numero
ambrosia 61

NEWSLETTER bimestrale
di Medicina Olistica anno 2016

Direttore Responsabile:
Catia Trevisani.

Direttore Scientifico:
Catia Trevisani.

Testi di:
Catia Trevisani.

Immagini tratte da:
Pixabay, Wikimedia

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

La riproduzione anche parziale di testi è possibile previa autorizzazione.

AROMATERAPIA

l'olio essenziale di PINO

Care amiche e amici,
siamo al quindicesimo 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 l'angelica ci apprestiamo a conoscere l'olio essenziale di pino. È un forte stimolante che allontana stanchezza, pigrizia, lentezza, sconforto. Simbolo di immortalità, di continuità, ma anche di morte e di rinnovamento, aiuta a dirimere tra ciò che deve e ciò che non deve continuare, permettendo così una buona capacità di adattamento alle più diverse situazioni. Non solo, esalta la consapevolezza della coscienza di gruppo, una visione di sentiero comune, ci ricorda che siamo parte dell'umanità e in particolare del nostro albero familiare, della nostra stirpe, pur invitando a percorrerlo individualmente e quindi in modo originale.

Catia Trevisani
catiatrevisani@scuolasimo.it

La chimica degli oli essenziali

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.

I pini, pur dividendosi in un centinaio di varianti, a grandi linee si possono classificare in due grandi gruppi: quelli con un'alta percentuale di acetato di bornile, che fa parte della famiglia degli esteri, e quelli con un'alta percentuale di alpha o beta pinene, cioè su base monoterpenica.
La distillazione dell'olio essenziale di pino si effettua dalle foglie che hanno una struttura aghiforme e agisce quindi in profondità e con precisione. Il pino più attivo è quello della Patagonia, in quanto contiene anche una buona percentuale di fenoli, quello più delicato è il pino marittimo e quello più poliedrico è il pino silvestre, che ha un maggior numero di famiglie chimiche diverse tra loro, è ipertensivo e si usa maggiormente per le forme croniche. Il pino del Canada, rispetto al pino della Patagonia, ha un'importante azione cortison-like, è ipotensivo, è più stabile, tranquillo, ricostruttivo, il secondo è più aggressivo.

L'olio essenziale di pino

I pini appartengono alla famiglia delle Pinaceae che comprende più di 100 specie delle regioni fredde e temperate, quasi tutte dell'emisfero boreale. Sono quasi tutti di grandi dimensioni e hanno la caratteristica comune di presentare foglie aghiformi, raggruppate a coppie o a mazzetti di 3 o 5. Sono alberi sempreverdi, muniti di aghi duri e coriacei.
Il pino silvestre ha una forma espansa, caratteristica è la corteccia fessurata in placche irregolari con numerose e profonde scanalature longitudinali di colore bruno grigiastro, nella parte alta del fusto tende a sfaldarsi in scaglie lamellari che gli danno un caratteristico colore arancione-ocra. Ha inizialmente una chioma a forma piramidale di colore verde glauco che poi diventa ovale e a maturità può diventare appiattita negli alberi isolati.
Nei boschi a maggior densità ha i rami e la chioma solo nel terzo superiore.
È longevo potendo raggiungere i 300 anni, ma normalmente la sua utilizzazione avviene prima del compimento del secolo.
I rametti giovani sono lisci, di colore verde giallastri lucidi, portano gemme oblunghe-ogivali appuntite, quelle superiori sono frangiate e biancastre, possono essere più o meno resinose.
Raggiunge un'altezza di 40 m e fiorisce all'inizio dell'estate.
Le foglie sono degli aghi riuniti in fascetti da due e vivono per 3 anni circa, negli alberi che vivono più a nord possono arrivare a 5-7 anni.
Il pino silvestre è una specie monoica ma spesso si trovano esemplari che portano in maggior parte infiorescenze maschili o femminili.
L'infiorescenza maschile è composta da conetti che, una volta maturi, sono di colore giallo rosato. L'infiorescenza femminile è composta da conetti peduncolati.
Gli strobili (pigne) sono di una forma che va da ovoide a conica, prima verdastri e a maturità di colore bruno grigiastro, simmetrici, incurvati e peduncolati. Maturano alla fine della stagione vegetativa del secondo anno e la disseminazione avviene durante l'inverno e la primavera successiva.
Contengono semi piccoli, ovali con un'ala, i semi sono lucidi su una faccia e opachi nell'altra, di colore scuro, fino a essere quasi neri.
I semi non sono dormienti e hanno bisogno di luce per germinare, la facoltà germinativa si protrae per 2-3 anni.
Le piante isolate di pino silvestre iniziano abbastanza presto a produrre semi, già verso 10 anni, ma nel bosco invece non iniziano prima dei 30-40 anni. L'apparato radicale è inizialmente fittonante e in seguito si adatta al tipo di terreno in cui cresce, in terreni sabbiosi e leggeri il fittone va in profondità e rimane sempre attivo, mentre in terreni asfittici, pesanti, il fittone perde la sua dominanza a favore di robuste radici laterali.
Il pino della Patagonia è diffuso in Canada e negli Stati Uniti, dove è anche noto con il nome di Bull Pine o Western Yellow Pine. Può raggiungere i 70 metri di altezza,
Il pino del Canada, nella zona di origine, può raggiungere i 50 metri di altezza. Presenta una chioma leggera, piramidale, verde scuro. Il tronco è diritto con una corteccia rugosa e fessurata, dapprima bruno-cannella e poi grigia. Le foglie sono aghi più o meno pettinati, con minuti dentini al margine. Le strutture riproduttive sono coni giallo-arancio, peduncolati, numerosi, i coni femminili hanno un breve peduncolo, sono bruni, e dopo aver liberato i semi, cadono a terra.
Il pino marittimo è originario delle coste del Mediterraneo, ma si trova anche sulle coste atlantiche di Spagna e Portogallo. In Italia è particolarmente diffuso lungo le coste tirreniche e forma sia dei boschi in cui è l'albero predominante, sia dei boschi misti, in cui la sua presenza è affiancata a quella del pino silvestre e del cipresso. Ha una corteccia spessa, molto rugosa, con un colore marrone scuro screziato di sfumature tendenti al viola. Cresce abbastanza rapidamente e ha medie dimensioni, arrivando a un'altezza di circa 30 metri. Produce ben pochi rami e il suo fusto appare dritto o lievemente curvo. Ha una chioma dalla colorazione verde scura maggiormente espansa verso la cima, mentre nella parte inferiore dell'albero si presenta più rada.

I miti

Il termine pino viene dal latino pinus che, a sua volta, deriva dal greco pitus, termine usato da Teofrasto riferendosi al pino selvatico. Pitus era un'amante del dio Pan, divini-

Catia Trevisani

Scegli di splendere

Corso di autoguarigione

Milano 2017-2018 (sesta edizione)
4 giugno, 10 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

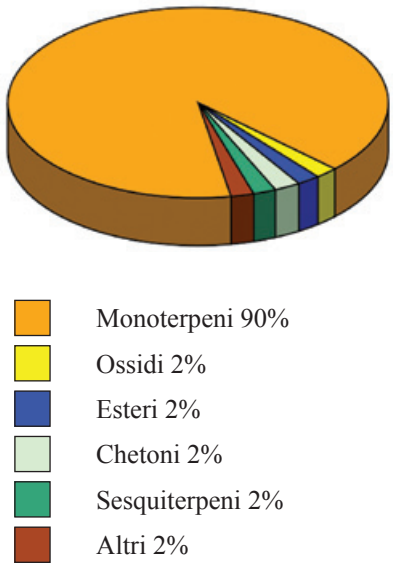
Guarda il video di presentazione del corso sul canale di Scuola SIMO di youtube

tà mitologica che Ovidio descrive mentre si cinge la chioma con ramoscelli di pino. Molti altri autori dell'antichità come Orazio, Virgilio, Properzio, hanno citato le varie specie di queste piante aghiformi che producevano resine aromatiche e che venivano usate soprattutto per produrre la pece. Ippocrate e Dioscoride ne lodavano le proprietà e ne consigliavano l'impiego per curare le infiammazioni dell'apparato respiratorio. Le varie specie di pini appartengono al gruppo degli alberi cosmici. In epoca antica in Grecia erano consacrati a Rea, la Grande Madre. In seguito si affermò il mito di Attis, il pino sacro, che moriva e resuscitava. Nella mitologia greca ha un simbolismo complesso ed ambiguo, il pino era infatti considerato simbolo di morte per il fatto che una volta tagliato non è più in grado di ricrescere, ma era anche simbolo di immortalità grazie alla sua capacità di vivere negli ambienti più sfavorevoli. Durante i primi secoli dei Cristianesimo, tra i vari culti pagani c'erano anche quelli legati a pini sacri. In Giappone ancora oggi il pino evoca l'immortalità ed il suo legno è utilizzato per costruire i templi shintoisti e gli strumenti rituali. La pianta è inoltre simbolo di potenza vitale, fecondità ed è segno di buon augurio. Sino a qualche decennio fa compariva nella cerimonia nuziale, quale simbolo della costanza dell'amore coniugale e della perpetuità del genere umano.
Dunque il pino è simbolo di immortalità, eternità, oltre che di rinnovamento.

SCHEDA PINO SILVESTRE

Nome Botanico: Pinus sylvestris
Famiglia: Pinaceae
Parte usata: Aghi
Livello: Arboreo
Nota: Bassa
Movimento delle energie: Chiusura
Profumo: Di conifera, profondo, avvolgente
Estrazione: Distillazione a vapore
Colore: Giallo chiaro

Composizione
Famiglie chimiche e costituenti principali: monoterpeni (pineni, camphene), esteri (acetato di bornile).
Chemotipo caratterizzante alpha-pinene (40%), beta-pinene (15%), delta-carene (10%)



Da "Aromacolor" di Luca Fortuna

Dosaggi in aromaterapia
- Inalazioni: da 5 a 15 gocce al dì
- Frizioni: da 1 a 100%
- Bagni: da 10 a 30 gocce
- Aromatintura: da 10 a 50 gocce in 50 ml di tintura
- Somministrazione: da 1 a 9 gocce al dì
- Diffusione: standard

Livello di sicurezza
Non è tossico, non è irritante né sensibilizzante. Non si usa in gravidanza, in allattamento e nei bambini sotto i 6 anni

Legenda:
*eccezionali**** eccellenti*** buoni***

Proprietà in aromaterapia applicata
L'olio essenziale di pino silvestre ha importanti proprietà:
- Antibatterico ***
- Anticatarrale ****
- Balsamico ***
- Antireumatico ***
- Stimolante ***
- Cortison-like **
- Rubefacente **

Risultati in base alla via di somministrazione
- Via orale ***
- Via cutanea **
- Via respiratoria ****

Indicazioni terapeutiche
- Bronchiti acute e croniche, tosse, catarro ***
- Reumatismi, infiammazioni articolari ***
- Astenia ***

Il pino silvestre è costituito per la maggior parte da monoterpeni, ma ha numerose altre famiglie chimiche che lo rendono più poliedrico rispetto alle altre varietà di pini. È un olio molto attivo e non deve essere sottovalutato.

