



GUIA PRÁTICO DE AROMATERAPIA

2ª edição on line

APOIO



TERRA-FLOR.COM



Isto parece fundamental: desde o início, através dos tempos e em todos os continentes do mundo, em todas as civilizações, desde as mais primitivas até as mais sofisticadas, o homem sempre privilegiou as plantas, e ainda mais as plantas aromáticas e os óleos essenciais.

Utilizou-as para fins domésticos, alimentares, ritualísticos, cosméticos e também com um propósito terapêutico.

Sessenta mil anos antes da nossa era, o homem de Neanderthal já usava plantas aromáticas. Seja na Índia, China, Egito, todas as civilizações se interessaram por plantas aromáticas e seus aromas.

Grupos de humanos diferentes, vivendo longe uns dos outros, sem qualquer comunicação possível entre eles, muitas vezes descobriram e usaram as mesmas plantas.

Assim ilustramos a “regra das convergências”, regra prioritária em etnofarmacognosia que afirma a seguinte teoria: diferentes povos, sem qualquer contato ou comunicação usaram as mesmas espécies vegetais para os mesmos fins.



AROMATERAPIA E OS ÓLEOS ESSENCIAIS (OE)

AROMATERAPIA

É um sistema terapêutico complementar integrativo para o uso dos OE.
Objetiva estimular a saúde e o bem-estar pessoal, familiar e profissional no seu dia a dia.
Traz uma agradável sensação de conexão com a natureza quando utilizada nos cuidados com sua saúde e beleza.

ÓLEOS ESSENCIAIS

São substâncias naturais responsáveis pelo aroma das plantas.
Encontram-se nas sementes, raízes, talos, cascas, madeiras, resinas,
folhas, flores e frutos.
Possuem propriedades terapêuticas variadas.

FORMAS DE UTILIZAÇÃO

Podem ser utilizados em difusores e spray de aroma ambientais, colar aromático pessoal, rechauds, banho de imersão, compressa com água ou argila, inalação, escalda pés, vaporização, perfume natural, hidratação do rosto e corpo ou diluídos em óleos vegetais para massagens.
Podem também ser adicionados a shampoos, sabonetes, cremes, loções, manteigas vegetais aromáticas, máscara facial de argila, entre outras.





TABELA TERAPÊUTICA DOS ÓLEOS ESSENCIAIS

ALECRIM qt. Cânfora

Rosmarinus officinalis L. camphoriferum



TERAPÊUTICA

Potencial anti-inflamatório (C)
Útil em cuidados de contratura muscular, câimbras de idosos e adultos, torcicolo, entorse, luxação, mialgia e dor localizada por esforço esportivo (C-M)
Potencial hipertensor (EP-FP-FV-I-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do atleta

Aroma herbal, adstringente, energético.
Favorece a concentração (A-B-CA)
Auxilia o fluir do movimento antes e após atividade física (C-FL-M)

DERMATOLÓGICA

Auxilia no controle da oleosidade da pele e cabelos (TC)
Útil nos cuidados da pele acneica (T)
Coadjuvante em tratamentos nos cuidados da caspa e queda de cabelos (TC)
Útil para hidratar a pele com varizes e flebite (C-FL-H-M)

ALECRIM qt. Cineol

Rosmarinus officinalis L. cineoliferum



TERAPÊUTICA

Potencial digestivo, atenua dor de cabeça e enxaqueca (A-CA-C-I)
Ameniza dor muscular e articular (C-FL-M)
Coadjuvante na expectoração do muco (CP-FV-I-V)
Ameniza dor de hemorroidas (BA-T)
Estimula a circulação dos líquidos corporais (EP-FP)
Potencial hipertensor (EP-FP-FV-I-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do estudante

Aroma herbal, adstringente e energético.
Fortalece o sistema nervoso, estimula a memória e a concentração (A-CA-I-S)
Revigora, reduz a letargia mental e o cansaço físico.
Prepara a mente e o corpo para iniciar o dia com disposição e alegria (A-B-CA-FV-I-M-S)
Anima, alivia a tristeza da mente depressiva (A-B-CA-FV-I-M-S)

DERMATOLÓGICA

Coadjuvante no combate a sarna e piolho (T-TC)
Adstringente, protege e hidrata a pele nos cuidados pós-barba e pós-depilatório (T)
Auxilia na redução a oleosidade da pele e cabelos (T-TC)
Útil nos cuidados da pele acneica (T)
Coadjuvante em tratamentos no combate a caspa e queda de cabelos (TC)

ALECRIM qt. Verbenona

Rosmarinus officinalis L. verbenoniferum



TERAPÊUTICA

Potencial hepatoestimulante, com possível alívio da dor de cabeça e enxaqueca (CA-I)
Útil nos cuidados dos distúrbios hormonais na TPM, climatério e menopausa (B-CA-FP-FV-I-M-TL)
Apazigua o desconforto da arritmia cardíaca (B-CA-FP-FV-I-M-TL)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do bom humor

Aroma herbal, fresco e relaxante.
Restaurador energético, acalma a impaciência e irritação (A-B-CA-FP-FV-I-M-S-TL)
Equilibra oscilações do humor de mudanças hormonais bruscas (A-B-CA-FP-FV-I-M-S-TL)
Acalma e relaxa o ambiente (A-B-CA-FP-FV-I-M-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Tônico cutâneo, com potencial reparador do ressecamento da pele madura (H-M-T)
Capacidade regeneradora celular, ameniza a rigidez de queloides, usado nos cuidados dos sinais do tempo facial em peles maduras (B-H-FL-M-T)

AJOWAN

Trachyspermum ammi (L.) Sprague ex Turill



TERAPÊUTICA

Potencial antimicrobiano e antiparasitário coadjuvante no combate a bactérias, fungos e vírus (A-S)
Popularmente usado nos cuidados no combate a verminoses (FP)vcm
Auxilia a digestão (A-I)
Alivia os sintomas da congestão respiratória e digestiva como rinite, bronquite, sinusite, náusea e diarreia (A-I-V)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do guerreiro

Aroma intenso, antidepressivo e tônico energético.
Restaura a força interior e a vontade de viver (A-S)
Útil em momentos de extremo desgaste emocional ou físico (A-S)

DERMATOLÓGICA

Coadjuvante no tratamento de combate a micose de unhas (T)

ÂMBAR resinóide

Liquidambar orientalis Mill.



TERAPÊUTICA

Nada a ser acrescentado, nada a ser retirado, o melhor que a natureza pode oferecer.
Afrodisíaco (A-P-S)
Relaxante do sistema nervoso (A-CA-P-S)

AROMACOLÓGICA

O perfume da alma

Aroma divino. Cria um ambiente próspero, abundante e amoroso.
Inspira a alma a desabrochar e florescer plenamente (A-CA-P-S)

DERMATOLÓGICA

Perfuma a pele (P)

ANIS ESTRELADO

Illicium verum Hook. f.



TERAPÊUTICA

Potencial digestivo, carminativo (A-CA-FL-I-M)
Possível antisséptico, antimicrobiano, podendo trazer certo alívio ao mal estar respiratório de resfriados e gripes (A-CP-EP-FP-I-S-V)
Coadjuvante nos cuidados ao alívio de espasmos de tosse, asma, gases e cólicas de bebês (CP-EP-FP-I-M-V)
“Strogen-like” (A-CA-FV-I-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do amor incondicional

Aroma adocicado que favorece o contato com a essência do feminino.
Aporta energia amorosa ao ambiente para receber o recém nascido, pré-dispõe a mente a um estado receptivo (A-S)
Promove uma atmosfera ambiental de aceitação e possível cura das relações, facilitando a avaliação e compreensão de relações conflitantes (A-CA-S)

DERMATOLÓGICA

Potencial emoliente e hidratante (H-M)
Coadjuvante nos cuidados ao combate de edemas e celulite. Usado em drenagem linfática (C-FL-H-M)
Pode recuperar o brilho, a maciez da pele na menopausa (H-M)

BÁLSAMO DO PERU

Myroxylon pereirae (Royle) Klotzsch



TERAPÊUTICA

Capacidade relaxante do sistema nervoso (A-P-S)
Potencial expectorante, coadjuvante nos cuidados para acalmar a tosse (A-CA-I-S)
Possível anti-inflamatório, podendo trazer alívio para a dor artrítica e reumatóide (C-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da criatividade

Aroma doce e terroso que acalma e dissolve as tensões, estimula o senso lúdico.
Inspira a mente criativa, auxiliando o desenvolvimento e conclusão das idéias, útil na finalização de teses e monografias (A-CA-P-S)
Auxilia as pessoas tensas e sérias relaxarem e materializarem seus sentimentos através da arte (A-S)

DERMATOLÓGICA

Hidratante para pele sensível (B-H-M)
Usado em formulações da cosmética natural para cuidar de rachaduras na pele, ressecamento das mãos, cotovelos e calcanhares (H)
Potencial alergênico.

BENJOIM

Styrax tonkinensis (Pierre) Craib ex Hartwich



TERAPÊUTICA

Potencial expectorante, alivia sintomas da tosse (A-CP-S)
Possível anti-inflamatório, usado popularmente em preparações para acalmar dor articular e reumática (M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da purificação

Aroma doce e terroso conhecido por “bálsamo dos monges”, muito utilizado em mosteiros para purificar o ambiente.
Harmonizador ambiental, afasta energia negativa, obsessiva, pensamentos repetitivos, estimulando a jornada meditativa (A-S)
Potencial ansiolítico e antidepressivo, reconfortante em situações estressantes onde perde-se o contato com a paz interior (A-B-I-M-P-S)
Cria um ambiente propício a reconexão da dissociação entre sentimentos e razão (A-B-I-M-P-S)
Indicado para momentos onde necessita-se de harmonização emocional ou em estafa emocional (A-B-I-M-P-S)

DERMATOLÓGICA

Potencial antioxidante, podendo rejuvenescer peles maduras (H- M)

BERGAMOTA

Citrus bergamia Risso & Poiteau



TERAPÊUTICA

Potencial ansiolítico, útil em distúrbios do apetite: inapetência ou excesso de apetite/anorexia ou obesidade (A-CA-I-M-S)
Ameniza distúrbios do sono (A-FP-I-M-TL-S)
Tônico mental, auxilia em momentos de depressão, desânimo e apatia (A-CA-FP-I-M-S-TL)
Possível antisséptico e antifúngico, alivia sintomas de cistite, corrimento e candidíase (BA-FP-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do amor próprio

Aroma cítrico, doce e delicado.
Age como um raio de sol penetrando o ambiente que dissipa a insegurança e equilibra as emoções.
Desperta a tranquilidade, promovendo autoestima e autoaceitação (A-S)
Dissolve o medo, a timidez, autocrítica, as mudanças abruptas de humor e irritação, facilitando o relacionamento com o outro (A-CA-I-M-S-TL)
Acalma estados ansiosos de angústia e tristeza. Quando choramos internamente este OE ilumina o coração (CA)

DERMATOLÓGICA

Estudos demonstram ação na redução da hiperatividade das glândulas sebáceas da pele e do couro cabeludo. Potencial antisséptico, com excelentes propriedades para o uso na cosmética natural e na limpeza e assepsia da pele oleosa. Útil nos cuidados da acne, psoríase, dermatite (C-H-T)
Combate a oleosidade capilar (TC)

BERGAMOTA LFC

Citrus bergamia Risso & Poiteau



TERAPÊUTICA

“Livre de Furanocumarinas (LFC)”.

As moléculas furanocumarínicas presentes principalmente nos OE cítricos são responsáveis pela **fotosensibilização**, ou seja, a característica de ocorrerem manchas na pele exposta aos raios UV.

O OE de Bergamota LFC não apresenta risco de exposição da pele ao sol após seu uso, pois as moléculas fotosensibilizantes foram retiradas de sua composição.

Possível antisséptico e antifúngico, alivia sintomas de cistite, corrimento e candidíase (BA-M-T)

Este aroma pode ser útil para acalmar distúrbios do sono (A-CA-FP-I-S-TL)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do amor próprio

Tônico mental, auxilia em momentos de depressão, desânimo e apatia (A-CA-FP-I-TL)

Equilibra as emoções, desperta a tranquilidade para a conquista da liberdade emocional (A-CA-I-M-P-S)

Alivia o medo, timidez, autocrítica, mudanças abruptas de humor e irritação (A-CA-I-M-P-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Potencial antisséptico, útil na limpeza e assepsia da pele oleosa. Pode reduzir a hiperatividade das glândulas sebáceas da pele e do couro cabeludo (TC)

Útil nos cuidados da acne, psoríase, dermatite (C-H-T)

BÉTULA DOCE

Betula lenta L.



TERAPÊUTICA

Potencial antálgico, popularmente usado em preparações naturais para aliviar dor muscular e reumática (C-FL-M)

Coadjuvante nos cuidados para amenizar a dor e edemas em tendinite, entorse, ligamento rompido, fratura óssea (C-FL-M)

Alivia a dor em inflamação muscular (C-FL-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial analgésico

Aroma doce, adstringente, originário de regiões frias, aquece o corpo e a alma.

Favorecendo a humanização nas relações (M)

Alivia a dor e reforça a positividade (M)

DERMATOLÓGICA

Massagem esportiva, aquece a musculatura, ação na dor e inflamação (C-FL-M)

BREU BRANCO - ALMÉCEGA

Protium pallidum Cuatrec



TERAPÊUTICA

Potencial expectorante, útil no alívio dos sintomas da asma e bronquite (A-CA -CP-I-V)

Possível analgésico, pode acalmar a dor reumática, muscular e dor de cabeça (CA-FL-I-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da espiritualidade

Aroma adstringente, pungente, revitalizante.

Útil na limpeza energética do ambiente (A-S)

Estimula o foco e atenção (A-CA-S)

Acalma e direciona a mente facilitando a meditação (A-CA-S)

DERMATOLÓGICA

Cicatrizante (T)

Usado tradicionalmente pela população indígena para acalmar a irritação causada na pele picada por insetos (T)

CACAU absoluto

Theobroma cacao L.



TERAPÊUTICA

Potencial afrodisíaco, estimulante da libido (A-CA-M-S)
Tônico energético em períodos de convalescença (CA-I-M)
O aroma auxilia em dietas de emagrecimento, acalma a ansiedade e a vontade de comer chocolate (CA-I)

AROMACOLÓGICA

O aroma da criança interior

Aroma doce, amargo e sensual de cacau (A-CA-P)
Estimula a espontaneidade da criança interior, acalenta o coração com alegria (A-CA-I-P-S)
Reduz o stress e a depressão (A-CA-I-M-S)
O aroma pode auxiliar a acalmar a mente, trazendo conforto emocional, sendo útil como coadjuvante no combate anorexia nervosa (A-CA-I-M-P-S)

DERMATOLÓGICA

Usado como coadjuvante em massagem para reduzir gordura localizada (M)
Previne envelhecimento precoce da pele (H-M)

CAFÉ TORRADO

Coffea arabica L.



TERAPÊUTICA

Potencial estimulante da digestão (A-B-CA-FL-M-S)
Estimulante e tônico, combate desânimo, friquidez e apatia (B-CA-M)
Útil para afugentar a sonolência e lentidão do raciocínio (A-CA-FV-I-S)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da ação

Aroma de café torrado.
Aumenta a concentração e atenção em geral, reduz o cansaço e a fadiga, gera ação e realização (A-B-CA-I-M-S)

DERMATOLÓGICA

Hidratante da pele (H-M)
Potencial antioxidante (B-H-M)

CAFÉ VERDE

Coffea arabica L.



TERAPÊUTICA

Estudos em curso analisam a possibilidade desse óleo estimular a síntese de colágeno.
Influencia na estabilidade da membrana dérmica (H-M-T)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da manutenção da pele

Aroma herbal, de folhas molhadas.
Ativa a vontade de cuidar e amar a si mesmo (H-M)
Alivia o stress (H-M)

DERMATOLÓGICA

Tem sido muito utilizado em preparações dermocosméticas para promover equilíbrio fisiológico na pele (H-T)
Emoliente e hidratante da pele (H-M-T)

CAJEPUT

Melaleuca leucadendron L.



TERAPÊUTICA

Potencial analgésico, alivia nevralgias e pode atuar como coadjuvante para acalmar a dor de ouvido (T)
Possível expectorante, calmante de estados febris, antisséptico respiratório, alivia sintomas de resfriados (CP-EP-I-M-V)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do alinhamento

Estimulante, traz clareza mental alavancando idéias criativas.

Alinha o corpo e a mente (A-CA-I-S)

Alivia a tensão das cordas vocais. Útil para cantores, professores, oradores (G)

DERMATOLÓGICA

Balsâmico e cicatrizante (M-T)

Potencial inseticida, usado tradicionalmente pelos aborígenes australianos para combater infestação por piolhos e pulgas (H-T-TC)

Útil nos cuidados da pele em casos de acne, dermatose e psoríase (T)

Pode auxiliar a cicatrização de pequenos cortes (T)

CÁLAMO

Acorus calamus L.



TERAPÊUTICA

Usado na medicina Ayurvédica para descongestionar, expectorar, desintoxicar e estimular a circulação dos líquidos corporais (B-EP-FP-M)

Potencial estimulante a digestão, carminativo, pode auxiliar a expulsão de gases (FL-M)

Ameniza dores articulares e musculares (FL-M)

Potencial antimicrobiano, coadjuvante no combate ao mau hálito e gengivites (BO)

Aumenta o apetite sexual (A-B-CA-EP-FV-I-M-S)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da proteção

Aroma exótico de raiz, confortante que apazigua as dores do coração.

Estimula energia vital (A-B-CA-I-M-S)

Desfaz pensamentos obsessivos e emoções estagnadas (A-B-CA-I-M-S)

Leva o marasmo e a tristeza embora (A-B-CA-M-S)

DERMATOLÓGICA

Rejuvenescedor cutâneo (B-H-M)

Coadjuvante em tratamentos de drenagem linfática, retenção de líquidos, edemas e prevenção de celulite (EP-FP-FV-M)

Usado em massagem de redução de gordura localizada (M)

Usado para aromatizar dentifrícios.

CAMOMILA ALEMÃ CAMOMILA AZUL

Matricaria chamomilla L.



TERAPÊUTICA

Potencial anti-inflamatório, antálgico, cicatrizante (C-T)
Acalma cólicas do bebê (M)
Antialérgico natural, coadjuvante nos cuidados a eczema cutâneo, asma, rinite (CP-H-T-V)
“Hormon-like, strogen-like” (M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da moderação

Aroma doce, terroso, harmoniza e modera todos os excessos.

Auxilia a adaptação (I-M)

Ameniza a necessidade de controle, dissolve tensões, permitindo a vida fluir em seu próprio ritmo (A-B-I-M)

Auxilia a reequilibrar o retorno do fluxo menstrual bloqueado por choques emocionais traumáticos (FL-M)

DERMATOLÓGICA

Útil nos cuidados de dermatoses, eczema, pele seca, alergias, afetada por fungos (B-C-H-T)

CAMOMILA ROMANA

Anthemis nobilis Linn.



TERAPÊUTICA

Aroma calmante do sistema nervoso, ameniza o stress pré-operatório, choques emocionais e traumas profundos (I-M)
Potencial antiespasmódico, calmante de cólicas, e espasmos de tosse (CP-FL)
Possível anti-inflamatório, alivia artrite (C-FL-M)
Tônico digestivo, carminativo e colagogo, ameniza os sintomas de náuseas, vômito e diarreia (FL-I-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da temperança

Aroma adocicado herbal, traz conforto e segurança ao ambiente.
Ameniza depressão com causas desconhecidas, atenua crises de bipolaridade, melancolia, apazigua pesadelos noturnos (CA-I-M-TL)
Aporta conforto as pessoas com dificuldade a adaptar-se a realidade existencial, nostálgicas do passado (CA-I-M)

DERMATOLÓGICA

Acalma alergia, coceira, erupção e alergias na pele por efeito medicamentoso (C-T)
Efeito clareador dos cabelos (TC)
Acalma o desconforto de afta digestiva (BO-C)

CANELA CASCA

Cinnamomum cassia J. Presl.

Cinnamomum zeylanicum Blume



TERAPÊUTICA

Estimula a digestão, ameniza a fraqueza causada por diarreia, vermífugo (CA-FP-I)
Potencial antimicrobiano, combate sintomas de infecção urinária (FP)
Estimula a circulação, trazendo conforto as extremidades frias (EP-FP)
Emenagogo, aroma companheiro do trabalho de parto, ameniza cólica menstrual (A-I-S)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da celebração

Aroma doce, quente e picante, o amor em todas as nuances manifesta-se através deste aroma.
Possibilita o acesso ao inconsciente com amorosidade (A-CA-I-S)
Afrodisíaco, estimulante da libido feminina, desinibe, favorece a intimidade, libera a amorosidade e sexualidade criativa (A-CA-I-S)
Ajuda pessoas envergonhadas e reservadas relacionarem-se com espontaneidade (A-CA-I-S)

DERMATOLÓGICA

Potencial redutor de verrugas (T)
Coadjuvante em tratamentos de celulite e flacidez (M)
Potencial alergênico.

CANELA FOLHA

Cinnamomum zeylanicum Blume



TERAPÊUTICA

Potencial relaxante muscular, anti-inflamatório, analgésico, ameniza dor muscular, LER, fibromialgia, reumatismo, artrite, artrose, lombalgia, tendinite (FL-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da flexibilidade

Aroma doce, quente, picante e amadeirado.
Auxilia o movimento das emoções, desaloja a rigidez psíquica acumulada nas articulações em forma de toxinas que impedem o movimento, a espontaneidade e a jovialidade (M)
Resgata a emoção de pessoas rígidas, frias, de difícil acesso, auxilia a superação do sentimento de isolamento (A-CA-I-S)

DERMATOLÓGICA

Coadjuvante em tratamentos de celulite e flacidez (M)
Potencial alergênico.

CÂNFORA BRANCA

Cinnamomum camphora (L.) J. Presl.



TERAPÊUTICA

Estimulante da circulação (B-EP-FL-M)
Potencial anti-inflamatório e analgésico.
Útil para acalmar a dor de pancadas, luxações e dores musculares, reumáticas, artrite, artrose, contusão (C-FL-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do relaxamento muscular

Auxilia o fluir da respiração e da energia vital, reequilibra em casos de fadiga geral (B-CA-FP-I-M)

DERMATOLÓGICA

Usado em preparações de cosmética natural para os cuidados no combate a celulite e varizes (B-H-M)
Coadjuvante nos cuidados para o alívio da dor em entorses e contusões (C-FL)

CARDAMOMO

Elettaria cardamomum (L.) Maton



TERAPÊUTICA

Revitalizador, digestivo (CA-I-M)
Útil no alívio de náuseas e azia na gestação (I)
Potencial combativo de verminoses (FP)
Potencial expectorante e anticatarral (I-V)
Ameniza o efeito gástrico irritante da cafeína (I)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do empoderamento

Abranda a confusão mental em momentos de sobrecarga de trabalho e excesso de responsabilidade.
Estimula a coragem para enfrentar o medo que paralisa, permitindo a expressão das emoções sem excessos (A-B-CA-I-M-P-S)
Encoraja, traz segurança para falar em público, realizar provas e entrevistas (CA-I-P)
Afrodisíaco, útil para combater impotência e frigidez (A-B-CA-P-S)

DERMATOLÓGICA

Sudorífero, auxilia a eliminação de toxinas via transpiração (B-FP)
Combate o mau-hálito (BO-G)

CHAMPACA absoluto

Michelia champaca (L.) Baill. ex Pierre



TERAPÊUTICA

Usado na massagem terapêutica auxilia a dissolver a tensão muscular, acalmando a dor nas articulações (M)

AROMACOLÓGICA

Aroma do encantamento

Aroma doce, floral e exótico. Excelente opção em momentos de crises, onde perde-se a confiança na beleza interna (A-P-S)
Usado como anti-depressivo, acalma e relaxa o corpo, fortalecendo a mente (P)
Afrodisíaco (P)
Relaxante (P)

DERMATOLÓGICA

Age como um excelente hidratante e rejuvenescedor da pele madura (H-M)
Este absoluto é amplamente usado na indústria da perfumaria para criar aromas exóticos (H)

CEDRO ATLAS

Cedrus atlantica (Endl.) Manetti ex Carrière



TERAPÊUTICA

Potencial descongestionante da circulação arterial (FL-M)
Possível lipolítico, usado nos cuidados para redução de gordura localizada (M)

Ativador da circulação linfática, diurético, útil no combate a edemas, pode amenizar a hipertensão nervosa causada pela retenção de líquidos (EP-FL-FP-FV-M)

Potencial antifúngico, antisséptico e cicatrizante útil para aliviar os sintomas de cãndida, cistite, dermatoses e psoríase (H-M-T)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do mestre interior

Aroma amadeirado, balsâmico, levemente adocicado acalma, tranquiliza e estabiliza a psiquê.

Desperta o desejo pela jornada espiritual e para o reconhecimento do mestre interior (A-B-CA-I-M-P-S)

Aporta integridade e constância na caminhada espiritual (A-B-CA-I-M-P-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Acalma coceira da pele (T)

Hidratante, reduz a oleosidade da pele, equilibra as glândulas sebáceas, útil em formulações para peles e cabelos oleosos (H-M-T)

Ativa a circulação do sangue no couro cabeludo, previne a queda dos cabelos (TC)

Auxilia a eliminação de piolhos, pulgas e carrapatos, traças e insetos (A-S-T)

CEDRO HIMALAYA

Cedrus deodara (Roxb.) G. Don



TERAPÊUTICA

Antifúngico capilar (TC)

Desobstrutor das vias respiratórias, alivia os sintomas de bronquite, catarro e asma (CP-V)

Acalma a hipertensão (CA-FP-FV-I-M)

Alivia o desconforto dos sintomas de cistite e infecção urinária (BA)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da serenidade

Aroma doce, amadeirado, balsâmico, cria um ambiente tranquilo e calmo.

Promove uma profunda sensação de paz e tranquilidade interior (A-CA-P-S)

Alivia a frustração (A-CA-P-S)

DERMATOLÓGICA

Auxilia afugentar insetos (A-H-S)

Coadjuvante nos cuidados no combate a celulite, edemas, acne, seborréia, micoses, dermatites, psoríase e pé de atleta (H-M-T)

CENOURA qt. carotol

Semente cultivada - *Daucus carota* L.



TERAPÊUTICA

Tônico, depurativo, regenerador da energia hepática, descongestionante biliar, alivia os sintomas da hepatite viral (FP-FV-M)

Estimulante da circulação (FP-M)

Antimicrobiano (A-FP-M-T)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da regeneração

Aroma amadeirado, terroso, quente.

Estimulante geral (I)

Aporta tranquilidade para momentos de instabilidade interior (I)

DERMATOLÓGICA

Apazigua reação alérgica na pele (H-M-T)

Revitalizante do tecido cutâneo (H-M)

Coadjuvante em tratamento de escaras (T)

Nutre a pele madura (H-M)

CIPRESTE

Cupressus sempervirens L.



TERAPÊUTICA

Vasoconstritor, estimula o movimento dos líquidos corporais, coadjuvante na redução de edema, tornozelos, pés e pernas, alivia o mal estar das pernas cansadas (EP-FL-FP-M)
Coadjuvante nos cuidados dos sintomas de hemorroidas e varizes e prostatite (BA-EP-FP-T)
Alivia sintomas de bronquite, tosse com espasmos e catarro, rinite, asma (B-CP-G-I-M-V)
Ameniza estados hipertensivos (CA-FV-FP-I-M)
"Strogen like", acalma os sintomas menopáusicos (CA-FV-FP-H-I-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da transformação

Aroma herbal, adstringente, refrescante.
Libera mágoas antigas, culpas e tristezas (CA-I)
Conduz ao silêncio interior, desabrochar da sabedoria e ao amadurecimento (A-CA-S-TL)
Auxilia em momentos de nostalgia do passado, dificuldade de concentração e dispersão (A-CA-S)
Auxilia crise de afonia e enurese infantil (BO-C-FL-FP-M)

DERMATOLÓGICA

Adstringente, cicatrizante, útil nos cuidados de acne e caspa (B-M-T-TC)
Regula a transpiração excessiva nas mãos, pés e axilas (EP-FL-T)
Drenagem linfática, celulite (FL-FV-FP-M)
Usado nos cuidados da pele para evitar micoses (T)
Combate o mau-hálito (BO)

CITRONELA

Cymbopogon winterianus Jowitt ex Bor



TERAPÊUTICA

Repelente de insetos (A-FL-H-S)
Picada de insetos (T)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial repelente

Aroma quente, amadeirado, floral, cítrico, com notas frescas de saída.
Higienizador ambiental (A-S)

DERMATOLÓGICA

Usado para acalmar a inflamação de picadas de insetos (H-T)

COENTRO Semente

Coriandrum sativum L.



TERAPÊUTICA

Tônico digestivo, carminativo, estimulante gástrico (FL-FV-I)
Alivia a dor reumática e articular, artrite gotosa (C-FL-M)
Auxilia a eliminação de metais pesados do organismo (FP-FV-M)
"Progesteron-like", estrutura molecular semelhante a progesterona, hormônio sexual feminino. As moléculas "Progesteron-like" possuem potencial de acoplamento aos receptores celulares progesterônicos, podendo promover ação fitoprogesterônica. (CA-FV-FP-H-I-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da felicidade

Aroma doce, herbal, temperado, amadeirado.
Afrodisíaco (A-I-M-S)
Acalma a ansiedade da anorexia nervosa (CA-I-M-P-S)
Aporta ânimo para combater a tristeza e a depressão pós parto (A-I-M-S)
Estimula a criatividade e amorosidade (A-I-M-P-S)

DERMATOLÓGICA

Usado em massagem de drenagem linfática (M)
Antisséptico epitelial (T)

COPAÍBA BÁLSAMO

Copaifera officinalis L.



TERAPÊUTICA

Auxilia a rejuvenescer e hidratar a pele e os cabelos com pontas ressecadas (B-H-M-TC)
Possível ação antioxidante (H-M)
Coadjuvante nos cuidados em frieira, psoríase, herpes, lábios rachados (T)
Útil nos cuidados em aftas (B)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do rejuvenescimento

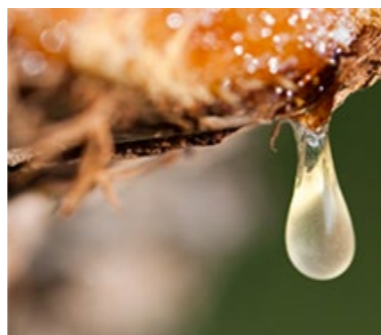
Aroma redutor do stress, reconfortante emocional (A-CA)
Cria uma atmosfera segura auxiliando o centramento (A-B-M)

DERMATOLÓGICA

Para se obter a copaíba bálsamo, colhe-se o óleo resina do tronco usando um instrumento chamado trado. Após a colheita o óleo é filtrado.
O óleo resina de copaíba possui maior concentração de óleo vegetal (ácidos graxos) e menor de óleo essencial (componentes voláteis) comparado a copaíba destilada.
Útil na hidratação e rejuvenescimento da pele e cabelos (H-M-TC)

COPAÍBA DESTILADA

Copaifera officinalis L.



TERAPÊUTICA

Antisséptico, cicatrizante, coadjuvante em cuidados em gastrite, úlcera, feridas (C-T)
Potencial anti-inflamatório bucal, ameniza amigdalite, herpes, afta (BO-G-T)
Acalma a dor reumática, artrite, bursite (C-FL-M)
Possível ação desinfetante geniturinária (BA)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da segurança

A grandiosidade de seu tronco aporta o sentimento de segurança estabilizando a psiquê.
Útil para as almas envelhecidas com dificuldade de abertura para o novo (A-B-M-S)

DERMATOLÓGICA

Este óleo essencial é obtido através da destilação fracionada do óleo resina.
A copaíba destilada apresenta maior concentração de óleo essencial (componentes voláteis) e menor de ácidos graxos comparado ao óleo resina.

CRAVO BOTÃO

Eugenia caryophyllus (Spreng.) Bullock & S. G. Harrison
Syzygium aromaticum (L.) Merrill & Perry



TERAPÊUTICA

Potencial analgésico, antisséptico, antibacteriano, antifúngico e antiviral.
Coadjuvante no combate a dor de dente aguda, aftas, retração de gengiva, mau-hálito (BO-T)
Alivia dor do parto e dor muscular (M)
Aroma estimulante, ameniza os sintomas desenergizantes da pressão baixa e hipotireoidismo (CA-I-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da mudança

Aroma excitante, inspirador e ativador.
Revitaliza, muda o foco da contemplação para a ação, útil em momentos de mudanças (A-CA-I-S)

DERMATOLÓGICA

Potencial redutor de verrugas (T)
Coadjuvante no combate a micose, fungo de unha, líquen plano (T)
Útil no combate a sarna, carrapato (T)

CRAVO FOLHA

Eugenia caryophyllus (Spreng.) Bullock & S. G. Harrison
Syzygium aromaticum (L.) Merrill & Perry



TERAPÊUTICA

Potencial antifúngico, coadjuvante em tratamento no combate fungos (T)

Controle de traças em armários (S)

Antisséptico, alivia aftas, retração de gengiva, mau-hálito (BO)

Aroma estimulante, ameniza os sintomas desenergizantes da pressão baixa e hipotireoidismo (CA-I-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da liberação energética

Aroma pungente, quente, acre.

Remove a energia velha do ambiente (A-S)

Libera as memórias impregnadas em objetos, roupas e ambientes (S)

DERMATOLÓGICA

Redutor de verrugas (T)

Combate micoses, fungos de unha, líquen plano (T)

ESPRUCE NEGRO

Picea mariana (Mill.) Britton



TERAPÊUTICA

Relaxa o sistema nervoso, acalma ansiedade e melhora o sono (A-B-CA-FV-FP-I-M-S)

Coadjuvante no tratamento de amigdalite, tosse com espasmos (CP-FL)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da generosidade

Aroma herbal, fresco, amadeirado, ideal para períodos dedicados a reflexão e mudanças de comportamento (A-CA-P-S)

Diminui a agressividade, aporta a capacidade de doação, perdão e desapego (A-CA-P-S)

DERMATOLÓGICA

Coadjuvante em cuidados no clareamento de manchas da pele (H-T)

EUCALIPTO CITRIODORA

Eucalyptus citriodora Hook.



TERAPÊUTICA

Potencial anti-inflamatório, analgésico, útil para acalmar a dor em bursites (C-FL-M)

Possível fungicida (S-T)

Auxilia atenuar os sintomas de hipertensão (FP-FV-I-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da limpeza

Aroma herbal, fresco, adocicado.

Útil para reenergizar a energia de locais onde circulam muitas pessoas, como hotéis, clubes, escolas, banheiros (A-S)

DERMATOLÓGICA

Repelente e calmante cutâneo, útil em picadas de pulgas, carrapatos e mosquitos (T)

Pé de atleta, micose (T)

EUCALIPTO GLOBULUS

Eucalyptus globulus Labill.



TERAPÊUTICA

Potencial descongestionante respiratório, usado para aliviar os sintomas da tosse, sinusite e rinite (CP-FL-I-V)
Coadjuvante para os cuidados na expectoração do muco em caso de bronquite (CP-FL-FV-I-M-V)
Desinfetante aéreo ambiental, antiviral, coadjuvante na prevenção ao vírus influenza (A-S-TL)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da respiração

Aroma herbal, fresco, canforado.
Fortalece a respiração, o foco mental e a assertividade, auxiliando a sintetização as idéias para concluir tarefas intelectuais (A-B-CA-FP-I-M-S)
Ideal para momentos de dúvidas (A-B-CA-I-M-S)
Equilibra o biotipo ayurveda "vata" (CA-M)

DERMATOLÓGICA

Potencial antisséptico e cicatrizante (A-B-M-S-T)
dermatoses (H-T)
Analgésico, dor muscular (B-C-FL-M)

EUCALIPTO RADIATA

Eucalyptus radiata A. Cunn. Ex DC.



TERAPÊUTICA

Na medicina popular australiana é considerado o "eucalipto pediátrico", "eucalipto das pessoas sensíveis", "eucalipto dos asmáticos".
É um tipo de eucalipto com menor concentração da molécula 1,8-cineol, o que o torna um óleo mais seguro para crianças, idosos, convalescentes.
Potencial antivirótico, antimicrobiano, anticatarral, expectorante e analgésico (A-B-CP-FL-FP-FV-I-M-V-S)
Utilizado popularmente nos cuidados com sintomas de rinite, sinusite, otite, faringite, bronquite, tosse com catarro, asma com secreção (CP-I-V-TL)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do bem estar respiratório

Aroma fresco e agradável capaz de melhorar o ânimo, afastando a tristeza (A-B-CA-I-M-S-TL)
Limpa, desinfeta, renova a energia (A-B-CA-I-M-S)
Fornece energia (A-B-CA-I-M-S)

DERMATOLÓGICA

Auxilia nos cuidados com infecções cutâneas (T)

EUCALIPTO STAIGERIANA

Eucalyptus staigeriana F. Muell. ex Bailey



TERAPÊUTICA

Coadjuvante na expectoração do muco das vias respiratórias, acalma tosse e os sintomas de resfriados infantis (A-B-CP-I-FP-M-V)
Atenua dores reumáticas (B-C-FL-M)
Combate ácaros, limpa e refresca o ambiente (A-S)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do conforto respiratório

Aroma que lembra os cítricos, herbal e doce.
Relaxante mental (A-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Acalma coceiras na pele (T)
Antifúngico (B-H-T)

FUNCHO DOCE

Foeniculum vulgare Miller



TERAPÊUTICA

Apaziguador das irregularidades do ciclo menstrual, mudanças hormonais no climatério e menopausa, "Strogem-like" (CA-FP-I-M)

Poderá ser usado para diminuir o apetite (A-CA-I-M)
Útil para digestão, eliminação de gases e no combate a vermes e fungos (C-FP-EP-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da perseverança

Aroma doce, semelhante ao anis.
Inspirador e fortalecedor.

Purifica a energia pessoal, aportando valor interior e confiança (A-B-CA-FP-I-M-S)

Reforça a perseverança na luta por metas e objetivos (A-B-CA-FP-I-M-S)

DERMATOLÓGICA

Útil no combate a edemas, drenagem linfática e celulite (B-C-M-FL)

Previne o ganho de peso e acúmulo de gordura localizada (C-FL-M)

GENGIBRE

Zingiber officinale Roscoe



TERAPÊUTICA

Digestivo, laxante (C-FL-M)
Auxilia a dissolução de gordura, coadjuvante no combate ao colesterol alto (B-FL-FP-FV-M)
Potencial anti-inflamatório, coadjuvante nos cuidados em bursite, tendinite, dor lombar, amigdalite (BO-C-FL-G-M)
Atenua o mal de transporte, terrestre, aéreo e marítimo (I)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do poder pessoal

Aroma doce, quente, amadeirado, com cheiro de terra e raízes.

Afrodisíaco masculino (A-B-CA-FP-FV-M)

Direciona a mente, dissipa dúvidas, favorece o posicionamento (B-FP-FV-M)

Equilibra o biotipo ayurveda "kapha" (M)

DERMATOLÓGICA

Coadjuvante na redução de inflamação muscular e articular (C-FL-M)

Auxilia tratamentos de emagrecimento (B-C-FL-FP-FV-M)

GENGIBRE FRESCO

Zingiber officinale Roscoe



TERAPