora agisce maggiormente sull'apparato muscolo-scheletrico ed è tra i tre quello con l'azione più persistente e profonda. Il rosmarino ct cineolo ha un maggior contenuto di ossidi e quindi è più attivo e veloce e la sua azione si rivolge soprattutto all'apparato respiratorio. Il rosmarino ct verbenone è caratterizzato dalla presenza del chetone verbenone che è un composto tranquillo, pur appartenendo alla famiglia dei chetoni, e ha il suo campo elettivo sull'apparato digerente e in particolare sul fegato.

PROSSIME SPECIALIZZAZIONI

FITOTERAPIA

18-19 Giugno 2016
(8 week end)
Con Deborah Pavanello

SPAGYRIA

22-23 Ottobre 2016
(8 week end)
Con Carlo Conti

AROMATERAPIA INTEGRATA

5-6 Novembre 2016
(9 week end)
Con Luca Fortuna

Info: 0289420556
www.scuolasimo.it



Catia Trevisani

Scegli di splendere

Corso di autoguarigione

Milano 2017-2018 (sesta edizione)
4 giugno, 3 settembre, 19 novembre,
14 gennaio, 11 marzo, 13 maggio



Sei 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 sei 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

SCHEDA ROSMARINO A CANFORA

Nome Botanico: Rosmarinus officinalis

Famiglia: Labiateae

Parte usata: Foglie e rametti

Livello: Arbustivo

Nota: Bassa

Movimento delle energie: Chiusura

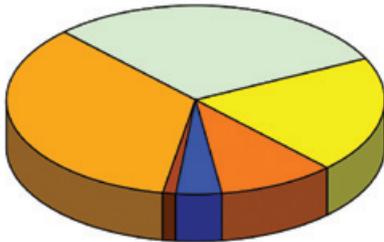
Profumo: Erbaceo, acidulo

Estrazione: Distillazione a vapore

Colore: chiaro

Composizione

Famiglie chimiche e costituenti principali: ossidi (1,8-cineolo), monoterpeni (limonene, pinene, camphene), chetoni (canfora 20%).



	Monoterpeni 35%
	Chetoni 30%
	Ossidi 20%
	Alcoli 10%
	Esteri 4%
	Altri 1%

Da "Aromacolor" di Luca Fortuna

Dosaggi in aromaterapia

- Inalazioni: da 2 a 9 gocce al dì
- Frizioni: da 1 a 100%
- Bagni: da 5 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 tossico, non irritante e non sensibilizzante. No in gravidanza e allattamento, nei bambini sotto i 2 anni e nei soggetti epilettici.

Legenda:

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

Proprietà in aromaterapia applicata

L'olio essenziale di rosmarino a canfora ha numerose proprietà:

- Analgesico****
- Antinfiammatorio****
- Antireumatico****
- Stimolante****
- Mucolitico, balsamico***
- Antimicrobico**
- Drenante epatico, stomacico, eupeptico**
- Antiparassitario***

Risultati in base alla via di somministrazione

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

Indicazioni terapeutiche

- Stiramenti e strappi muscolari, crampi, dolori articolari, artrite, artrosi, poliartrite e reumatismi****
- Tosse cavernosa e con soffio, asma***
- Ipotensione***
- Colite, dispepsia, flatulenza**
- Scabbia**

È caratterizzato dal chetone canfora che viene assorbito rapidamente dalla pelle e produce una sensazione di freschezza simile a quella indotta dal mentolo, con una spiccata azione antinfiammatoria, antimicrobica e anestetica. Questo chemotipo di rosmarino agisce su tutti i dolori dell'apparato muscoloscheletrico: stiramenti e strappi muscolari, crampi, dolori articolari, artrite, artrosi, poliartrite e reumatismi. La canfora è un efficace analgesico e antinfiammatorio. Una volta che l'infiammazione si è spenta si può passare a un altro analgesico locale. Ha anche un buon effetto sul sistema respiratorio. Anche se non è il suo campo elettivo, agisce sull'apparato digerente aumentando la produzione della bile, stimolando il drenaggio epatico e contrastando flatulenza e colite. L'effetto decongestionante e tonico agisce anche sul cuore.

Sistema nervoso

È fortemente stimolante, molto efficace per dare tono generale a un organismo affaticato.

Astenia

Rosmarino a canfora. Inalazioni secche (annusare direttamente dalla boccetta) o diffusione ambientale.

Rosmarino a canfora, pepe, noce moscata in parti uguali. Può essere diffuso nell'ambiente se l'astenia è forte.

Per un bagno tonificante aggiungere 15 gocce di olio essenziale di rosmarino a canfora all'acqua della vasca, rimanere immersi per una ventina di minuti. Dopo essersi asciugati, massaggiare la spina dorsale con una miscela composta da 1 cucchiaino di olio di argan con 5 gocce di olio essenziale.

Sistema respiratorio

Antisettico. Ottimo per la tosse cavernosa del fumatore e quella con soffio, per l'asma e la febbre da fieno. È utile nell'ipertensione polmonare, ha un'azione decongestionante e stimolante del respiro.

Tosse

Rosmarino a canfora 5 parti, cajuput 3 parti, benzoino una parte. Applicare sul petto poche gocce della miscela diluite in poche gocce di olio vegetale.

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

Sistema circolatorio

Vasoprotettivo. Per i soggetti ipotensi alza la pressione. Cardiotonico, dilata le coronarie e aumenta l'afflusso di sangue verso il cuore. Riduce il colesterolo, utile per l'aterosclerosi. Tratta i geloni.

Ipotensione e astenia

Inalazioni secche o diffusione ambientale di rosmarino a canfora.

Sistema linfatico

Drenante. Detossinante.

Sistema endocrino

Stimolante. In particolare è attivo sulle ghiandole surrenali che si esauriscono in caso di stress prolungato portando a stanchezza e mancanza di lucidità.

Rosmarino a canfora 8 parti, noce moscata 3 parti, chiodi di garofano 3 parti. Diluito al 10% in olio vegetale si utilizza per frizioni all'altezza delle surrenali oppure per fare compresse con 2 ml di olio vegetale e 10 gocce della miscela. Applicare localmente.

Sistema digerente

Fa aumentare la produzione della bile. È un drenante epatico. Si può utilizzare in caso di flatulenza e colite.

Sistema osteo-muscolare

Ottimo per i dolori, grazie alla canfora. È consigliato per stiramenti muscolari, crampi, strappi muscolari, dolori articolari, artrite, artrosi, poliartrite, reumatismi. Regolarizza il tono della muscolatura.

Mix rinvigorente per i muscoli

Rosmarino a canfora 5 parti, noce moscata 5 parti, lavanda vera 1 parte. Diluire in 10 ml di o.v.

Rosmarino a canfora 5 parti, noce moscata 5 parti, lavanda spica 5 parti. Diluire in 10 ml di o.v., e applicare localmente per dolori muscolari lievi.

Strappi muscolari

Rosmarino a canfora 1 ml, wintergreen 1 ml in 5 ml di o.v. di calophylla. Applicare poche gocce del mix localmente fino a 3 volte al di.

Crampi muscolari

Rosmarino a canfora 1 ml, pino della Patagonia 1 ml in 10 ml o.v. di iperico o di arnica. Applicare localmente.

Rosmarino a canfora 2 parti, wintergreen 3 parti, lavanda spica 2 parti. Diluire in o.v. e applicare localmente.

Rosmarino a canfora 1 ml, wintergreen 2 ml, alloro 1 ml, abete balsamico 1 ml in 5 ml di o.v. di nocciolo. Applicare localmente.

Siero per muscoli (contratture) e articolazioni

Rosmarino a canfora 1 ml, wintergreen 1 ml, lavanda spica 1 ml in 5 ml di o.v. di arnica. Applicare localmente.

Infiammazione articolare

Rosmarino a canfora 1 ml, alloro 1 ml, pino della Patagonia 1 ml in 10 ml di o.v. di arnica. Applicare localmente.



Rosmarino a canfora 1 ml, alloro 1 ml, pino silvestre 1 ml, ginepro 1 ml, eucalipto citriodora 2 ml in 20 ml di o.v. di iperico. Applicare localmente.

Artrite

Rosmarino a canfora 8 gocce, ginepro 13 gocce, incenso o incenso ogaden 13 gocce, zenzero 5 gocce in 20 ml di o.v. di iperico.

Rosmarino a canfora 1 parte, benzoino 4 parti, ginepro 4 parti, pepe 2 parti, zenzero 1 parte. Si utilizza in particolare sui reumatismi freddi. La miscela va lasciata riposare una settimana prima di utilizzarla.

Rosmarino a canfora, wintergreen, eucalipto citriodora in parti uguali, diluire in o.v. e applicare localmente.

Dolori reumatici

Rosmarino a canfora 15 gocce in 50 ml di olio di nocciolo. Con una piccola quantità di miscela massaggiare molto delicatamente la parte dolente.

Rosmarino a canfora 3 ml, eucalipto radiata 2 ml, menta piperita 2 ml, legno cedro 1 ml, timo a timolo 0,5 ml, noce moscata 0,2 ml in 50 ml burro di karitè. Applicare l'unguento localmente.

Dopo ingessatura

Rosmarino a canfora 3 parti, pepe 3 parti, maggiorana 3 parti, pino della Patagonia 2 parti, ginepro 2 parti, alloro 2 parti. Diluire al 10% in o.v. e applicare localmente.

Cervicalgia

Rosmarino a canfora 30 gocce in 50 ml di oleolito di iperico. Massaggiare il collo più volte al giorno.

Sistema urogenitale

Diuretico.

Sistema immunitario

Antisettico.

Cute

Antiparassitario, è efficace sulla scabbia.

Oli essenziali sinergici

Per i dolori: wintergreen.
Per le infiammazioni: ginepro.
Come stimolante: pepe.

AromaSPA: impiego per la cosmesi

È efficace contro la caduta dei capelli. Aggiungere 2 gocce di olio essenziale di rosmarino canfora allo shampoo. Stimola l'irrorazione sanguigna del cuoio capelluto rendendo i capelli sani e lucenti.

SCHEDA ROSMARINO A CINEOLO

Nome Botanico: Rosmarinus officinalis

Famiglia: Labiateae

Parte usata: Foglie e rametti

Livello: Arbustivo

Nota: Alta

Movimento delle energie: Chiusura

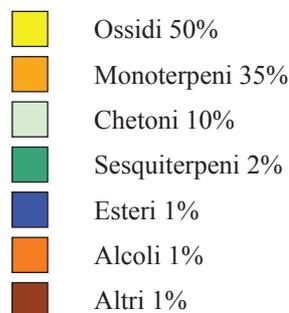
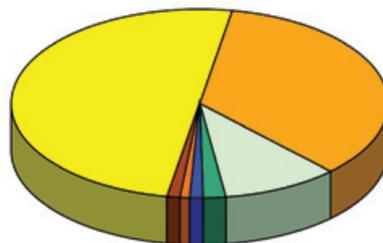
Profumo: Fresco, balsamico, pungente.

Estrazione: Distillazione a vapore

Colore: è un liquido leggero di colore ambrato

Composizione

Famiglie chimiche e costituenti principali: ossidi (1,8-cineolo 50%), alcoli (alpha-terpineolo), monoterpeni (sabinene).



Da "Aromacolor" di Luca Fortuna

Dosaggi in aromaterapia

- Inalazioni: da 2 a 9 gocce al di
- Frizioni: da 1 a 100%
- Bagni: da 5 a 30 gocce
- Aromatintura: da 10 a 30 gocce in 50 ml di tintura
- Somministrazione: da 3 a 9 gocce al di
- Diffusione: standard

Livello di sicurezza

Non tossico, non irritante e non sensibilizzante. No in gravidanza e allattamento, nei bambini sotto i 2 anni e nei soggetti epilettici.

Legenda:

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

Proprietà in aromaterapia applicata

L'olio essenziale di rosmarino a cineolo ha importanti proprietà:

- Balsamico, espettorante****
- Antisettico****
- Tónico nervino***
- Analgesico**
- Antiossidante**
- Antiproliferativo**
- Antidiabetico**
- Termogenico**

Risultati in base alla via di somministrazione

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

Indicazioni terapeutiche

- Laringite, bronchite acuta, asma, rinite, sinusite, influenza****
- Infezioni urogenitali****
- Infiammazioni articolari**
- Ipotensione**
- Colite, dispepsia, flatulenza**
- Sovrappeso**
- Diabete**
- Tumore a prostata e seno**

Ha una buona percentuale di ossidi e solo il 10% di chetoni, quindi le sue azioni sono guidate principalmente dagli ossidi e in particolare dal cineolo. Agisce su tutte le problematiche dell'apparato respiratorio e soprattutto lo rinforza, quindi non è da utilizzare solo nelle fasi acute o croniche. Ha una buona attività antisettica ad ampio spettro, per questo può essere utilizzato in presenza di virus, batteri e funghi. Contrasta clamidia, candida, stafilococchi, streptococchi, pneumococchi, enterococchi, micoplasmii e gonococchi, tutti patogeni che possono dar luogo a infezioni di varia natura tra cui infezioni ORL e

infezioni dell'apparato urogenitale. Il suo effetto antibiotico è superiore a quello della ciprofloxacina (antibiotico di sintesi). È un buon antiossidante e ha anche una discreta attività analgesica. Grazie alla presenza di cineolo questo chemotipo va bene in caso di diabete e tendenza all'iperglicemia. Inoltre fa aumentare la temperatura corporea e fa sì che la persona vada a mobilizzare le riserve di grasso per produrre energia. È un buon olio di sostegno in caso di tumore alla prostata e tumore al seno, anche benigni.

Sistema nervoso

È fortemente stimolante, utile in caso di stress, astenia, debilitazione.

Sistema respiratorio

Questa varietà è molto nota per le sue proprietà espettoranti, utili in tutti i casi di affezioni dell'apparato respiratorio, in particolare nei casi di laringite, bronchite acuta, asma, rinite ed influenza, è un ottimo fluidificante e antisettico.

Rosmarino a cineolo 2 gocce 2 volte al dì in suffumigi.

Rosmarino a cineolo 15 gocce in 50 ml di olio vegetale. Applicare una piccola quantità di miscela sul torace e frizionare delicatamente.

Mix balsamico

Rosmarino a cineolo 1 ml, menta piperita 1 ml, eucalipto smithii 1 ml, cajeput 1 ml, timo a linalolo 1 ml, saro 1 ml, ravintsara 1 ml in 10 ml o.v. cumino nero (nigella). Poche gocce da frizionare sul petto.

Raffreddore

Rosmarino a cineolo e Albero del tè in parti uguali. Assumere 2 gocce in un cucchiaino di miele. In diffusione.

Rosmarino a cineolo 10 gocce in 30 ml o.v. di nocciolo. Applicare intorno alle narici in caso di raffreddore con irritazione nasale.

Influenza

Rosmarino a cineolo 2 parti, saro 5 parti, eucalipto radiata 3 parti, mirto verde 1 parte. Assumere 2 gocce in un cucchiaino di miele.

Rosmarino a cineolo 4 gocce, timo a thuyanol 8 gocce, ravintsara 12 gocce, eucalipto radiata 16 gocce in 5 ml di olio vegetale di nocciolo. Frizionare sul torace e sulla schiena mattina e sera.

Bronchite

Rosmarino a cineolo 3 parti, menta piperita 2 parti, pino silvestre 3 parti, eucalipto radiata 6 parti, incenso 8 parti. In diffusione.

Bronchite cronica

Rosmarino a cineolo 1 parte, ravintsara 3 parti, santoreggia ortensis 2 parti, eucalipto dives 2 parti, enula 1 parte. Assumere 2 gocce in un cucchiaino di miele 3 volte al dì e 4-6 gocce diluite in o.v. e frizionare sul petto.

Prevenzione invernale

Rosmarino a cineolo, ravintsara, niaouli in parti uguali. Assumere in un cucchiaino di miele 3 gocce al giorno della miscela per tutto l'inverno.

Fumo

Olio essenziale di rosmarino a cineolo in diffusione una volta alla settimana per prevenire i danni polmonari da fumo.

corsi monografici per tutti

10-11 Settembre – Patologia (3 week end, solo streaming)
Docente: R. Forlani

15-16 Ottobre - Basi della Comunicazione (1 week end, solo streaming)
Docente: P. Bianchi

22-23 Ottobre - Iridologia (3 week end, solo streaming)
Docente: M. Lusa

scuola italiana di medicina olistica

direzione
dot.ssa Catia Trevisani

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



www.scuolasimo.it



Sede Legale MILANO
Ripa di Porta Ticinese 79
20143 MILANO

tel. 02 89420556
fax 02 56561018



Sistema circolatorio

Stimolante. Può essere di sostegno nell'insufficienza cardiaca.

Sistema endocrino

Stimolante. Regola la glicemia grazie alla presenza dell'1-8 cineolo.

Iperglicemia o diabete con insufficienza circolatoria

Rosmarino a cineolo, pepe, zenzero in parti uguali. 4-6 gocce diluite in o.v. per frizioni sul petto. Con la stessa miscela si possono effettuare bagni aromatici. Si possono assumere 2-3 gocce due o tre volte al dì in un cucchiaino di o.v.

Rosmarino a cineolo 2 parti, geranio 1 parte, finocchio 5 parti. Assumere in un cucchiaino di o.v. 3 gocce della miscela 4 volte al dì per 1 settimana, poi 2 gocce 3 volte al dì per 2 settimane e sospendere per 1 settimana. Ripetere a cicli.

Sistema digerente

Antisettico. Adatto in caso di diarrea e flatulenza.

Sistema osteo-muscolare

Ha un'azione antinfiammatoria. Per l'osteoporosi si consiglia un bagno alla settimana con 20 gocce di olio essenziale di rosmarino cineolo.

Sistema urogenitale

Antisettico. Può essere utilizzato in caso di cistite, candida, ma anche gonorrea e nefrite.

Sistema immunitario

Battericida. Antivirale. Antisettico. Immunostimolante.

Cute

Antisettico.

Curiosità

Attira le api che producono più miele.

Fa crescere bene cavoli, cipolle, carote, rovina invece le patate.

Oli essenziali sinergici

Per il raffreddore comune: niaouli, mirto, eucalipto.

Per la bronchite: eucalipto, pino silvestre.

Nelle infezioni batteriche: timo ct timolo o timo ct linalolo.

Nelle infezioni virali: timo ct timolo, ravintsara.

AromaSPA: impiego per la cosmesi

Con il rosmarino a cineolo si preparano acque toniche per pelli miste e grasse, shampoo seboregolatori e rinforzanti. Utilissimo per bagni defaticanti dopo sforzi fisici.

Animali domestici

È ottimo per l'igiene degli animali domestici, allontana pulci e parassiti.

SCHEDA ROSMARINO VERBENONE

Nome Botanico: Rosmarinus officinalis

Famiglia: Labiateae

Parte usata: Foglie e rametti

Livello: Arbustivo

Nota: Media

Movimento delle energie: Chiusura

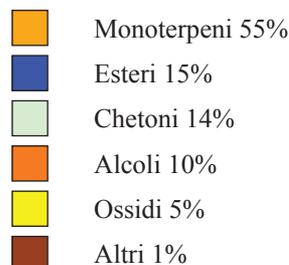
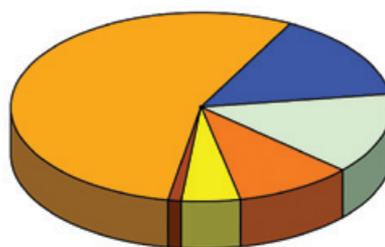
Profumo: Fresco, erbaceo, legnoso

Estrazione: Distillazione a vapore

Colore: chiaro

Composizione

Famiglie chimiche e costituenti principali: monoterpeni (alpha- pinene, camphene), chetoni (verbenone 8%, canfora), alcoli (borneolo), esteri (acetato di bornile).



Da "Aromacolor" di Luca Fortuna

Dosaggi in aromaterapia

- Inalazioni: da 2 a 9 gocce al dì
- Frizioni: da 1 a 100%
- Bagni: da 5 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 tossico, non irritante e non sensibilizzante. No in gravidanza e allattamento, nei bambini sotto i 2 anni e nei soggetti epilettici.

Legenda:

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

Proprietà in aromaterapia applicata

L'olio essenziale di rosmarino verbenone ha molteplici proprietà:

- Rigenerante e drenante epatico***
- Regolatore metabolico***
- Anticattarrale, mucolitico***
- Regolatore endocrino***
- Lipolitico***
- Colagogo, coleretico***
- Cicatrizzante e rigenerante cutaneo***
- Tonic***

Risultati in base alla via di somministrazione

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

Indicazioni terapeutiche

Astenia, depressione***

- Sovrappeso, obesità***
- Bronchite, asma, sinusite, congestione polmonare***
- Ipotensione, palpitazioni, extrasistol***
- Epatite, cirrosi, congestione epatica***
- Vaginite, leucorrea***
- Colite, dispepsia, flatulenza***
- Couperose, acne, seborrea, eczema, scabbia***

È caratterizzato dalla presenza del chetone verbenone che ha come organo elettivo il fegato. Questo chemotipo di rosmarino è un potente rigenerante e detossinante epatico. Combatte virus, batteri e parassiti che possono attaccare il fegato. Contrasta l'eccesso di colesterolo e l'aterosclerosi. È utile per l'insufficienza epatobiliare e per drenare pancreas e reni. È un attivatore del metabolismo ed è quindi molto utile nelle diete dimagranti, soprattutto in associazione

con il pompelmo. È un ottimo rigenerante anche della pelle e agisce in profondità, grazie anche alla presenza dell'acetato di bornile. Utile per la pelle grassa e per la forfora grassa. È un tonico cardiaco. È un olio essenziale antiastenico.

Sistema nervoso

Stimolante, performante, antidepressivo. Migliora le facoltà cognitive e la memoria.

Memoria nello studio

Rosmarino verbenone 3 parti, elicriso 1 parte, abete balsamico 3 parti, limone 6 parti. In diffusione.

Sistema respiratorio

Antisettico. Efficace in caso di bronchite, asma, sinusite, febbre da fieno, congestione polmonare.

Bronchite asmaticiforme

Rosmarino verbenone 2 parti, isosopo decumbens 1 parte, ylang ylang 1 parte, timo satuireioide 2 parti. Poche gocce in o.v. da massaggiare sul torace.

Mucolitico

Rosmarino verbenone 5 parti, saro 8 parti, enula 1 parte. Poche gocce in o.v. da massaggiare sul torace oppure assumere 3 gocce 2-3 volte al dì in un cucchiaino di miele.

Rinite

Rosmarino verbenone 1 parte, mirto verde 2 parti, eucalipto radiata 2 parti, saro 5 parti. In diffusione.

Tosse grassa

Rosmarino verbenone 2 parti, ravintsara 2 parti, niaouli 3 parti. Assumere 2 gocce 3 volte al dì in un cucchiaino di miele.

Sistema circolatorio

È di sostegno in caso di insufficienza cardiaca, efficace su palpitazioni, aritmie, tachicardia. Riduce la produzione di colesterolo.

Ipercolesterolemia

Rosmarino verbenone 5 parti, arancio 8 parti, carota 1 parte. Assumere 2 gocce 2 volte al dì in un cucchiaino di miele per 3 settimane al mese.

Rosmarino verbenone 2 parti, elicriso 1 parte, sedano 1 parte. Assumere 2 gocce 2 volte al dì in un cucchiaino di miele per 3 settimane al mese.

Varici

Rosmarino verbenone 5 gocce, cajeput 10 gocce, lime 5 gocce, cipresso 5 gocce, patchouli 5 gocce in 20 ml di o.v. o gel di aloe. È un siero da applicare puro sulle vene.

Sistema linfatico

Drenante, detossinante.

Detox linfatico

Rosmarino verbenone 1 parte, salvia sclarea 2 parti, bergamotto 6 parti, lavanda vera 6 parti, patchouli 6 parti. Miscela per bagno aromatico.

Sistema endocrino

Stimolante. Afrodisiaco per l'uomo, utile in caso di impotenza e per l'eiaculazione precoce. Inoltre è un ottimo regolatore metabolico.

Iperglicemia, diabete

Rosmarino verbenone 2 parti, geranio 2 parti, eucalipto citriodora 1 parte. Assumere 2 gocce 2 volte al giorno in o.v. 3 settimane al mese

Amenorrea

Rosmarino verbenone 1 parte, salvia sclarea 2 parti, maggiorana

2 parti, chiodi di garofano 1 parte. Assumere 2 gocce 3 volte al giorno in un cucchiaino di miele a partire da una settimana prima della data presunta. 4 gocce della miscela frizionate sull'addome 3 volte al giorno, fino a quando il ciclo diventa regolare.

Sovrappeso, stimolo per il metabolismo

Rosmarino verbenone 10 parti, limone 10 parti, timo a linalolo 5 parti. Assumere 2 o 3 gocce al giorno in o.v. o frizionare la miscela diluita in o.v. lungo la colonna.

Obesità

Rosmarino verbenone 3 parti, limone 5 parti, eucalipto dives 1 parte. Assumere 2 gocce della miscela in un cucchiaino di sciroppo d'acero per 3 volte al dì per 3 settimane al mese.

Rosmarino verbenone 3 parti, pompelmo 5 parti, pepe 1 parte, ledum 1 parte. Assumere in un cucchiaino di sciroppo d'acero 3 gocce della miscela 3 volte al dì per 3 settimane al mese.

SIMOLUX

penna da cromopuntura
e riflessologia
integrata



info:

tel. 02 45490381
in vendita su www.ilpuntobio.com

con punta in
cristallo di rocca



Ottimo Prezzo

Astuccio con filtri dei
7 colori dell'iride + oro.
In vendita presso il
Punto Bio di Milano e
on line.

Rosmarino verbenone 2 parti, pompelmo 2 parti, limone 1 parte. Assumere in un cucchiaino di sciroppo d'acero 3 gocce della miscela 3 volte al dì per 3 settimane al mese.

Aromatintura: pilosella TM 50 ml con rosmarino verbenone 3 gocce, limone 21 gocce, pompelmo 12 gocce. Assumere 25 gocce in un po' d'acqua 2 volte al dì.

Aromatintura: pilosella TM 50 ml con rosmarino verbenone 5 gocce, solidago 5 gocce, limone 5 gocce. Assumere 30 gocce in un po' d'acqua prima di colazione, pranzo e cena.

Sistema digerente

Stomachico, eupeptico, drenante epatico, è efficace in caso di coliche, dispepsia, flatulenza, discinesie biliari.

Discinesie biliari

Sono disordini del tono e della motilità delle vie biliari che causano spasmi della muscolatura che impedisce lo svuotamento della cistifellea e il passaggio della bile nel duodeno. I sintomi sono caratterizzati da dolori addominali che ricordano quelli delle coliche biliari in assenza di calcoli biliari.

Rosmarino verbenone 3 parti, petit grain 5 parti, camomilla romana 1 parte, levistico 1 parte. Assumere in un cucchiaino di miele 4 gocce 3 volte al giorno per pochi giorni.

Detox epatico

Rosmarino verbenone 4 ml, carota 2 ml, sedano 1 ml, levistico 0,5 ml, ledum 0,5 ml. Assumere in un cucchiaino di miele 2 gocce 2 volte al giorno. Frizioni sul fegato con poche gocce della miscela in o.v.

Rigenerante epatico

Rosmarino verbenone 8 parti, carota 5 parti, mirra 3 parti, incenso 3 parti, nardo 1 parte. Assumere in un cucchiaino di miele 1 goccia al giorno per 2 mesi. Frizioni sul fegato con poche gocce della miscela in o.v.

Rosmarino verbenone 8 parti, ledum 1 parte. Assumere in un cucchiaino di miele 1 goccia al giorno per 1 mese.

Spasmi digestivi

Rosmarino verbenone 2 parti, ylang ylang 1 parte, lavanda vera 1 parte, petit grain 2 parti. Frizioni

sul fegato con poche gocce della miscela in o.v.

Sistema osteo-muscolare

Ha azione antinfiammatoria.

Muscoli affaticati dopo lo sport

Rosmarino verbenone 10 gocce, elicriso 10 gocce, lavanda vera 10 gocce, lemongrass 1 goccia, menta piperita 1 goccia, cannella foglie 1 goccia, pepe 1 goccia in 25 ml di o.v. di jojoba. Dà benessere anche emozionale.

Gotta

Rosmarino verbenone 40 gocce, elicriso 40 gocce, ginepro 60 gocce, wintergreen 60 gocce, basilico methyl chavicololo 100 gocce in 20 ml di o.v. di nocciolo. Applicare localmente negli attacchi acuti.

Rosmarino verbenone 5 gocce, elicriso 5 gocce, ginepro 10 gocce, wintergreen 10 gocce, basilico methyl chavicololo 10 gocce in 20 ml di o.v. di nocciolo. Applicare localmente un paio di volte al giorno come prevenzione.

Sistema immunitario

Ha azione antisettica, antivirale.

Antivirale

Rosmarino verbenone 5 parti, pino del Canada 5 parti, cipresso 5 parti, limone 3 parti, salvia officinalis 3 parti, santoreggia ortensis 2 parti, origano 2 parti, finocchio 2 parti. Assumere in un cucchiaino di miele 2 gocce per 3 volte al dì.

Pseudomonas

Rosmarino verbenone 2 parti, cannella corteccia 1 parte. Assumere in un cucchiaino di miele 2 gocce 3 volte al dì per 5 giorni, due giorni di pausa, ripetere 3 volte. Frizionare 3 gocce della miscela in o.v. di enotera sulle piante dei piedi alla sera. Stessa modalità lungo la colonna alla mattina.

Sistema urogenitale

Disintossicante renale

Rosmarino verbenone 3 parti, solidago 3 parti, sedano 3 parti, sandalo 3 parti. Assumere in un cucchiaino di miele 2 gocce 2 volte al dì per 3 settimane.

Cute

Acne

Rosmarino verbenone 10 gocce, eucalipto dives 10 gocce, lavanda spica 10 gocce, camomilla blu 10 gocce.

Rosmarino verbenone 3 gocce, limone 2 gocce, eucalipto dives 1 goccia, mescolare ad un cucchiaino di argilla bianca per impacchi.

Cloasma

È la comparsa di macchie scure sulla pelle in seguito all'esposizione al sole.

Rosmarino verbenone 0,8 ml, elicriso 0,8 ml, sedano, 0,5 ml in 15 ml di o.v. di calophylla, 10 ml di o.v. di rosa mosqueta, 5 ml di o.v. di argan. Applicare localmente.

Eczema

Rosmarino verbenone 8 parti, carota 5 parti, mirra 3 parti, incenso 3 parti, nardo 1 parte. Assumere in un cucchiaino di miele 3 gocce 2 volte al giorno per cicli di 3 settimane al mese.

Psoriasi

Rosmarino verbenone 1 ml, nardo 1 ml, mirra 1 ml, cedro 1 ml, camomilla romana. 1 ml in 50 ml di o.v. di calophylla. Applicare localmente.

Smagliature

Rosmarino verbenone 2 ml, Lavanda vera 1 ml, Caieput 1 ml, Cisto 1 ml in 30 ml di olio di rosa mosqueta. Applicare localmente una volta al dì su smagliature già presenti. No in gravidanza.

Altro

Drenante

Assumere 2 gocce di olio essenziale di rosmarino verbenone una volta al giorno per tre settimane è un ottimo sistema per drenare gli emuntori.

Disintossicante dopo la chemioterapia

Rosmarino verbenone, carota, levistico, sedano, solidago in parti uguali. Assumere 3 gocce in un cucchiaino di miele 2 volte al dì per 3 settimane.

Oli essenziali sinergici

Per stimolare il metabolismo: pepe, pompelmo.

Come coleretico e colagogo: carota.

Come mucolitico: enula.

Come cicatrizzante: lavanda spica.

Come stimolante: menta piperita.

AromaSPA: impiego per la cosmesi

Indicato su pelle grassa ed oleosa, valido nel trattamento dell'acne. Tonificante e schiarente, viene aggiunto a tonici e acque aromatiche. Applicazioni sul corpo: ossigena i tessuti, stimola il microcircolo e ha una buona azione lipolitica. Utile per cellulite, obesità e sovrappeso. Indicato per smagliature. Applicazioni sui capelli: dermopurificante utile per capelli grassi e con forfora. Valido anticaduta, stimola la ricrescita.

Forfora e capelli grassi

Prima di lavare i capelli massaggiare il cuoio capelluto con 7-8 gocce di olio essenziale di rosmarino verbenone diluite in 1 cucchiaio di o.v. di jojoba, lasciar agire una decina di minuti e procedere al lavaggio.

Crema giorno rigenerante

Rosmarino verbenone e palmarosa in parti uguali diluiti allo 0,5% in o.v.

Cellulite

Bagno aromatico. Aggiungere 10 gocce di olio essenziale di rosmarino verbenone a un cucchiaio di o.v. di jojoba e a un pugno di sale da aggiungere all'acqua per il bagno. Elimina dai tessuti i ristagni d'acqua e li irroria di sangue. Durante il bagno massaggiare il corpo con un guanto di crine con 3 gocce di essenza per aumentare l'azione stimolante.

Abbinare un olio da massaggio con 50 ml di calophylla in cui emulsionare 15 gocce di rosmarino verbenone, 15 gocce di arancio amaro e 15 gocce di ginepro.

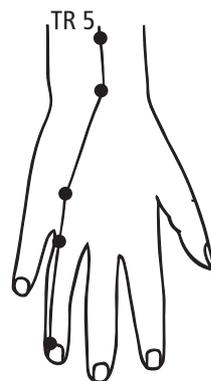
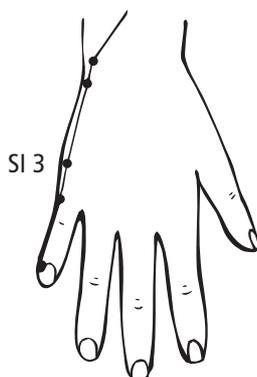
Aromatintura: Pilosella TM 50 ml con rosmarino verbenone 3 gocce, geranio 3 gocce, solidago 3 gocce, limone 3 gocce. Assumere 20 gc in acqua prima di colazione, pranzo e cena.

Applicazione in Medicina Tradizionale Cinese

L'olio essenziale di rosmarino promuove la Wei Qi, l'energia difensiva e il movimento dello yang in superficie, produce sudore, minzione, favorisce la circolazione. Apre il diaframma e rinvigorisce il cuore. Migliora la memoria, previene

le vertigini poiché drena l'umidità. Stimola l'attività del Fegato e della Vescica biliare, aumenta la secrezione biliare.

- Deficit di Qi di Cuore.
- Stasi acuta di Qi di Fegato.
- Freddo nel meridiano di Fegato.
- Umidità freddo, bi-ostruttivo, gotta. Si applica con massaggio diluendo l'olio essenziale in olio vegetale.
- Deficit di Qi di Cuore. Rosmarino 70%, rosa 30%, diluito al 4%, applicare su VC 17.
- Sindromi Shao yang. Rosmarino 40%, zenzero 30%, camomilla romana 30%, diluito a 4%.
- Umidità-freddo nel TRI. Si applica lungo il meridiano Dai mai diluito al 4%.
- Per aprire Du mai si applica puro su SI 3.
- Per aprire Yang wei mai si applica puro su TR 5.



Utilizzo sugli animali

Ha un'azione antiparassitaria e deodorante, utile per gli animali, in particolare cani e gatti, basta frizionare il pelame con qualche goccia di essenza che va utilizzata in piccolissime quantità.

Proprietà in psicoaromaterapia e aromaterapia sottile

Il rosmarino, essendo un eccellente tonico nervino, aiuta a resistere allo sforzo e alla fatica restituendo e stabilizzando le energie e la voglia di fare. Contrasta l'esaurimento nervoso e fisico, la stanchezza, l'astenia fino alla sindrome di affaticamento cronico. Migliora la concentrazione e l'attenzione, aiuta a memorizzare e a organizzare i pensieri stimolando le funzioni cognitive. È molto utile quando si devono immagazzinare molti dati, ad esempio prima di un esame o di un incarico lavorativo di responsabilità.

Il rosmarino rappresenta l'autorevolezza e il consolidamento dello status quo. Accresce la forza e il senso di individualità personale, stimola il desiderio di affermarsi personalmente e professionalmente. È un sostegno per coloro che si sentono disorientati, è particolarmente efficace per chi ha molte idee ma non riesce a metterle in pratica. Risveglia interesse per la cura del corpo conciliando e donando equilibrio al rapporto spiritomateria.

È un emblema di lealtà verso se stessi, sincerità e fedeltà. Insegna a non cedere a lusinghe, a non cambiare pagina troppo facilmente, a non mollare quando restare a fianco di una persona è diventato scomodo. È utile per chi non ha rispetto di se stesso, per chi ha bassa autostima, per chi pensa di non valere e di non meritare. Antidoto per chi mostra apprezzamento a chi detiene il potere, per chi cerca la benevolenza di chi ha autorità. Contrasta l'indecisione, il dolore, il pessimismo, la tristezza, la rassegnazione, la vergogna, libera dall'oppressione.

Il suo messaggio è la stabilità, la capacità di consolidare ciò che è attuale prima di buttarsi in nuovi progetti, antidoto a richieste di cambiamenti troppo veloci quando il terreno è ancora instabile. Insegna a consolidare le proprie conoscenze prima di inserirne di nuove, allo stesso modo consolida situazioni di lavoro, rapporti familiari, di coppia, amicizie. Difende i propri propositi dagli assalti del quotidiano, aiuta a mantenere nel tempo i risultati ottenuti. È un sostegno quando si intraprende un cammino di sviluppo e di evoluzione per-

sonale. È simbolo di memoria, fa emergere i ricordi, le persone e gli avvenimenti appartenenti al passato. Sottolinea i momenti importanti, i passaggi fondamentali, le esperienze sane, le scelte giuste. La strada c'è, è già dentro di noi, forse l'abbiamo dimenticata. Prevede che ciò che non serve più debba finire, per dare stabilità bisogna porre fine ai surrogati, in tutti i campi, a tutto ciò che ci rende instabili. Migliora la capacità di giudizio e aiuta a sapere ciò che si vuole e ad aver fede che lo si otterrà.

La distillazione

Il rendimento della distillazione del rosmarino è di circa 2‰ per una media di 2 ore di procedura. In altre parole 100 kg di rami di rosmarino forniscono circa 200 ml di olio essenziale, questo dato può variare a seconda del periodo di raccolta e del clima.

Bibliografia

- Bertona Mara, *Il grande libro dell'aromaterapia e aromacosmesi*, Xenia, Milano, 1998
- Debauche Pascal, Baudoux Dominique, *Guide pratique d'aromathérapie chez l'animal de compagnie*, Éditions Amyris, Bruxelles, 2012
- Festy Danièle, *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, *Aromanews*

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



CONFERENZA DI PRESENTAZIONE DELLA SCUOLA SIMO

Milano, 23 settembre 2016

ore 19.30 aperitivo veg
ore 20.00 presentazione piano di studi

Con la dott.ssa Catia Trevisani

Prenotazioni a info@scuolasimo.it

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



Sede Legale MILANO
Ripa di Porta Ticinese 79
20143 MILANO

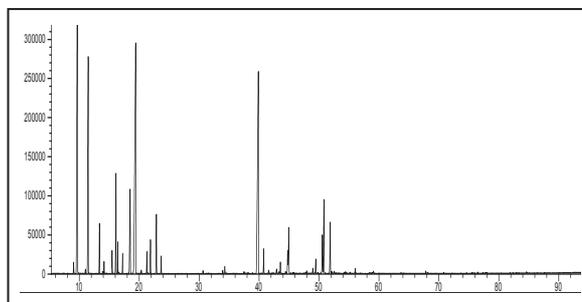
tel. 02 89420556

Profilo cromatografico: rosmarino a canfora

Pics	Temps de rétention	Constituants	%
1	4,6	ACETONE	0,02
2	6,2	2-METHYLBUTANAL	0,01
3	6,4	ISOVALERALDEHYDE	0,01
4	7,1	2-ETHYL FURANE	0,01
5	7,4	METHYL OCTADIENE ISOMERE	0,01
6	8,1	BORNYLENE	0,01
7	8,2	DIMETHYL HEPTATRIENE ISOMERE	0,01
8	9,1	TRICYCLENE	0,35
9	9,7	α -PINENE + α -THUYENE	23,41
10	10,2	TOLUENE	0,02
11	10,6	3-HEXANONE	0,01
12	11,1	α -FENCHENE	0,13
13	11,5	CAMPHENE	8,86
14	12,0	HEXANAL	0,01
15	12,7	1-HEXEN-3-ONE	0,01
16	13,3	β -PINENE	1,53
17	13,9	SABINENE	0,06
18	14,1	PINADIENE	0,36
19	14,4	THUYADIENE	0,01
20	14,5	4-METHYL-3-PENTEN-2-ONE	0,02
21	15,5	Δ^3 -CARENE	0,75
22	15,9	TERPENE ISOMERE	0,01
23	16,1	β-MYRCENE	3,79
24	16,4	α -PHELLANDRENE	0,83
25	16,6	ψ -LIMONENE	0,04
26	17,0	α -CYMENE	0,01
27	17,2	α -TERPINENE	0,66
28	17,9	2,3-DEHYDRO-1,8-CINEOLE	0,01
29	18,1	MENTHATRIENE ISOMERE	0,01
30	18,5	LIMONENE	4,49
31	19,4	1-8- CINEOLE	17,93
32	19,6	α -MENTHA-1,5,8-TRIENE	0,01
33	19,8	2-HEXENAL	0,01
34	20,1	2-PENTYL FURANE	0,01
35	20,3	Cis- β -OCIMENE	0,11
36	21,3	γ -TERPINENE	0,70
37	21,5	Trans- β -OCIMENE	0,03
38	21,9	3-OCTANONE	1,09
39	22,6	m-CYMENE	0,01
40	22,9	p-CYMENE	2,07
41	23,6	TERPINOLENE	0,57
42	27,2	6-METHYL-5-HEPTEN-2-ONE	0,01
43	27,8	1-HEXANOL	0,01
44	29,9	3-HEXEN-1-OL	0,01
45	30,6	3-OCTANOL	0,11
46	31,2	NONANOL	0,02
47	31,6	FENCHONE	0,03
48	31,9	METHYLPARACRESOL	0,01
49	33,3	α -THUYONE	0,02
50	33,9	α ,p-DIMETHYLSTYRENE + Cis-OXYDE DE LINALOL	0,11
51	34,3	1-OCTENE-3-OL	0,27
52	34,5	PINANONE	0,03
53	35,6	α -CUBEENE + Trans-THUYANOL	0,02
54	35,8	CAMPHENILONE	0,01
55	36,1	Trans- OXYDE DE LINALOL	0,02
56	37,5	YLANGENE	0,09
57	37,8	α -CAMPHOLENE ALDEHYDE	0,05
58	38,2	α -COPAENE	0,05
59	39,0	CHRYSANTHENONE	0,04
60	39,9	CAMPHRE	15,71
61	40,3	α -GURJUNENE	0,01
62	40,7	LINALOL	0,84
63	41,2	ALCOOL CAMPHOLENIQUE	0,01
64	41,3	cis-THUYANOL	0,01
65	41,4	1-OCTANOL	0,01
66	41,6	ISOPINOCAMPHONE	0,15
67	42,1	Trans-p-MENTH-2-EN-1-OL	0,03
68	42,4	NEOISOPULEGOL	0,04
69	42,8	ISOPULEGOL	0,04
70	42,9	PINOCARVONE	0,18
71	43,3	ϵ -CADINENE + FENCHOL	0,11
72	43,5	ACETATE DE BORNYLE	0,43
73	43,7	NOPINONE	0,02
74	44,3	2-UNDECANONE	0,01
75	44,4	HYDRATE DE CAMPHENE	0,09
76	44,7	TERPINENE-4-OL	0,88
77	45,0	β-CARYOPHYLLENE	2,21
78	45,3	6,9-GUAIADIENE	0,02
79	45,6	AROMADENDRENE	0,05
80	45,8	SESQUITERPENE	0,02
81	45,9	Cis-p-MENTH-2-EN-1-OL	0,02
82	46,2	ACETATE TERPENIQUE	0,02
83	46,8	MYRTENAL	0,02
84	47,4	GERANATE DE METHYLE	0,03
85	47,7	Cis-VERBENOL + ALLO-AROMADENDRENE	0,05
86	47,9	Trans-PINOCARVEOL + PULEGONE	0,14
87	48,3	MENTHADIENOL ISOMERE	0,02
88	48,6	E- β -FARNESENE	0,02
89	48,7	ISOBORNEOL	0,01
90	49,0	δ -TERPINEOL	0,18

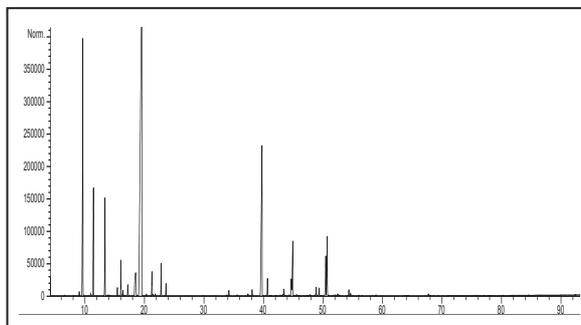
Pics	Temps de rétention	Constituants	%
91	49,2	ESTRAGOLE	0,01
92	49,4	α -HUMULENE	0,64
93	49,8	NERAL	0,04
94	50,2	γ -CURCUMENE	0,02
95	50,4	γ -MUUROLENE	0,10
96	50,5	α -TERPINEOL	1,39
97	50,8	BORNEOL	3,38
98	51,8	GERMACRENE D	0,01
99	51,9	VERBENONE	2,19
100	52,0	CUBENENE ISOMERE	0,03
101	52,1	MENTHADIENOL ISOMERE	0,06
102	52,5	β -BISABOLENE	0,09
103	52,6	PIPERITONE	0,03
104	52,7	α -MUUROLENE + β -SELINENE	0,01
105	52,8	GERANIAL + α -SELINENE	0,04
106	53,0	CARVONE	0,03
107	53,3	BICYCLOGERMARENE	0,03
108	63,5	SESQUITERPENE	0,02
109	54,1	1-DECANOL	0,01
110	54,2	CITRONELLOL	0,04
111	54,4	δ -CADINENE	0,08
112	54,6	COMPOSÉ CAMPHOLENIQUE	0,02
113	54,7	γ -CADINENE	0,03
114	55,1	β -SESQUIPHELLANDRENE	0,04
115	55,2	α -CURCUMENE	0,03
116	55,5	MENTHADIENOL ISOMERE	0,02
117	55,8	CADINA-1,4-DIENE + CAMPHOLENOL	0,01
118	56,0	MYRTENOL + NEROL	0,22
119	56,9	SABINOL ISOMERE	0,03
120	58,4	Trans-CARVEOL	0,04
121	58,7	GERANIOL	0,04
122	58,9	CALAMENENE	0,03
123	59,1	p-CYMENE-8-OL	0,13
124	60,1	E-GERANYLACETONE	0,02
125	63,7	α -CALACORENE	0,03
126	64,0	Cis-JASMONE	0,02
127	64,2	PIPERITONE	0,02
128	67,8	OXYDE DE CARYOPHYLLENE	0,10
129	68,2	METHYLEUGENOL	0,04
130	70,8	EPOXY-6,7-HUMULENE	0,04
131	72,2	VIRIDIFOLOROL	0,02
132	73,6	COMPOSÉ PHENYLIQUE	0,01
133	74,6	CEDROL	0,03
134	75,6	ISOTHYMOL	0,04
135	75,9	EUGENOL	0,03
136	76,5	THYMOL	0,05
137	77,4	DITERPENE Mw=272	0,02
138	77,7	ISOCARVACROL	0,04
139	78,0	CARVACROL	0,04
140	78,8	COMPOSÉ FURANIQUE	0,01
141	81,9	COMPOSÉ AROMATIQUE	0,02
142	82,3	COMPOSÉ Mw=168	0,02
143	82,9	CARYOPHYLLA-3,7-DIEN-6-OL	0,02
144	84,6	EPOXYDE SESQUITERPENIQUE	0,06
145	85,1	EPOXYDE SESQUITERPENIQUE	0,01
146	86,4	COMPOSÉ POLYOXYGENE	0,02
		TOTAL	99,89

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



Profilo cromatografico: rosmarino a cineolo

Pics	Temps de rétention	Constituants	%
1	6,6	ETHANOL	0,02
2	9,0	TRICYCLENE	0,14
3	9,6	α-PINENE	12,36
4	9,7	α-THUYENE	0,10
5	10,6	3-HEXANONE	0,01
6	11,0	α-FENCHENE	0,10
7	11,4	CAMPHENE	4,05
8	12,7	1-HEXEN-3-ONE	0,01
9	13,4	β-PINENE	4,13
10	13,9	SABINENE	0,04
11	14,1	PINADIENE	0,02
12	14,4	THUYADIENE	0,01
13	15,4	Δ3-CARENE	0,36
14	16,0	β-MYRCENE	1,41
15	16,4	α-PHELLANDRENE	0,22
16	16,6	ψ-LIMONENE	0,03
17	17,2	α-TERPINENE	0,57
18	17,9	2,3-DEHYDRO-1,8-CINEOLE	0,01
19	18,5	LIMONENE	2,56
20	19,5	1-8- CINEOLE	45,22
21	20,0	MENTHATRIENE ISOMERE	0,01
22	20,3	Cis-β-OCIMENE	0,06
23	21,2	γ-TERPINENE	0,88
24	21,4	Trans-β-OCIMENE	0,06
25	21,8	3-OCTANONE	0,07
26	22,8	p-CYMENE	1,20
27	23,6	TERPINOLENE	0,44
28	27,1	6-METHYL-5-HEPTEN-2-ONE	0,01
29	27,7	1-HEXANOL	0,01
30	29,8	3-HEXEN-1-OL	0,02
31	31,1	NONANAL	0,02
32	31,9	FENCHONE	0,01
33	33,9	α,p-DIMETHYLSTYRENE + Cis-OXYDE DE LINALOL	0,04
34	34,2	1-OCTENE-3-OL	0,23
35	35,5	α-CUBEBENE	0,02
36	35,6	Trans-THUYANOL	0,03
37	37,4	YLANGENE	0,09
38	38,1	α-COPAENE	0,31
39	39,7	CAMPHRE	12,38
40	40,7	LINALOL	0,66
41	41,1	cis-THUYANOL	0,02
42	41,2	ACETATE DE LINALYLE + Trans-2-PINANOL	0,01
43	42,1	Trans-p-MENTH-2-EN-1-OL	0,02
44	42,3	NEOSIOPULEGOL	0,01
45	42,8	ISOPULEGOL + PINOCARVONE	0,04
46	43,2	FORMIATE DE BORNYLE + α-CADINENE	0,10
47	43,4	ACETATE DE BORNYLE	0,29
48	43,8	α,cis-BERGAMOTENE	0,01
49	44,3	HYDRATE DE CAMPHENE	0,04
50	44,6	TERPINENE-4-OL	0,75
51	44,9	β-CARYOPHYLLENE	3,67
52	45,1	6,9-GUAIADIENE	0,02
53	45,5	AROMADENDRENE	0,06
54	45,8	SESQUITERPENE	0,02
55	46,1	Cis-p-MENTH-2-EN-1-OL	0,01
56	46,7	MYRTENAL	0,01
57	47,3	CADINA-3,5-DIENE	0,02
58	47,8	Trans-PINOCARVEOL	0,05
59	47,9	ALLO-AROMADENDRENE	0,02
60	48,5	ZONARENE	0,03
61	48,6	E-β-FARNESENE	0,01
62	48,8	δ-TERPINEOL	0,36
63	49,3	α-HUMULENE	0,36
64	49,7	NERAL	0,02
65	50,3	γ-MUJOLENE	0,25
66	50,4	α-TERPINEOL	1,64
67	50,6	BORNEOL	3,14
68	51,5	VERBENONE	0,01
69	51,6	GERMACRENE D	0,02
70	51,9	CUBENENE ISOMERE	0,05
71	52,0	MENTHADIENOL ISOMERE	0,01
72	52,4	β-BISABOLENE	0,05
73	52,5	α-MUJOLENE + β-SELINENE	0,08
74	52,7	α-SELINENE + GERANIAL	0,04
75	53,2	Trans-PIPERITOL	0,01
76	54,1	CITRONELLOL	0,01
77	54,3	δ-CADINENE	0,27
78	54,6	γ-CADINENE	0,11
79	55,0	β-SESQUIPELLANDRENE	0,01
80	55,1	α-CURCUMENE	0,01
81	55,3	MENTHADIENOL ISOMERE	0,02
82	55,9	CADINA-1,4-DIENE + CAMPHOLENOL	0,02
83	60,0	MYRTENOL + NERAL	0,02
84	56,6	α-AMORPHENE	0,01
85	58,3	Trans-CARVEOL	0,01
86	58,8	CALAMENENE	0,03
87	58,9	GERANIOL	0,01
88	59,0	p-CYMENE-8-OL	0,03
89	59,8	E-GERANYLACETONE	0,01
90	63,6	α-CALACORENE	0,02
91	67,7	OXYDE DE CARYOPHYLLENE	0,07
92	68,0	METHYLEUGENOL	0,02
93	70,7	EPOXY-6,7-HUMULENE	0,01
94	75,4	THYMOL	0,01
95	75,8	EUGENOL	0,02
96	80,2	CARVACROL	0,01
97	84,5	EPOXYDE SESQUITERPENIQUE	0,02
		TOTAL	99,92

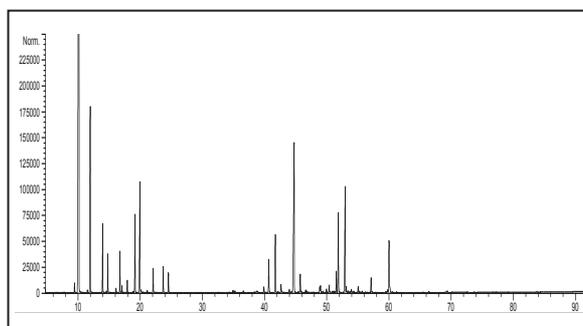


Profilo cromatografico: rosmarino verbenone

Pics	Temps de rétention	Constituants	%
1	4.7	OCTANE	0,05
2	6.4	2-METHYLBUTANAL	0,01
3	6.6	ISOVALERALDEHYDE	0,01
4	6.7	ETHANOL	0,01
5	7.7	DIMETHYL ETHYLIDENE CYCLOPENTADIENE ISOMERE	0,02
6	7.8	DIMETHYL ETHYLIDENE CYCLOPENTADIENE ISOMERE	0,01
7	8.4	TERPENE ISOMERE	0,01
8	8.5	COMPOSÉ Mw=122	0,01
9	9.4	TRICYCLOLENE	0,35
10	10.1	α-PINENE + α-THUYENE	39,96
11	10.7	TOLUENE	0,03
12	11.5	α-FENCHENE	0,07
13	12.0	CAMPHENE	7,26
14	14.0	β-PINENE	2,44
15	14.6	SABINENE	0,05
16	14.7	PINADIENE	1,30
17	15.0	THUYADIENE	0,02
18	15.2	4-METHYL-3-PENTEN-2-ONE	0,03
19	16.1	Δ3-CARENE	0,16
20	16.7	β-MYRCENE	1,42
21	17.1	α-PHELLANDRENE	0,23
22	17.3	ψ-LIMONENE	0,01
23	17.7	o-CYMENE	0,01
24	17.9	α-TERPINENE	0,45
25	18.6	2-3-DEHYDRO-1,8-CINEOLE	0,01
26	18.9	ISOSYLVESTRENE	0,04
27	19.2	LIMONENE	3,28
28	19.9	1,8-CINEOLE + β-PHELLANDRENE	5,37
29	20.1	MENTHATRIENE ISOMERE	0,14
30	20.5	2-HEXENAL	0,04
31	20.9	2-PENTYL FURANE	0,01
32	21.1	Cis-β-OCIMENE	0,08
33	22.1	γ-TERPINENE	0,96
34	22.2	Trans-β-OCIMENE	0,02
35	22.3	MENTHATRIENE ISOMERE	0,01
36	22.6	3-OCTANONE	1,02
37	23.7	p-CYMENE	1,02
38	24.5	TERPINOLENE	0,76
39	25.2	DIMETHYLSTYRENE ISOMERE	0,01
40	28.1	6-METHYL-5-HEPTEN-2-ONE	0,01
41	30.8	3-HEXEN-1-OL	0,01
42	32.1	NONANAL	0,01
43	32.5	FENCHONE	0,01
44	33.0	o-METHYLANISOLE	0,01
45	34.3	CETONE TERPENIQUE	0,03
46	34.5	COMPOSÉ MENTHATRIENIQUE	0,01
47	34.9	cis-OXYDE DE LINALOL + α,p-DIMETHYLSTYRENE	0,08
48	35.1	1-OCTEN-3-OL	0,02
49	35.2	PINANONE	0,08
50	35.5	β-THUYONE	0,01
51	36.4	6-METHYL-5-HEPTEN-2-OL	0,01
52	36.6	Trans-HYDRATE DE SABINENE	0,08
53	36.8	CAMPHENILONE	0,01
54	38.3	CHRYSANTHENONE ISOMERE	0,04
55	38.7	α-CAMPHOLENE ALDEHYDE	0,18
56	39.9	CHRYSANTHENONE	0,26
57	40.3	β-BOURBONENE	0,02
58	40.7	CAMPHRE	1,55
59	41.7	LINALOL	2,30
60	41.8	ALCOOL CAMPHOLENIQUE	0,20
61	42.1	Cis-THUYANOL	0,05
62	42.3	ACETATE DE LINALYLE	0,02
63	42.6	ISOPINOCAMPHONE + CITRONELLATE DE METHYLE	0,43
64	43.1	Trans-p-MENTH-2-EN-1-OL	0,02
65	43.5	NEOISOPULEGOL	0,01
66	43.9	ISOPULEGOL	0,01
67	44.0	PINOCARVONE	0,15
68	44.4	FENCHOL	0,08
69	44.7	ACETATE DE BORNYLE	10,15
70	44.9	METHYL THYMOL ETHER	0,01
71	45.0	NOPINONE	0,02
72	45.4	HYDRATE DE CAMPHENE	0,06
73	45.7	TERPINENE-4-OL	0,79
74	45.9	β-CARYOPHYLLENE + HOTRIENOL	0,08
75	46.6	ACETATE TERPENIQUE	0,11
76	46.8	Cis-p-MENTH-2-EN-1-OL	0,06
77	47.2	ACETATE TERPENIQUE ISOMERE	0,02
78	47.5	NERATE DE METHYLE	0,02
79	47.8	MYRTENAL	0,04
80	48.5	1-NONANOL	0,02
81	48.9	Cis-VERBENOL	0,25
82	49.0	Trans-PINOCARVEOL	0,31
83	49.3	Trans-p-MENTHA-1,5-DIEN-8-OL	0,07
84	49.5	E-β-FARNESENE	0,02
85	49.7	δ-TERPINEOL	0,02
86	50.0	ESTRAGOLE	0,18
87	50.4	Trans-VERBENOL	0,34
88	50.5	α-HUMULENE	0,05
89	50.8	NERAL	0,04
90	50.9	ESTER TERPENIQUE	0,06

Pics	Temps de rétention	Constituants	%
91	51.2	ACETATE DE MYRTENYLE	0,08
92	51.5	α-TERPINEOL	0,85
93	51.9	BORNEOL	3,81
94	52.6	GERMACRENE D	0,02
95	52.9	VERBENONE	5,65
96	53.1	DIHYDROCARVEOL ISOMERE	0,27
97	53.4	ESTER TERPENIQUE	0,08
98	53.8	GERANIAL	0,03
99	54.0	ESTER TERPENIQUE	0,19
100	54.3	CARVONE	0,08
101	55.0	ACETATE DE GERANYLE	0,28
102	55.3	CITRONELLOL	0,08
103	55.6	γ-CADINENE	0,01
104	55.7	α-CURCUMENE	0,07
105	56.2	COMPOSÉ CAMPHOLENIQUE	0,03
106	56.5	MENTHADIENOL ISOMERE	0,01
107	56.9	p-METHYLACETOPHENONE	0,01
108	57.1	CAMPHOLENOL	0,72
109	57.3	MYRTENOL	0,05
110	57.8	ALCOOL TERPENIQUE	0,02
111	59.5	Trans-CARVEOL	0,07
112	59.8	ESTER TERPENIQUE	0,14
113	60.0	GERANIOL	2,61
114	60.1	ESTER TERPENIQUE + p-CYMENE-8-OL	0,29
115	60.5	ISOPIPERITONE	0,07
116	61.0	E-GERANYL ACETONE	0,02
117	61.2	4-PHENYL-2-BUTANONE	0,04
118	65.5	PIPERITENONE	0,02
119	66.4	Trans-JASMONE	0,04
120	69.0	OXYDE DE CARYOPHYLLENE	0,03
121	69.2	COMPOSÉ AROMATIQUE	0,02
122	69.4	METHYLEUGENOL	0,09
123	72.6	BENZOATE DE PRENYLE	0,02
124	76.7	ISOTHYMOL	0,01
125	77.2	EUGENOL	0,01
126	79.2	CARVACROL	0,01
127	85.2	ACIDE GERANIQUE	0,01
		TOTAL	99,94

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





EDIZIONI ENEA

Scopri la nuova immagine di Edizioni Enea!

Edizioni Enea ha deciso di cambiare vestito! Oltre dieci anni di impegno e passione, ripagati e incoraggiati dai numerosi lettori che ci seguono e ci apprezzano, ci hanno permesso di mirare ancora più in alto, con progetti sempre più interessanti e appassionanti.

Siamo cresciuti e cresce anche la professionalità e la cura che mettiamo nel produrre i nostri libri. Un nuovo logo, con il vento come simbolo caratterizzante: vento sinonimo di soffio, di Spirito, vento che gonfia le vele e dà inizio al nostro nuovo viaggio! Nuove copertine, chiare, semplici, riconoscibili, che invogliano a collezionare tutti i nostri libri. Nuovi interni, progettati per garantire un'esperienza di lettura scorrevole e piacevole. Due nuovi formati, uno ampio e spazioso, ideale per lo studio, l'altro piccolo e agile, per quei libri che ci accompagnano in ogni occasione!

E scopri i nuovi libri di Edizioni Enea!



152 pagine - € 16,50

Catia Trevisani

Scegli di splendere

Immagina te stesso per un momento.
Non più finzioni, non più maschere, sei la versione migliore di te, e cammini per il mondo, leggero, libero, perfettamente e semplicemente obbediente alle leggi del tuo cuore. Libero da costruzioni, sovrastrutture imposte dal tuo falso ego, finalmente allineato al tuo splendente sé.

Scegli di splendere è un viaggio meraviglioso in ascolto della nostra voce profonda, la voce dell'anima che ci parla dei nostri reali bisogni e desideri, del nostro compito di vita, dello scopo della nostra esistenza.

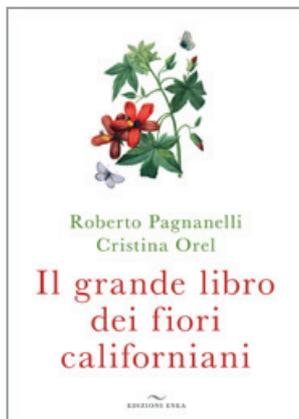
Siamo tutti nati per splendere!

Catia Trevisani, medico, ha fondato e dirige dal 1995 la Scuola SIMO (Scuola Italiana di Medicina Olistica). Da oltre vent'anni si occupa della formazione di naturopati con un approccio olistico e globale alla persona e alla salute. Pratica come medico naturopata e promuove la medicina olistica attraverso corsi e libri.

Leggere non è mai stato così naturale



Domenico Claps
La bussola costituzionale
L'embriologia emozionale
 270 pagine - € 35,00



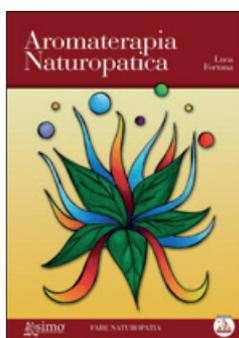
R. Pagnanelli, C. Orel
Il grande libro dei fiori californiani
 244 pagine - € 24,00



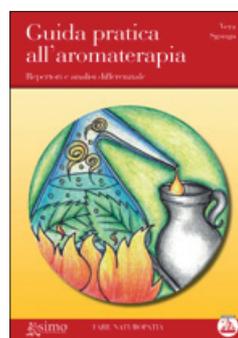
O. Montecchiani, F. Ruiz
Il counseling corporeo
La voce del corpo nella relazione di aiuto
 216 pagine - € 18,00

L'aromaterapia identifica le azioni sulla salute fisica e psichica, prodotte dall'impiego di oli essenziali. È essenzialmente "olistica" e "naturopatica" in quanto, letta e compresa in tutti i suoi livelli e possibilità, ha un'azione globale ed è una delle discipline fondamentali della naturopatia.

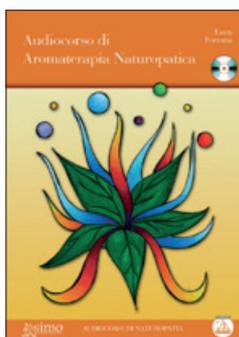
Se desideri approfondire l'aromaterapia scopri i nostri libri!



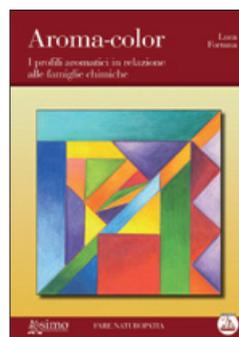
Luca Fortuna
Aromaterapia naturopatica
 174 pagine - € 16,00



Vera Sganga
Guida pratica all'aromaterapia
Repertori e analisi differenziale
 440 pagine - € 29,00



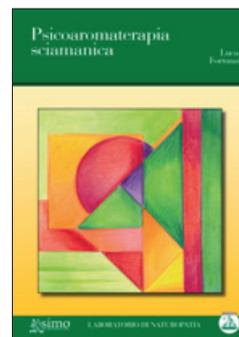
Luca Fortuna
Audiocorso di aromaterapia naturopatica. Con CD
 74 pagine - € 24,00
 Durata audio: 4h 20m



Luca Fortuna
Aroma-color
I profili aromatici in relazione alle famiglie chimiche
 168 pagine - € 49,00



Luca Fortuna
Chimica, biochimica e metachimica degli oli essenziali
 440 pagine - € 49,00



Luca Fortuna
Psicoaromaterapia sciamanica
 136 pagine - € 29,00

a scuola di naturopatia

corso professionale
quadriennale

1600
ore

**È possibile seguire tutte le
lezioni teoriche comodamente
da casa in streaming**

simo
scuola
italiana di
medicina
olistica



direzione
dott.ssa Catia Trevisani



www.scuolasimo.it

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



Sede Legale MILANO
Ripa di Porta Ticinese, 79
20143 MILANO

tel. 02 89420556
fax 02 56561018