Sistema respiratorio
Per le sue proprietà antisettiche e antibatteriche è utile per tutte le patologie dell'apparato respiratorio, sia per le vie alte che per quelle basse, anche quando c'è compromissione a livello polmonare. Fluidifica le secrezioni bronchiali ed è adatto sia per le bronchiti acute che per quelle croniche, per influenza, tosse, rino-sinusiti. È adatto a tutte le infezioni otorinolaringoiatriche (ORL) e per l'asma grazie alle sue virtù antispasmodiche e lenitive delle mucose bronchiali.

Infezioni alle vie respiratorie
Assumere 2 gocce di pino silvestre due o tre volte al dì nel miele

Inalazioni umide. In una ciotola di acqua bollente versare, una per volta, 4 gocce di pino silvestre, coprire il capo con un asciugamano e inspirare profondamente.

Asma
L'asma è una malattia infiammatoria cronica delle vie aeree caratterizzata dall'ostruzione, generalmente reversibile, dei bronchi. L'ostruzione bronchiale è causata dall'infiammazione, i bronchi si contraggono, si riempiono di muco e di liquido dovuto all'edema, per cui si riduce lo spazio disponibile per il passaggio dell'aria. I sintomi sono: mancanza o difficoltà di respiro, tosse, respiro fischiante o sibilante e senso di oppressione al petto.
Assumere 2 gocce di pino silvestre due o tre volte al dì nel miele.
Pino silvestre 20 gocce in o.v. di jojoba 50 ml. Frizionare le piante dei piedi e la colonna vertebrale.

Allergia respiratoria
Pino silvestre 3 parti, eucalipto smithii 5 parti, mirto rosso 5 parti, abete balsamico 3 parti, maggiorana 1 parte, lavanda 5 parti, cipresso 3 parti. Diffusione ambientale.

Bronchite acuta
Pino silvestre, eucalipto radiata, eucalipto smithii, pompelmo, ravintsara in parti uguali. 2 gocce in un cucchiaino di miele 5 volte al giorno per qualche giorno.

Catarro (mix mucolitico)
Pino silvestre 3 parti, saro 1 parte, eucalipto dives 3 parti, abete bianco 8 parti, eucalipto radiata 8 parti. Diffondere nell'ambiente per 30 minuti più volte al giorno oppure 3-4 gocce della stessa miscela in 1 o 2 gocce di o.v. di nigella per frizioni sul petto.

Infezioni respiratorie
Pino silvestre 3 parti, niaouli 1 parte. Diffusione ambientale.
Pino silvestre 3 parti, ravintsara 5 parti, eucalipto radiata 5 parti, lavanda spica 2 parti, eucalipto globulus 2 parti. Diffusione ambientale.

Influenza
Pino silvestre, sandalo, eucalipto radiata, ravintsara, in parti uguali. Diffusione ambientale.

Miscela per la stagione invernale, come prevenzione
Pino silvestre 3 parti, ravintsara 5 parti, eucalipto radiata 5 parti, lavanda spica 2 parti, eucalipto smithii 2 parti. Diffusione ambientale.

Miscela balsamica per il respiro e gli ambienti chiusi
Pino silvestre e mirto rosso in parti uguali. Diffusione ambientale.

Patologie respiratorie ricorrenti
Pino Silvestre 3 parti, ravintsara 3 parti, menta piperita 2 parti. Inalazione o diffusione ambientale.

Ostruzione nasale
Pino silvestre e menta arvensis in parti uguali. Inalazioni e diffusione ambientale.

Sinusite
È un'infiammazione dei seni paranasali, può causare dolore, fastidio e disagio. Può presentarsi in forma acuta o cronica e può essere causata da un virus o più raramente da funghi e batteri, può essere causata anche da allergie respiratorie, polipi nasali, infezioni dentali e setto nasale deviato. Il dolore è il sintomo più comune e può presentarsi a livello del naso e degli occhi ma può colpire anche la fronte, le mascelle e i denti. Inoltre può esservi un accumulo di secrezioni nasali, mal di gola se è presente un gocciolamento retronasale.
Pino silvestre 1 parte, ravintsara 2 parti, abete balsamico 3 parti. Inalazioni umide (suffumigi). In una ciotola di acqua bollente versare, una per volta, 4 gocce della miscela, coprire il capo con un asciugamano e inspirare profondamente.
Pino silvestre 5 parti, eucalipto radiata 8 parti, menta arvensis 3 parti. Inalazioni umide.
Pino silvestre 1 parte, ravintsara 2 parti, abete balsamico 3 parti. Inalazioni umide.
Pino silvestre 5 parti, eucalipto radiata 8 parti, menta arvensis 3 parti. Inalazioni umide.

Grave debolezza polmonare
Pino silvestre, tsuga, copaiba in parti uguali. Diffusione ambientale, oppure poche gocce in un olio vegetale e si friziona sul petto.

Sistema endocrino
È un potente tonico delle surrenali e un ottimo antiastenico. Molto va-

SIMOLUX
penna da cromopuntura
e reflessologia
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.

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

lido in caso di disturbi cronici che portano a esaurimento delle surrenali. Possiede anche un'azione simil insulinica che lo rende un buon supporto in caso di diabete.

Sistema digerente
Antispasmodico.

Sistema osteo-muscolare
Sull'apparato muscolo-scheletrico è utile per le infiammazioni come sciatica, artrite, poliartrite, lombalgia e anche nei reumatismi, in quanto possiede effetti analgesici e rubefacenti.

Antinfiammatorio
Pino silvestre 50 gocce in o.v. di iperico 50 ml. Applicare sulle zone dolenti.

Pino silvestre 8 parti, elicriso 5 parti, camomilla blu 3 parti. Applicare localmente.

Artrite
È l'infiammazione delle articolazioni. Pino silvestre, alloro, eucalipto citriodora in parti uguali diluiti al 5% in olio base. Applicare localmente.

Pino silvestre 0,5 ml, alloro 0,5 ml, eucalipto citriodora 0,5 ml in 50 ml di o.v. arnica. Applicare localmente.

Pino silvestre 2 gocce, noce moscata 4 gocce, lavanda spica 4 gocce, pepe 10 gocce, copaiba 16 gocce in 5 ml di o.v. di iperico. Applicare sulle zone interessate poche gocce della miscela 3 volte al dì.

Tendinite
È l'infiammazione dei tendini
Pino silvestre 1 goccia, camomilla blu 8 gocce, elicriso 5 gocce, sedano 3 gocce, patchouli 3 gocce. Applicare localmente.

Sistema urogenitale
Rompe i calcoli renali. Ha una discreta azione diuretica e svolge un'azione antisettica a livello dell'apparato urogenitale; è ottimo anche in caso di prostatite cronica e adenoma prostatico. È rubefacente e stimolante, quindi può essere utilizzato in caso di impotenza. Utile in caso di leucorrea e candida.

Infezioni alle vie urinarie
Semicupio che ricopre tutto il bacino con 20 gocce di pino silvestre, immergersi per 5 minuti una volta al giorno.

Leucorrea (perdite vaginali)
Irrigazioni vaginali con pino silvestre 15 gocce in 300 ml di acqua bollita e lasciata raffreddare. Una volta al giorno.

Prostatite acuta
La prostatite è un'infiammazione della prostata, ghiandola deputata alla produzione del liquido prostatico utile per aumentare la resistenza e la motilità degli spermatozoi. I sintomi più comuni sono: difficoltà a urinare, fastidi e dolori in perineo e in zona rettale. Può essere acuta o cronica.

Pino silvestre 1 parte, santoreggia montana 1 parte, lentisco 4 parti, sandalo 8 parti. Assumere 3 gocce della miscela in un cucchiaino di sciroppo d'acero o di miele 5 volte al dì per 3 giorni, poi 3 gocce 3 volte al dì per 1 settimana e poi 2 gocce per 3 volte al dì per 1 settimana.

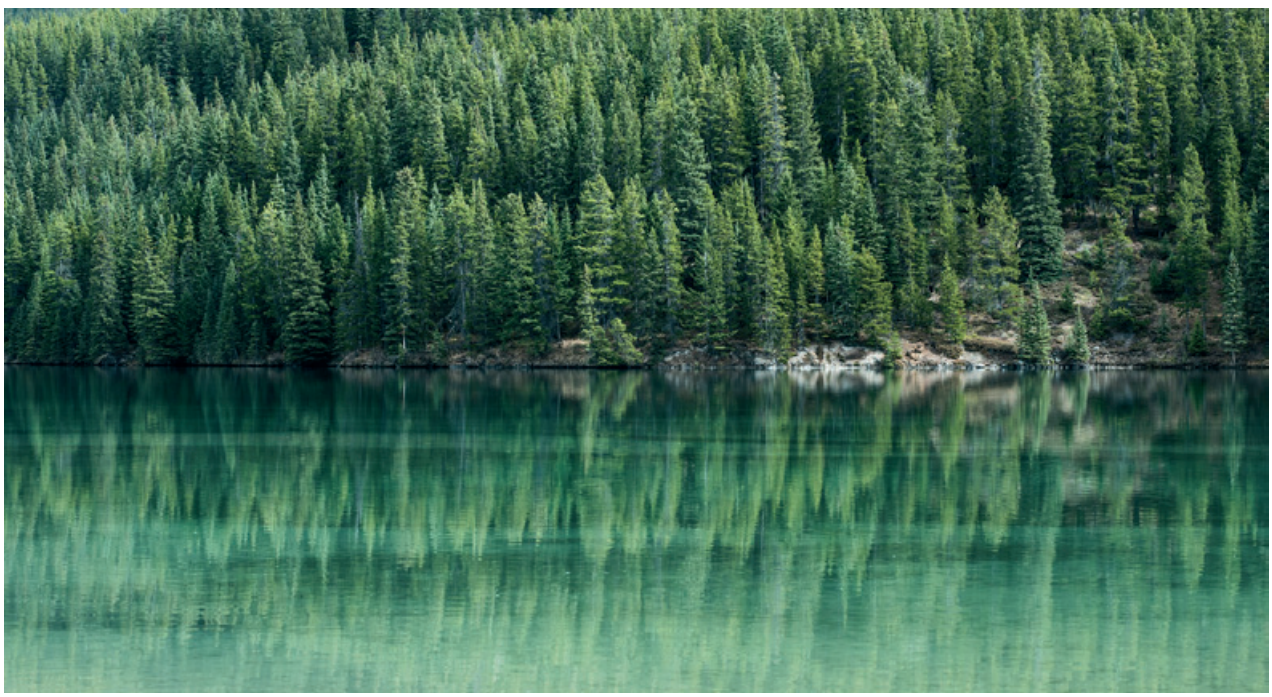
Prostatite cronica
Pino silvestre 8 parti, origano 5 parti, legno di hoo 5 parti, cipresso 3 parti. 2 gocce in un cucchiaino di miele 3 volte al dì o applicazione locale diluendo la miscela in olio vegetale.

Sistema circolatorio
È stimolante e ipertensivo perché non ha esteri in grado di bloccare questo effetto, quindi è utile nei soggetti ipotesi.

Sistema linfatico
Detossificante e decongestionante linfatico.

Sistema nervoso
Tonico. Neurotonico. Astenia.

Concentrazione e studio
Pino silvestre 2 parti, menta piperita 5 parti, basilico 5 parti. Diffusione ambientale nei momenti di studio intensi.



Astenia (stanchezza marcata)
Pino silvestre 1 parte, abete balsamico 1 parte, cipresso 2 parti, tsuga 8 parti. Applicare 1 goccia della miscela pura sul plesso solare.

Pino silvestre 2 parti, tsuga 2 parti, menta piperita 1 parte, abete balsamico 1 parte. 4 gocce pure frizionate all'altezza delle surrenali.

Pino silvestre e rosmarino verbenone o a canfora in parti uguali. Diffusione oppure 1-2 gocce in un cucchiaino di miele la mattina.

Sistema immunitario
Antisettico, antiparassitario, agisce su parassiti, vermi, batteri, funghi, virus.

Immunomodulante (regolatore delle difese immunitarie)
Pino silvestre, legno di hoo, ravintsara, niaouli, chiodi di garofano in parti uguali. 10 gocce della miscela in 3 ml di o.v. di jojoba e frizionare poche gocce lungo la colonna vertebrale una volta al dì.

Cute
È utile in caso di piaghe e tagli. Ha un'azione antiparassitaria, agisce sulla scabbia e sui pidocchi in caso di recidive. Per il singolo episodio si preferiscono l'albero del te o il niaouli.

Altro

Sudorazione eccessiva alle piante dei piedi
Pino silvestre in spray diluito al 10%.

Sick Building Syndrome
I sintomi sono provocati dalla cattiva qualità dell'aria negli ambienti, porta allergie, lacrimazione, riniti ricorrenti, mal di testa, patologie respiratorie, ecc.
Pino silvestre in diffusione

Ambiente
Purifica l'aria, favorisce la respirazione. Stimolante, rinvigorente.

Miscela purificante
Pino silvestre 3 gocce, limone 2 gocce, chiodi di garofano 1 goccia. In diffusione due volte al dì per 20 minuti aiuta a riportare la qualità dell'aria nei luoghi chiusi a livelli apprezzabili, inoltre riduce la probabilità di contagio. Incrementa l'eliminazione di CO e l'ossigenazione del sangue.

Oli essenziali sinergici

Per la tosse: eucalipto radiata, cipresso.
Per le infiammazioni: alloro, ginepro.
Come balsamico e antisettico polmonare: timo CT linalolo, timo CT thuyanolo, ravintsara.

AromaSPA: impiego per la cosmesi

Purifica e stimola la rigenerazione cellulare, aumenta l'ossigenazione. È molto utile sulla pelle indurita e dal colorito spento del fumatore. Efficace antirughe e antinvecchiamento, protegge dai danni derivanti da aggressioni esterne. Cicatrizza e facilita la guarigione delle ferite. Nutre, idrata e tonifica. Rivitalizza le pelli invecchiate e protegge da lesioni e desquamazioni.
Eccellente anticaduta e rinforzante, si aggiunge allo shampoo in caso di capelli deboli, fragili, che si spezzano con facilità.

Applicazione in Medicina Tradizionale Cinese

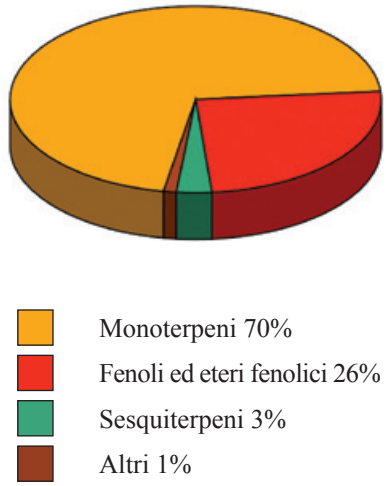
L'olio essenziale di pino silvestre favorisce la discesa del Qi di Polmoni verso i Reni e si utilizza per il respiro difficoltoso e la tosse.
Trasforma il catarro freddo ed espelle il Vento Freddo Umido opponendosi ai "bi ostruttivi".
Riscalda il Rene yang per cui è utile nell'impotenza.
Si utilizza dunque nei seguenti quadri:

- Reni che non ricevono il Qi di Polmone. Pino silvestre 5 parti, ginepro 3 parti, eucalipto globulus 2 parti in diluizione all'8%. Questa miscela si utilizza nei casi in cui i Reni non raccolgono il Qi di Polmone e per la debolezza della volontà.
- Deficit di Qi di Polmone con catarro freddo.
- Deficit di yin di Polmone. Pino silvestre 5 parti, salvia officinale 3 parti, arancio dolce 2 parti. Si applica direttamente sul polmone e sul grosso intestino nella divergenza dei canali.
- Febbre da fieno e anche dolori muscolari (bagno con 10-15 gocce).

SCHEDA PINO DELLA PATAGONIA

Nome Botanico: Pinus ponderosa
Famiglia:Pinaceae
Parte usata: Aghi
Livello: Arboreo
Nota: Basso-alta
Movimento delle energie: Chiusura
Profumo: Di conifera, fresco, legnoso.
Estrazione: Distillazione a vapore
Colore: Chiaro

Composizione
Famiglie chimiche e costituenti principali: monoterpeni (pineni, camphene), fenoli ed eteri fenolici (methyl-chavicolo).
Chemotipo caratterizzante alpha-pinene 10%, beta-pinene 40%, methyl chavicolo 40%.



Da "Aromacolor" di Luca Fortuna

Dosaggi in aromaterapia

- Inalazioni: da 1 a 9 gocce al dì
- Frizioni: da 1 a 25%
- Bagni: da 10 a 20 gocce
- Aromatintura: da 10 a 30 gocce in 50 ml di tintura
- Somministrazione: da 1 a 15 gocce al dì
- Diffusione: standard

Livello di sicurezza
Non è tossico, non è irritante né sensibilizzante. Non si usa in gravidanza, in allattamento e nei bambini sotto i 6 anni.

Legenda:
*eccezionali**** eccellenti*** buoni***

Proprietà in aromaterapia applicata
L'olio essenziale del pino della Patagonia ha importanti proprietà:
- Antibatterico, antivirale ****
- Immunostimolante ***
- Antinfiammatorio ***
- Antispasmodico ***
- Mucolitico **
- Rubefacente **
- Hormon like **
- Antiparassitario **

Risultati in base alla via di somministrazione
- Via orale ***
- Via cutanea **
- Via respiratoria ***

Indicazioni terapeutiche
- Infezioni alle vie respiratorie, asma e bronchite asmatiforme ****
- Crampi e contratture muscolari, tendiniti, infiammazioni articolari ***
- Infezioni alle vie urinarie ***
- Nevriti **

Ha una percentuale di fenoli, in particolare di etero fenoli, che rendono la sua azione diretta, veloce e incisiva. Scatena tutta la sua forza e agisce al momento diversamente dal pino del Canada che ha invece un'azione più profonda e più arrotondata. In caso di necessità possono essere usati insieme in miscela. La presenza degli eteri fenolici lo rendono un buon aiuto in caso di infiammazioni a livello dell'apparato muscolare, un buon antisettico e antiparassitario ambientale.

Sistema respiratorio
Battericida, antivirale, ottimo antisettico ambientale. Ha anche un'azione mucolitica. È adatto a tutte le infezioni dell'albero respiratorio, sia alte che basse: bronchite, tracheite, laringite, faringite, raffreddore, influenza, sinusite. È molto attivo sull'asma e la bronchite asmatiforme, agisce in profondità.

Asma allergica
Abbinato a khella tratta l'asma allergica in diffusione e inalazione.
Nelle crisi acute si consiglia di assumere 1 goccia di entrambi gli oli essenziali nel miele.

Pino della Patagonia 1 ml, maggiorana 1 ml, camomilla romana 1 ml in 10 ml di o.v. Applicare sul torace o sulle piante dei piedi.

Bronchite
Pino della Patagonia, pino marittimo, incenso in parti uguali. 3 gocce in un cucchiaino di miele 3 volte al giorno, oppure in diffusione.

Pino della Patagonia 8 parti, pino silvestre 8 parti, elemi 5 parti, legno di hoo 5 parti. 3 gocce in un cucchiaino di miele 3 volte al giorno, come mucolitico.

Broncopolmonite
Pino della Patagonia 5 parti, Pino del Canada 5 parti, tsuga 5 parti, origano 1 parte, enula 1 parte. 3 gocce in un cucchiaino di miele 4 volte al giorno.

Catarro abbondante
Pino della Patagonia 10 parti, cedro 5 parti, cipresso 3 parti, incenso 2 parti, mirto rosso 2 parti. Diffusione ambientale.

Sistema digerente
Ha un effetto antispasmodico. Si utilizza nella colite e per la nausea.

corsi monografici per tutti

26-27 Novembre - Idrotermofangoterapia (1 week end - solo streaming) Docente: L. Modesti

3-4 Dicembre - Fondamenti di Omeopatia (1 week end - solo streaming) Docente: R. Forlani

17-18 Dicembre - Naturopatia Vibrazionale (1 week end - solo streaming) Docente: V. Sganga

18 Dicembre - Kit Pronto Soccorso Naturopatico (1 giornata - solo frequenza) Docente: C. Piantanida

21-22 Gennaio - Medicina Tradizionale Cinese Fondamenti (3 week end - solo streaming) Docente: G. Giussani

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

Sistema endocrino
Hormon-like, cortison-like.

Sistema osteo-muscolare
Ottimo per crampi e contratture muscolari, è indicato per gli sportivi prima e dopo uno sforzo muscolare. Avendo un'azione antinfiammatoria, è efficace sulle tendiniti. È un antireumatico e si utilizza per le infiammazioni articolari. Rafforza e sostiene le ossa e contemporaneamente riesce a limitare i danni prodotti dal fumo e da molti agenti inquinanti: farmaci, sostanze chimiche e metalli tossici.

Osteoporosi
Metalli tossici come piombo, alluminio, cadmio e mercurio si depositano nelle ossa scalzando il calcio e aprendo la via all'osteoporosi. Talvolta l'integrazione di minerali fallisce proprio per la presenza di questi contaminanti. L'olio essenziale di pino del Canada, miscelato a un altro olio essenziale, la solidago, rimuove gli accumuli di queste e altre sostanze nocive.
Pino del Canada 15 gocce, solidago 15 gocce, lemongrass 15 gocce in 50 ml di olio di germe di grano e 50 ml di o.v. di calophylla. Applicare sulla colonna vertebrale tutti i giorni per un mese. Ripetere periodicamente durante l'anno. Questa miscela è particolarmente indicata a tutte le donne in menopausa e post-menopausa.

Infiammazioni articolari
Pino della Patagonia 1 ml, alloro 1 ml, rosmarino a canfora 1 ml in 10 ml di o.v. di arnica. Applicare localmente.

Crampi muscolari
Pino di Patagonia in o.v. di cumino nero o iperico per massaggi decontratturanti.
Pino della Patagonia 1 ml, wintergreen 1 ml in 10 ml di gel di aloe. Applicare localmente una piccola quantità della miscela fino a 3 volte al dì.

Tendinite
Pino della Patagonia 2 parti, petit grain 2 parti, eucalipto citriodora 2 parti, menta piperita 1 parte, camomilla blu 1 parte. Diluire in o.v. di iperico e applicare localmente.
Dopo l'ingessatura: pino della Patagonia 2 parti, pepe 3 parti, maggiorana 3 parti, rosmarino a canfora 3 parti, ginepro 2 parti, alloro 2 parti. Diluire in o.v. di iperico e applicare localmente.

Sistema urogenitale
Si utilizza per le infezioni delle vie urinarie: cistiti, uretriti. È attivo sulla candida.

Prostatite acuta importante
Pino della Patagonia, pino del Canada, timo a timolo, origano in parti uguali. 2 gocce in un cucchiaino di miele 5 volte al giorno e poi scalare di una somministrazione.

Sistema circolatorio
Tonico.

Sistema linfatico
Drenante degli emuntori.

Sistema nervoso
Tonico in generale e neurotonico, è utile per l'astenia. Si utilizza anche nelle nevriti.

Sistema immunitario
Immunostimolante, antiparassitario, antisettico.

Cute
È utile in applicazione locale in caso di acne, psoriasi, eczemi.

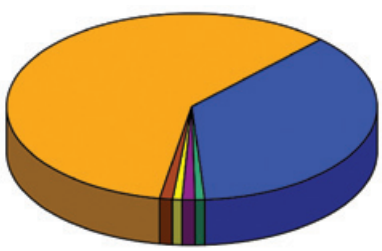
Altro

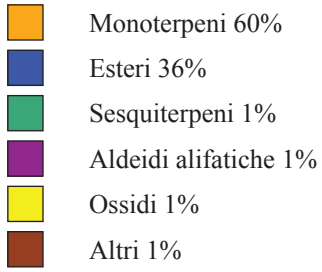
Ambiente
Purifica e disinfetta l'aria, facilita la respirazione. Diffusione ambientale.

SCHEDA PINO DEL CANADA

Nome Botanico: Picea mariana
Famiglia: Pinaceae
Parte usata: Aghi
Livello: Arboreo
Nota: Bassa
Movimento delle energie: Chiusura
Profumo: Di conifera, acidulo, avvolgente
Estrazione: Distillazione a vapore
Colore: Chiaro

Composizione
Famiglie chimiche e costituenti principali: monoterpeni (pineni, camphene), esteri (acetato di bornile).





Da "Aromacolor" di Luca Fortuna

Livello di sicurezza
Non tossico, non irritante e non sensibilizzante.

Dosaggi in aromaterapia
- Inalazioni: da 1 a 9 gocce al dì
- Frizioni: da 1 a 100%
- Bagni: da 10 a 30 gocce
- Aromatintura: da 10 a 30 gocce in 50 ml di tintura
- Somministrazione: da 1 a 15 gocce al dì
- Diffusione: standard

Livello di sicurezza
Non è tossico, non è irritante né sensibilizzante. Non si usa in gravidanza e nei bambini sotto i 6 anni

Legenda:
*eccezionali**** eccellenti*** buoni***

Proprietà in aromaterapia applicata
L'olio essenziale del pino della Patagonia ha importanti proprietà:
- Antisettico **
- Anticatarrale, espettorante ***
- Balsamico ***
- Antireumatico ****
- Stimolante, tonico, neurotonico ***
- Mimetico ormonale ***
- Antimicotico **

Risultati in base alla via di somministrazione
- Via orale ***
- Via cutanea ***
- Via respiratoria ***

Indicazioni terapeutiche
- Influenza, tosse raffreddore, bronchite, sinusite, asma, difficoltà respiratorie ****
- Reumatismi e dolori articolari ****
- Convalescenza, astenia ***
- Immunodepressione ***
- Parassitosi intestinale e cutanea ***
- Ipertiroidismo **

Questa varietà di pino, nonostante abbia una maggioranza di monoterpeni, viene annoverato tra i pini ad acetato di bornile perché gli esteri

rappresentano più o meno il 40%, mentre i pini monoterpenici non contengono nessuna percentuale di esteri. È un cortison like. Gli esteri presenti nel pino del Canada bloccano l'effetto ipertensivo caratteristico dei cortison like.

Sistema respiratorio
Ha un'azione battericida, è un buon antisettico ambientale. Sull'apparato respiratorio agisce principalmente come mucolitico ed espettorante, è quindi molto utile in caso di tosse grassa e sinusite. Si consiglia in caso di asma per la sua azione antispasmodica e lenitiva delle mucose bronchiali. In generale non è un olio essenziale adatto ai bambini, a meno che non soffrano di bronchite asmatica ricorrente; in questo caso può essere utilizzato con frizioni.

Tosse spasmodica
Pino del Canada 2 parti, cajeput 8 parti, cipresso 10 parti. Assumere 2 gocce della miscela nel miele per un effetto immediato.

Broncopolmonite
Pino del Canada 5 parti, pino della Patagonia 5 parti, tsuga 5 parti, origano 1 parte, enula 1 parte. 3 gocce della miscela in un cucchiaino di miele 4 volte al dì.

Bronchite cronica
Pino del Canada 3 parti, pino silvestre 5 parti, pepe 3 parti. 3 gocce della miscela in un cucchiaino di miele 3 volte al dì.

Influenza
Pino del Canada, pino silvestre, eucalipto radiata, eucalipto dives, mirto in parti uguali. 3 gocce della miscela in un cucchiaino di miele 3 volte al dì oppure inalazioni.

Enfisema
Pino del Canada, alloro, enula, issopo decumbens in parti uguali. Inalazioni, diffusione ambientale.

Miscela ambientale antisettica
Pino del Canada 8 parti, timo a linalolo 1 parte, tsuga 2 parti. Diffusione ambientale.

Miscela ambientale per luoghi affollati
Pino del Canada 1 parte, abete balsamico 2 parti, eucalipto radiata 2 parti. Diffusione ambientale.

Sistema endocrino
Ha un effetto hormon-like, in particolare cortison-like. Si utilizza nei casi in cui sarebbe adatto il cortisone, sia per via interna che per applicazione locale. Ha un effetto stimolante e dinamizzante sulla corteccia surrenale per cui è particolarmente adatto nei casi di affaticamento, stanchezza, convalescenza. Si utilizza anche per la caduta della libido per surmenage. Adatto all'ipertiroidismo.

Sistema digerente
Antispasmodico e antiparassitario intestinale, si utilizza in caso di lamblia, giarda, anchilostomi.

Sistema osteo-muscolare
Grazie alla sua azione cortison-like e al suo effetto antinfiammatorio trova utilizzo nei reumatismi e nei dolori articolari. Favorisce la circolazione e riscalda le parti massaggiate, è utile in caso di crampi. Tonifica la muscolatura.

Sport: corsa
Pino del Canada, frizioni lombari e alle gambe.

Artrite
Pino del Canada 5 ml, pino silvestre 5 ml, o.v. di calophylla 10 ml. Applicare localmente.

Artrosi
Pino del Canada 5 ml, pino silvestre 5 ml, pepe 1 ml in 30 ml di o.v. di iperico. Applicare alcune gocce sulle zone colpite da dolore e da malformazione, è una valida alternativa al cortisone.

Dolori muscolo-scheletrici
Pino del Canada 15 gocce, wintergreen 10 gocce, lavanda vera 40 gocce in 20 ml di o.v. di iperico. Applicare localmente 2 volte al dì.

Sistema urogenitale
È attivo sulla candida.

Prostatite
Pino del Canada, pino della Patagonia, timo a timolo, origano in parti uguali. 2 gocce della miscela 5 volte al giorno e poi scalare di una somministrazione.

Sistema nervoso
Tonico, neurotonico. Ottimo per soggetti deboli e astenici.

Convalescenza
Pino del Canada 3 parti, timo satureioide 1 parte in o.v. di jojoba. Applicare lungo la colonna.

Burn out
È una sindrome di esaurimento emotivo dovuta a stress lavorativo, è caratterizzata da irrequietezza, apatia, depersonalizzazione e senso di frustrazione, frequente soprattutto nelle professioni ad elevata implicazione relazionale.
Pino del Canada in diffusione.

Sistema circolatorio
È un flebotonico utile per le varici, protegge i vasi. Spesso si aggiunge in piccola quantità nelle miscele per le varici. È ipotensivo.

Sistema linfatico
Drenante degli emuntori, rimuove le intossicazioni linfatiche, inoltre protegge i vasi linfatici.

Sistema immunitario
Stimola le difese immunitarie per cui è indicato nell'immunodepressione. Buono come antiparassitario, soprattutto attivo su parassiti intestinali, anchilostomi, lamblia.

Deficit immunitario
Pino del Canada 5 parti, niaouli 2 parti, pino silvestre 2 parti, origano 1 parte. Diluire poche gocce della miscela in poche gocce di o.v. e applicare sulla colonna.

Pino del Canada 3 parti, abete balsamico 3 parti, saro 1 parte. In diffusione per rinforzare la respirazione e prevenire il contagio negli anziani.

Antivirale
Pino del Canada 5 parti, rosmarino verbenone 5 parti, cipresso 5 parti, 3 limone, salvia officinalis 3 parti, santoreggia ortensis 2 parti, origano 2 parti, finocchio 2 parti. In diffusione oppure 3 gocce della miscela in un cucchiaino di miele 3 volte al dì.

Cute
Utile in caso di acne, psoriasi, eczemi, parassiti cutanei.

Altro

Ambiente
Utilizzato nei diffusori pulisce e purifica l'aria, favorisce la respirazione.

Sauna
L'olio essenziale di Pino del Canada è ottimo in sauna perché migliora la respirazione e stimola le energie.

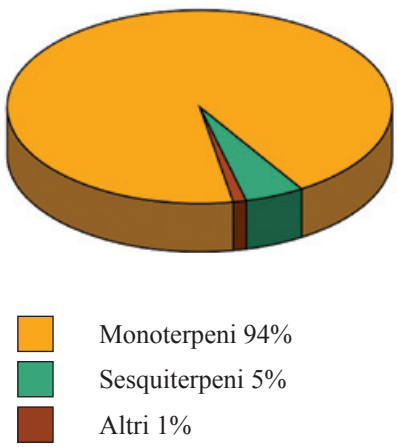
AromaSPA: impiego per la cosmesi

Si usa negli shampoo rinforzanti e anticaduta.

SCHEDA PINO MARITTIMO

Nome Botanico: Pinus pinaster
Famiglia: Pinaceae
Parte usata: Aghi
Livello: Arboreo
Nota: Bassa-media
Movimento delle energie: Chiusura
Profumo: Di conifera, fresco, balsamico
Estrazione: Distillazione a vapore
Colore: Chiaro

Composizione
Monoterpeni (pineni, delta-3-carene), sesquiterpeni (cariofillene).



Da "Aromacolor" di Luca Fortuna

Dosaggi in aromaterapia
- Inalazioni: da 1 a 9 gocce al dì
- Frizioni: da 1 a 50%
- Bagni: da 10 a 30 gocce
- Aromatintura: da 10 a 30 gocce in 50 ml di tintura
- Somministrazione: da 1 a 9 gocce al dì
- Diffusione: standard

Livello di sicurezza
Non ha controindicazioni, è uno dei pini più gestibili.

Legenda:
eccezionali **** *eccellenti* *** *buoni* **

Proprietà in aromaterapia applicata
L'olio essenziale del pino marittimo ha importanti proprietà:
- Antisettico **
- Anticatarrale, espettorante ***
- Balsamico ***
- Antireumatico ***
- Stimolante, tonico, neurotonico **
- Mimetico ormonale Cortison like ***
- Antimicotico **

Risultati in base alla via di somministrazione
- Via orale ***
- Via cutanea ***
- Via respiratoria ***

Indicazioni terapeutiche
- Influenza, tosse raffreddore, bronchite, sinusite, asma, difficoltà respiratorie ****
- Reumatismi e dolori articolari ***
- Convalescenza, astenia ***
- Immunodepressione ***
- Parassitosi intestinale e cutanea ***
- Ipertiroidismo **

È uno dei pini più gestibili, è leggero e tranquillo e ha le stesse proprietà degli altri pini, solo che si utilizza per le forme meno gravi. Quindi va bene sia in caso di reumatismi e dolori che in caso di infezioni alle vie respiratorie quando rientrano in un range di entità medio-lieve.

Sistema circolatorio
Insufficienza venosa.

Sistema linfatico
Decongestionante linfatico.

Sistema respiratorio
Antisettico, decongestionante, utile per l'asma.

Sistema endocrino
Hormon-like, cortison-like.

Sistema digerente
Antispasmodico. Antiparassitario intestinale. Si utilizza in caso di lamblia, giarda, anchilostomi.

Sistema osteo-muscolare
Antinfiammatorio trova utilizzo nei reumatismi e nei dolori muscolari.

Sistema urogenitale
Attivo su candida, cistite, prostatite.

Sistema nervoso
Tonico. Stimolante.

Sistema immunitario
Antinfettivo.

Cute
Si utilizza in caso di couperose e per l'eccessiva traspirazione.

Altro

Ambiente
Utilizzato nei diffusori pulisce e purifica l'aria, favorisce la respirazione.

Proprietà in psicoaromaterapia e aromaterapia sottile

Forte stimolante, allontana stanchezza, pigrizia, lentezza. Utile per la memoria, per focalizzare, allontana anergia e debolezza. Sostiene e rinforza, aiuta a ritrovare la fiducia e a resistere alle avversità. È particolarmente indicato nei momenti di sfiducia, di sconforto e quando ci si sente molto stanchi e svuotati, per chi è rassegnato e sta smettendo di combattere. È utile in caso di traumi: dolore, perdita, separazione, lutto. Stimola a vivere il presente, a concentrarsi sul presente senza dimenticare le proprie radici. Protegge dagli influssi esterni e nelle grandi prove. È un messaggio di guarigione e speranza. Utile per le memorie tramandate, le costellazioni famigliari, l'esplorazione degli archetipi e dell'inconscio collettivo. Esalta la consapevolezza della coscienza di gruppo. Ancora al desiderio di vivere in una comunità, un gruppo, porta un messaggio di realizzazione mediante l'integrazione. Trasforma la separazione, l'orgoglio, l'isolamento, la competizione in una visione di sentiero comune, pur invitando a percorrerlo individualmente. È un antidoto alla confusione, alla bassa autostima. Aiuta a capire ciò che deve continuare e ciò che non deve essere continuato. Aiuta, quindi, ad adattarsi velocemente al nuovo, al rinnovamento.

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

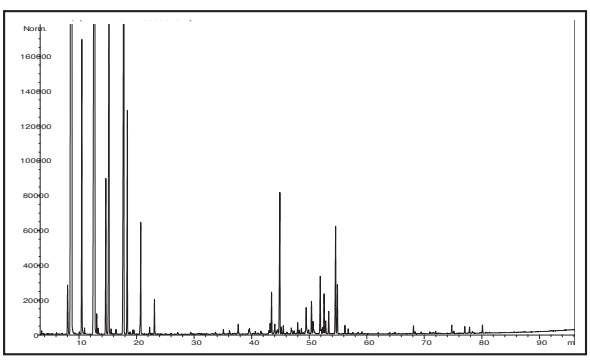
Pranarom, *Aromanews*

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

Profilo cromatografico: pino silvestre

Pics	Temps de rétention	Constituants	%
1	6,0	ISOVALERALDEHYDE	0,01
2	8,0	TRICYCLENE	0,68
3	8,8	**α-PINENE**	**40,76**
4	9,3	TOLUENE	0,01
5	10,1	α-FENCHENE	0,02
6	10,5	**CAMPHENE**	**2,94**
7	11,0	HEXANAL	0,06
8	12,7	**β-PINENE**	**24,62**
9	13,1	SABINENE	0,16
10	13,3	PINADIENE	0,05
11	13,9	p-MENTH-2-ENE	0,01
12	14,7	Δ3-CARENE	1,70
13	15,2	**β-MYRCENE**	**5,52**
14	15,6	α-PHELLANDRENE	0,05
15	15,8	ψ-LIMONENE	0,01
16	16,3	o-CYMENE	0,01
17	16,4	α-TERPINENE	0,05
18	17,8	**LIMONENE**	**8,51**
19	18,4	β-PHELLANDRENE + 1,8-CINEOLE	2,36
20	18,7	MENTHATRIENE ISOMERE	0,02
21	18,9	2-HEXENAL	0,02
22	19,4	2-PENTYLFURANE	0,04
23	19,5	Cis-β-OCIMENE	0,04
24	20,5	γ-TERPINENE	0,07
25	20,7	Trans-β-OCIMENE	1,13
26	21,0	MENTHATRIENE ISOMERE	0,01
27	22,1	m-CYMENE	0,01
28	22,3	p-CYMENE	0,07
29	22,7	ISOTERPINOLENE	0,01
30	23,1	TERPINOLENE	0,36
31	25,1	ACETATE DE cis-3-HEXENYLE	0,01
32	26,0	PINOL	0,01
33	27,1	1-HEXANOL	0,02
34	29,4	3-HEXEN-1-OL	0,02
35	29,8	3-OCTANOL	0,01
36	30,6	NONANAL	0,02
37	31,3	FENCHONE	0,01
38	32,1	PERILLENE	0,01
39	33,2	COMPOSÉ MENTHATRIENIQUE	0,02
40	33,7	α,p-DIMETHYLSTYRENE	0,03
41	35,1	α-CUBEBENE	0,06
42	36,1	α-LONGIPINENE	0,05
43	37,0	SESQUITERPENE	0,02
44	37,7	α-COPAENE	0,16
45	38,5	LONGICYCLENE	0,01
46	39,5	β-BOURBONENE	0,05
47	39,6	CAMPHRE	0,06
48	39,7	BENZALDEHYDE	0,03
49	40,4	LINALOL	0,02
50	40,6	β1-CUBEBENE	0,04
51	41,1	2-DECANONE	0,02
52	41,2	ACETATE DE LINALYLE	0,01
53	41,6	ISOPINOCAMPHONE	0,04
54	41,9	Trans-p-MENTH-2-EN-1-OL	0,01
55	43,0	PINOCARVONE	0,04
56	43,2	LONGIFOLENE	0,15
57	43,5	ACETATE DE BORNYLE	0,50
58	43,9	METHYL THYMOL ETHER	0,05
59	44,0	β-ELEMENE	0,11
60	44,3	2-UNDECANONE	0,04
61	44,5	β-CUBEBENE	0,05
62	44,6	TERPINENE-4-OL	0,05
63	44,9	β-CARYOPHYLLENE	1,96
64	45,2	6,9-GUAIADIENE	0,09
65	45,5	ALLO-AROMADENDRENE	0,10
66	46,0	Trans-p-MENTH-2-EN-1-OL	0,01
67	46,1	ACETATE ALIPHATIQUE	0,02
68	46,7	SESQUITERPENE	0,01
69	46,9	MYRTENAL	0,07
70	47,0	CADINA-3,5-DIENE	0,04
71	47,7	CADINADIENE ISOMERE	0,04
72	47,8	ACETATE TERPENIQUE	0,01
73	48,0	Trans-PINOCARVEOL	0,14
74	48,3	E-β-FARNESENE	0,05
75	48,6	ZONARENE	0,08
76	49,0	ESTER TERPENIQUE	0,03
77	49,3	Trans-VERBENOL	0,03
78	49,5	α-HUMULENE	0,36
79	49,6	CRYPTONE + γ-SELINENE	0,06
80	49,9	SESQUITERPENE	0,06
81	50,4	γ-MUUROLENE + α-TERPINEOL	0,44
82	50,7	ACETATE DE TERPENYLE	0,16
83	50,8	BORNEOL	0,05
84	50,9	LEDENE	0,04
85	51,5	SESQUITERPENE	0,01
86	51,9	GERMACRENE D	0,74
87	52,1	MUUROLADIENE ISOMERE	0,06
88	52,3	CADIENE ISOMERE	0,09
89	52,5	α-MUUROLENE	0,37
90	52,6	β-SELINENE	0,19
91	52,9	α-SELINENE	0,18
92	53,9	ACETATE DE GERANYLE	0,01
93	54,1	SESQUITERPENE	0,01
94	54,3	2-DODECANONE	0,01
95	54,6	δ-CADINENE	1,37
96	54,9	γ-CADINENE	0,64
97	55,3	δ-SELINENE	0,01
98	55,8	SALICYLATE DE METHYLE	0,01
99	56,2	CADINA-1,4-DIENE	0,06
100	56,3	MYRTENOL	0,05
101	56,8	α-AMORPHENE	0,06
102	57,2	2-TRIDECANONE	0,01
103	57,6	2,4-DECADIENAL	0,02
104	58,5	Trans-CARVEOL	0,02
105	59,1	CALAMENENE	0,03
106	59,2	p-CYMENE-8-OL	0,01
107	59,6	ACIDE VALERIANIQUE	0,01
108	62,0	Épi-CUBEBOL	0,01
109	64,0	α-CALACORENE	0,02
110	64,9	CUBEBOL	0,02
111	67,5	OXYDE D'ISOCARYOPHYLLENE	0,01
112	68,1	OXYDE DE CARYOPHYLLENE	0,09
113	68,4	METHYLEUGENOL	0,02
114	69,5	TETRADECANAL	0,03
115	70,9	GERMACRA-1,5-DIEN-4-OL	0,02
116	71,1	EPOXY-6,7-HUMULENE	0,01
117	71,5	Epi-CUBENOL	0,03
118	72,0	CUBENOL	0,03
119	72,4	SESQUITERPENOL	0,01
120	74,8	SPATHULENOL	0,10
121	75,1	CINNAMATE D'ETHYLE	0,03
122	77,0	T-CADINOL	0,08
123	77,9	α-MUUROLOL	0,07
124	78,4	δ-CADINOL	0,03
125	79,7	SESQUITERPENOL	0,01
126	80,1	α-CADINOL	0,09
127	80,7	COMPOSÉ DITERPENIQUE	0,01
128	85,6	SANDAROCOPIMARADIENE	0,01
129	87,2	DITERPENE Mw=272	0,01
130	87,5	OXYDE D'épi-MANOYLE	0,01
131	92,2	BIFORMENE	0,01
132	93,3	ABIETATRIENE	0,01
		TOTAL	**99,63**

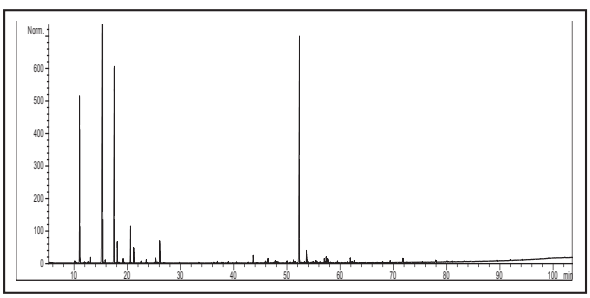
Date de l'analyse – date of the analysis : Décembre 2011,



Profilo cromatografico: pino della Patagonia

Pics	Temps de rétention	Constituants	%
1	5,4	ACETONE	0,02
2	10,1	CYMENE ISOMERE	0,09
3	10,4	TRICYCLENE	0,03
4	11,0	**α-PINENE**	**8,60**
5	11,1	α-THUYENE	0,14
6	11,8	METHYL DECANE	0,02
7	12,0	TOLUENE	0,04
8	12,6	α-FENCHENE	0,06
9	13,0	CAMPHENE	0,31
10	13,7	HEXANAL	0,01
11	14,0	UNDECANAL	0,01
12	15,3	**β-PINENE**	**39,58**
13	15,8	SABINENE	0,16
14	16,1	PINADIENE	0,02
15	16,4	Δ2-CARENE	0,01
16	16,7	p-MENTH-2-ENE	0,01
17	17,5	**Δ3-CARENE**	**15,39**
18	18,1	β-MYRCENE	1,13
19	18,4	α-PHELLANDRENE	0,04
20	19,2	o-CYMENE	0,25
21	19,3	α-TERPINENE	0,10
22	20,3	ISOSYLVESTRENE	0,02
23	20,5	LIMONENE	2,15
24	21,2	β-PHELLANDRENE + 1,8-CINEOLE	0,91
25	21,6	MENTHATRIENE ISOMERE	0,01
26	21,9	2-HEXENAL	0,01
27	22,5	2-PENTYL FURANE	0,01
28	22,6	Cis-β-OCIMENE	0,10
29	23,5	γ-TERPINENE	0,19
30	23,8	Trans-β-OCIMENE	0,02
31	24,5	ACETATE DE PRENYLE	0,01
32	25,0	m-CYMENE	0,04
33	25,3	p-CYMENE	0,30
34	25,6	ISOTERPINOLENE	0,04
35	26,1	TERPINOLENE	1,34
36	26,8	CYMENE ISOMERE	0,03
37	27,1	CYMENE ISOMERE	0,01
38	29,8	BUTYRATE DE PRENYLE	0,04
39	33,4	2-NONANONE	0,04
40	33,9	NONANAL	0,01
41	35,8	CETONE TERPENIQUE Mw=150	0,02
42	36,2	DIMETHYLSTYRENE ISOMERE	0,05
43	36,9	α,p-DIMETHYLSTYRENE	0,10
44	37,7	Cis-1,2-EPOXYDE DE LIMONENE	0,06
45	37,9	α-CUBEBENE	0,05
46	38,4	EPOXY-4,8-TERPINOLENE	0,01
47	38,9	α-LONGIPINENE	0,07
48	39,8	PENTADECANE	0,02
49	40,5	α-COPAENE + α-CAMPOLENAL	0,07
50	40,9	DECANAL	0,04
51	42,7	PINOCAMPHONE	0,04
52	43,5	BENZALDEHYDE	0,02
53	43,6	LINALOL	0,47
54	43,7	β1-CUBEBENE	0,02
55	44,2	2-DECANONE	0,02
56	44,3	ACETATE DE LINALYLE	0,04
57	44,5	ISOPINOCAMPHONE	0,02
58	44,6	Cis-p-MENTH-2-EN-1-OL	0,02
59	45,3	α,cis-BERGAMOTENE	0,02
60	45,6	PINOCARVONE	0,03
61	45,9	LONGIFOLENE	0,12
62	46,1	FENCHOL + ACETATE DE BORNYLE	0,06
63	46,4	α,trans-BERGAMOTENE	0,39
64	46,9	β-ELEMENE	0,05
65	47,5	HYDRATE DE CAMPHENE	0,02
66	47,6	2-UNDECANONE	0,06
67	47,7	TERPINENE-4-OL	0,13
68	47,8	β-CARYOPHYLLENE	0,04
69	47,9	6,9-GUAIADIENE	0,08
70	48,3	AROMADENDRENE	0,09
71	49,9	MYRTENAL	0,12
72	50,0	CADINA-3,5-DIENE	0,02
73	50,5	1-HEPTANOL	0,04
74	51,2	Trans-PINOCARVEOL	0,20
75	51,5	ZONARENE + SESQUITERPENE	0,14
76	52,3	**ESTRAGOLE**	**20,46**
77	52,4	SESQUITERPENE	0,02
78	52,6	ACETATE TERPENIQUE	0,07
79	52,9	α-HUMULENE	0,04
80	53,1	NERAL	0,03
81	53,2	γ-MUUROLENE	0,10
82	53,6	α-TERPINEOL	0,73
83	53,7	ACETATE DE TERPENYLE	0,20
84	54,0	BORNEOL + LEDENE	0,07
85	54,4	FORMIATE DE GERANYLE	0,03
86	54,6	VERBENONE	0,03
87	54,7	CADINENE ISOMERE	0,02
88	54,9	MENTHADIENOL ISOMERE	0,08
89	55,1	SESQUITERPENE	0,06
90	55,3	α-MUUROLENE	0,18
91	55,5	β-SELINENE	0,04
92	55,6	α-SELINENE	0,06
93	55,8	PIPERITONE	0,02
94	55,6	BICYCLODECANE	0,05
95	55,7	β-CURCUMENE	0,06
96	55,8	BICYCLOGERMACRENE + CARVONE	0,02

Pics	Temps de rétention	Constituants	%
97	56,6	α-FARNESENE	0,02
98	57,0	ACETATE DE GERANYLE	0,27
99	57,1	FARNESENE ISOMERE	0,05
100	57,3	δ-CADINENE	0,43
101	57,6	γ-CADINENE	0,29
102	58,0	COMPOSÉ FURANIQUE	0,03
103	58,2	α-CURCUMENE	0,04
104	58,4	SALICYLATE DE METHYLE	0,02
105	58,7	p-METHYLACETOPHENONE	0,02
106	59,2	CADINA-1,4-DIENE	0,02
107	59,4	MYRTENOL	0,12
108	59,6	NEROL	0,03
109	59,7	α-AMORPHENE	0,02
110	60,2	2-TRIDECANONE	0,02
111	60,9	2,4-DECADIENAL	0,02
112	61,3	ACETATE DE 2-PHENYLETHYLE	0,04
113	61,8	Trans-ANETHOLE	0,37
114	62,0	CYMENOL ISOMERE	0,05
115	62,3	CALAMENENE	0,09
116	62,6	p-CYMENE-8-OL	0,14
117	64,7	ISOBUTYRATE DE 2-PHENYLETHYLE	0,02
118	65,0	Epi-CUBEBOL	0,01
119	66,1	1-DODECANOL	0,02
120	66,9	α-CALACORENE	0,02
121	67,9	PIPERITENONE	0,07
122	68,8	CUBEBOL	0,02
123	69,3	METHYLBUTYRATE DE 2-PHENYLETHYLE	0,13
124	71,4	OXYDE DE CARYOPHYLLENE	0,02
125	71,7	METHYLEUGENOL	0,30
126	72,5	PENTADECANAL + ANISALDEHYDE	0,04
127	73,3	ACIDE CAPRYLIQUE	0,02
128	74,6	CUBENOL	0,02
129	75,4	HEXADECANAL	0,04
130	77,1	ESTER PHENYLETHYLIQUE	0,02
131	77,9	SPATHULENOL	0,13
132	78,1	ALCOOL ALIPHATIQUE INSATURÉ	0,03
133	79,6	ALCOOL ALIPHATIQUE	0,03
134	80,0	EUGENOL	0,07
135	80,2	T-CADINOL	0,05
136	81,0	α-MUUROLOL	0,05
137	82,1	α-BISABOLOL	0,04
138	83,3	α-CADINOL	0,04
139	86,9	ISOPIMARADIENE	0,02
140	89,4	OXYDE DE MANOYLE	0,04
141	91,9	COMPOSÉ ACIDE	0,04
142	94,2	ACIDE LAURIQUE	0,04
143	99,2	METHOXYCINNAMALDEHYDE	0,04
144	102,2	COMPOSÉ AROMATIQUE	0,05
		TOTAL	**99,93**

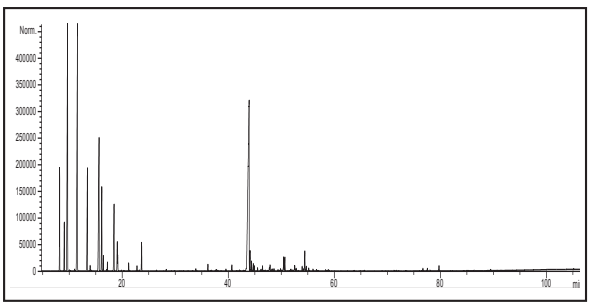


Profilo cromatografico: pino del Canada

Pics	Temps de rétention	Constituants	%
1	8,2	**SANTENE**	**3,10**
2	9,1	TRICYCLENE	1,86
3	9,5	**α-PINENE**	**16,12**
4	9,7	α-THUYENE	0,10
5	10,0	TERPENE ISOMERE	0,04
6	10,2	TOLUENE	0,02
7	11,0	α-FENCHENE	0,09
8	11,5	**CAMPHENE**	**17,40**
9	12,0	HEXANAL	0,01
10	13,4	**β-PINENE**	**5,16**
11	13,9	SABINENE	0,19
12	14,1	PINADIENE	0,03
13	14,5	THUYADIENE	0,01
14	15,6	**Δ3-CARENE**	**9,25**
15	16,1	**β-MYRCENE**	**4,11**
16	16,4	α-PHELLANDRENE	0,46
17	16,7	ψ-LIMONENE	0,01
18	17,0	o-CYMENE	0,04
19	17,2	α-TERPINENE	0,32
20	18,2	ISOSYLVESTRENE	0,04
21	18,4	**LIMONENE**	**3,41**
22	19,0	β-PHELLANDRENE	1,31
23	19,1	1,8-CINEOLE	0,57
24	19,3	MENTHATRIENE ISOMERE	0,01
25	19,9	TERPENE ISOMERE	0,04
26	20,0	2-PENTYLFURANE	0,01
27	20,3	Cis-β-OCIMENE	0,02
28	21,0	TERPENE ISOMERE	0,01
29	21,2	γ-TERPINENE	0,30
30	21,4	Trans-β-OCIMENE	0,02
31	21,8	3-OCTANONE	0,01
32	22,6	m-CYMENE	0,01
33	22,8	p-CYMENE	0,21
34	23,2	ISOTERPINOLENE	0,05
35	23,7	TERPINOLENE	1,24
36	26,4	PINOL	0,04
37	27,8	1-HEXANOL	0,01
38	28,3	CAMPHOLENE ALDEHYDE ISOMERE	0,07
39	29,3	ISOVALERATE D'ISOPRENYLE	0,01
40	29,9	3-HEXEN-1-OL	0,02
41	30,7	2-NONANONE	0,01
42	31,0	ESTER PRENYLIQUE	0,01
43	31,2	COMPOSÉ MENTHATRIENIQUE	0,01
44	31,6	FENCHONE	0,02
45	32,4	VALERATE DE PRENYLE	0,01
46	33,3	COMPOSÉ CETONIQUE	0,02
47	33,9	α,p-DIMETHYLSTYRENE	0,11
48	34,0	COMPOSÉ MENTHATRIENIQUE	0,01
49	34,1	1-OCTEN-1-OL	0,01
50	35,4	2-DECANONE	0,01
51	35,6	α-CUBEBENE	0,01
52	36,2	ACETATE DE FENCHYLE	0,30
53	36,5	α-LONGIPINENE	0,01
54	36,8	CITRONELLAL	0,09
55	37,4	YLANGENE + CYCLOSATIVENE	0,01
56	37,8	α-CAMPHOLENE ALDEHYDE	0,20
57	38,1	α-COPAENE	0,02
58	38,6	LONGICYCLENE	0,02
59	39,5	CAMPHRE	0,09
60	39,6	ESTER PRENYLIQUE	0,02
61	40,7	LINALOL	0,32
62	41,0	ALCOOL CAMPHOLENIQUE	0,01
63	41,6	ISOPINOCAMPHONE	0,06
64	42,1	Trans-p-MENTH-2-EN-1-OL	0,05
65	42,3	NEOISOPULEGOL	0,02
66	42,9	ISOPULEGOL	0,04
67	43,1	PINOCARVONE	0,03
68	43,3	LONGIFOLENE	0,14
69	43,9	**ACETATE DE BORNYLE**	**23,68**
70	44,1	ACETATE D'ISOBORNYLE	0,77
71	44,2	METHYL THYMOL ETHER	0,04
72	44,4	HYDRATE DE CAMPHENE	0,44
73	44,7	TERPINENE-4-OL	0,35
74	44,9	β-CARYOPHYLLENE	0,23
75	45,6	ACETATE DE THUYEN-YLE	0,16
76	46,2	Cis-p-MENTH-2-EN-1-OL	0,09
77	46,3	ACETATE ALIPHATIQUE	0,04
78	46,5	ACETATE DE THUYEN-YLE ISOMERE	0,23
79	46,8	MYRTENAL	0,03
80	47,1	CADINA-3,5-DIENE	0,04
81	47,4	SESQUITERPENE	0,04
82	47,7	ACETATE DE SABINYLE ISOMERE	0,17
83	47,8	ACETATE DE VERBENYLE	0,17
84	47,9	Trans-PINOCARVEOL	0,10
85	48,2	ALCOOL TERPENIQUE	0,04
86	48,3	ACETATE DE CITRONELLYLE	0,10
87	48,5	MENTHADIENOL ISOMERE	0,01
88	48,6	ZONARENE	0,08
89	48,7	ISOBORNEOL	0,07
90	49,3	ESTRAGOLE	0,01

Pics	Temps de rétention	Constituants	%
91	49,4	α-HUMULENE	0,07
92	49,6	Cis-4,5-MUUROLADIENE	0,05
93	49,8	NERAL	0,02
94	49,9	ACETATE DE TERPINENE-4-YLE	0,11
95	50,1	ACETATE DE MYRTENYLE	0,06
96	50,3	γ-MUUROLENE	0,10
97	50,4	α-TERPINEOL	0,60
98	50,6	ACETATE DE TERPENYLE	0,10
99	50,7	BORNEOL	0,62
100	50,9	LEDENE	0,02
101	51,3	SESQUITERPENE	0,02
102	51,6	VERBENONE	0,02
103	51,8	GERMACRENE D	0,14
104	52,0	CADINENE ISOMERE	0,04
105	52,2	ACETATE DE NERYLE	0,02
106	52,3	SESQUITERPENE	0,05
107	52,6	α-MUUROLENE+ ACETATE D'EXO-2-HYDROXYCINEOLE	0,31
108	52,8	ACETATE DE trans-CARVYLE	0,15
109	53,0	PIPERITONE	0,02
110	53,3	BICYCLOGERMACRENE + Trans-PIPERITOL	0,03
111	53,6	α-FARNESENE	0,01
112	54,0	ACETATE DE GERANYLE	0,20
113	54,2	CITRONELLOL	0,10
114	54,5	δ-CADINENE	1,00
115	54,7	γ-CADINENE	0,24
116	55,2	α-BISABOLENE	0,15
117	55,3	SALICYLATE DE METHYLE	0,02
118	55,9	CAMPHOLENOL	0,09
119	56,1	CADINA-1,4-DIENE + MYRTENOL	0,04
120	56,6	α-AMORPHENE	0,08
121	56,7	METHYLACETOPHENONE ISOMERE	0,03
122	57,0	ALCOOL AROMATIQUE	0,03
123	57,6	ESTER SANTENIQUE	0,01
124	58,4	Trans-CARVEOL	0,06
125	58,7	COMPOSÉ TERPENIQUE	0,03
126	58,8	GERANIOL	0,05
127	59,0	CALAMENENE	0,05
128	59,1	p-CYMENE-8-OL	0,04
129	59,5	ALCOOL ALIPHATIQUE	0,01
130	62,6	COMPOSÉ SESQUITERPENIQUE Mw=220	0,02
131	63,8	CALACORENE	0,03
132	64,9	COMPOSÉ SESQUITERPENIQUE Mw=220	0,02
133	65,7	1-DODECANOL	0,02
134	67,8	OXYDE DE CARYOPHYLLENE	0,01
135	69,0	SESQUITERPENOL	0,02
136	69,6	NEROLIDOL	0,02
137	71,2	EPI-CUBENOL	0,02
138	71,3	SESQUITERPENOL	0,02
139	71,7	CUBENOL	0,03
140	72,1	CYCLODODECADIENE Mw=164	0,02
141	76,3	ESTER ALIPHATIQUE	0,01
142	76,7	T-CADINOL	0,12
143	77,5	α-MUUROLOL	0,12
144	78,1	δ-CADINOL	0,04
145	79,8	α-CADINOL	0,29
146	85,1	SANDARACOPIMADIENE	0,02
147	85,3	DITERPENE Mw=272	0,01
148	86,4	SESQUITERPENOL Mw=220	0,03
149	89,5	SESQUITERPENOL Mw=220	0,05
		TOTAL	**99,99**

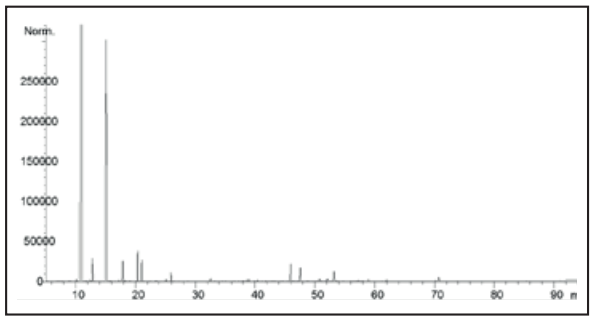
Date de l'analyse – date of the analysis : Décembre 2014,



Profilo cromatografico: pino marittimo

Pics	Temps de rétention	Constituants	%
1	5,3	ACETONE	0,01
2	10,2	TRICYCLENE	0,08
3	11,0	**α-PINENE** + α-THUYENE	**74,27**
4	11,6	TOLUENE	0,01
5	12,4	α-FENCHENE	0,06
6	12,8	CAMPHENE	0,89
7	15,1	**β-PINENE**	**17,07**
8	15,6	SABINENE	0,02
9	15,9	PINADIENE	0,03
10	16,5	p-MENTH-3-ENE	0,01
11	17,3	Δ3-CARENE	0,05
12	17,9	β-MYRCENE	0,80
13	18,3	α-PHELLANDRENE	0,04
14	18,5	ψ-LIMONENE	0,01
15	19,0	1,4-CINEOLE	0,02
16	19,1	α-TERPINENE	0,02
17	20,4	LIMONENE	1,28
18	21,1	β-PHELLANDRENE + 1,8-CINEOLE	0,91
19	21,5	p-MENTHATRIENE	0,01
20	22,4	Cis-β-OCIMENE	0,01
21	23,4	γ-TERPINENE	0,02
22	23,6	Trans-β-OCIMENE	0,01
23	25,1	p-CYMENE	0,08
24	26,0	TERPINOLENE	0,37
25	26,4	TERPENE ISOMERE	0,01
26	28,8	PINOL	0,01
27	32,6	OXYDE DE PINENE	0,13
28	34,6	PINENOL	0,01
29	36,6	α,p-DIMETHYLSTYRENE	0,01
30	37,9	α-CUBEBENE	0,05
31	38,6	EPOXYDE-4,8-TERPINOLENE	0,06
32	38,9	α-LONGIPINENE	0,09
33	39,8	SESQUITERPENE + CYCLOSATIVENE	0,02
34	40,5	α-COPAENE	0,07
35	41,2	LONGICYCLENE	0,03
36	42,4	PINOCAMPHONE	0,01
37	42,9	COPACAMPHENE ISOMERE	0,02
38	43,4	LINALOL	0,01
39	44,5	SESQUITERPENE	0,01
40	45,5	SESQUITERPENE	0,01
41	45,7	TERPINENE-1-OL	0,02
42	46,0	LONGIFOLENE	1,01
43	46,2	ACETATE DE BORNYLE	0,04
44	46,5	β-ELEMENE	0,01
45	47,1	HYDRATE DE CAMPHENE	0,01
46	47,4	TERPINENE-4-OL	0,02
47	47,6	β-CARYOPHYLLENE	0,69
48	48,6	SESQUITERPENE	0,01
49	49,6	MYRTENAL	0,02
50	50,8	Trans-PINOCARVEOL	0,12
51	51,1	E-β-FARNESENE	0,03
52	51,4	ZONARENE	0,02
53	51,8	ESTRAGOLE	0,03
54	52,1	α-HUMULENE	0,12
55	52,2	Trans-VERBENOL	0,07
56	52,4	CRYPTONE	0,01
57	53,1	γ-MUUROLENE	0,02
58	53,2	α-TERPINEOL	0,44
59	53,4	ACETATE DE TERPENYLE	0,01
60	53,6	BORNEOL	0,05
61	54,6	GERMACRENE D	0,02
62	55,3	α-MUUROLENE	0,02
63	56,2	CARVONE	0,01
64	57,2	δ-CADINENE	0,06
65	58,6	CADINA-1,4-DIENE	0,01
66	59,0	MYRTENOL	0,08
67	61,2	Trans-CARVEOL	0,02
68	61,8	CALAMENENE	0,02
69	62,0	p-CYMENE-8-OL	0,07
70	62,5	COMPOSÉ Mw=220	0,01
71	63,1	Cis-CARVEOL	0,01
72	70,2	OXYDE D'ISOCARYOPHYLLENE	0,05
73	70,7	OXYDE DE CARYOPHYLLENE	0,19
74	73,8	EPOXY-6,7-HUMULENE	0,02
75	79,2	SESQUITERPENOL	0,01
76	86,2	SESQUITERPENOL	0,01
		TOTAL	**99,99**

Date de l'analyse – date of the analysis : Décembre 2013,



EDIZIONI ENEA

192 pagine a colori - € 24,00

Tre generazioni, Lorenzo, Catia e Antonietta ci raccontano la loro storia e ci propongono tante ricette facili da preparare, gustose, sane e 100% veg, che seguono i ritmi delle stagioni e rispettano gli equilibri dell'uomo e del pianeta. Una rivoluzione silenziosa può partire dai fornelli, e può essere divertente, facile e sfiziosa!

Cucinare secondo natura è un libro di ricette semplici, per le mamme che lavorano, per le famiglie che vogliono mangiare con consapevolezza e con gusto senza dover impazzire dietro preparazioni difficili.

Per ogni stagione sono proposti menu completi, che suggeriscono come accostare i diversi alimenti. E poi dolci, snack, impasti per pane, pasta e pizza, dadi fatti in casa, piatti elaborati per i giorni di festa.

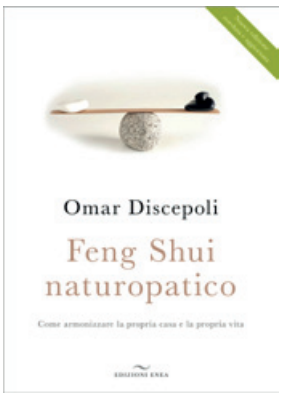
Ma non solo: gli autori offrono anche suggerimenti preziosi per cucinare in modo naturale nutrendo corpo, mente, spirito.

INTRODUZIONE ALLA NATUROPATIA

Filosofia, storia, discipline e professione

di Catia Trevisani
224 pagine
2° edizione: novembre 2016
ISBN 978-88-6773-049-0
ISBN 978-88-6773-055-1 ebook

€ 14,00 - Ebook € 6,99



FENG SHUI NATUROPATICO

Come armonizzare la propria casa e la propria vita

di Omar Discepoli
ill., 218 pagine
4° edizione: novembre 2016
ISBN 978-88-6773-050-6

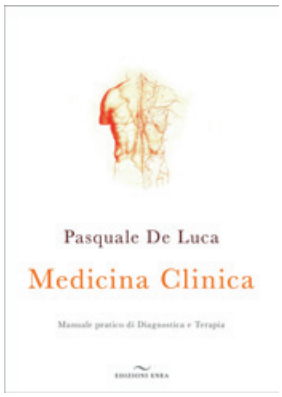
€ 16,00

TECNICHE DI CRISTALLOTERAPIA

Un viaggio nella coscienza olistica

di Angelo Balladori
ill. col., 296 pagine
2° edizione: ottobre 2016
ISBN 978-88-6773-048-3

€ 24,00



MEDICINA CLINICA

Manuale pratico di Diagnostica e Terapia

di Pasquale De Luca
512 pagine
1° edizione: ottobre 2016
ISBN 978-88-6773-046-9

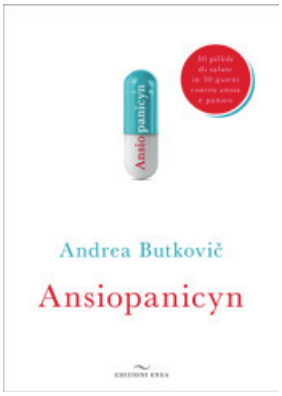
€ 39,00

CURARSI CON L'ACQUA

Il metodo Kneipp e l'idrotermofangoterapia: la natura al servizio della salute

di Catia Trevisani, Elisabetta Poggi
con DVD, ill., 160 pagine
1° edizione: novembre 2016
ISBN 978-88-6773-056-8

€ 24,00



ANSIOPANICYN

30 pillole di salute in 30 giorni contro ansia e panico

di Andrea Butkovič
232 pagine
1° edizione: novembre 2016
ISBN 978-88-6773-051-3
ISBN 978-88-6773-052-0 ebook

€ 19,90 - Ebook € 8,99

ANALISI DI LABORATORIO PER OPERATORI DELLA SALUTE

di Riccardo Forlani
con CD, 182 pagine
Durata audio: 3 ore e 20 minuti
2° edizione: novembre 2016
ISBN 978-88-95572-50-5

€ 30,00

LA RELAZIONE MEDICO-PAZIENTE

Manuale di ComunicAzione per i Professionisti della salute

di Emanuela Mazza
160 pagine
1° edizione: ottobre 2016
ISBN 978-88-6773-047-6
ISBN 978-88-6773-053-7 ebook

€ 26,50 - Ebook € 12,99

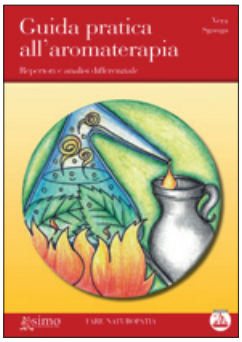
L'aromaterapia identifica le azioni sulla salute fisica e psichica, prodotte dall'impiego di oli essenziali. È essenzialmente "olistica" e "naturopatica" in quanto, letta e compresa in tutti i suoi livelli e possibilità, ha un'azione globale ed è una delle discipline fondamentali della naturopatia.

Se desideri approfondire l'aromaterapia scopri i nostri libri!

Luca Fortuna

Aromaterapia naturopatica

174 pagine - € 16,00

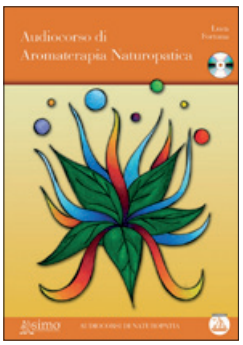


Vera Sganga

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

Upsin Unione Professionisti Olistici Italiani Naturopati

ISO QAR

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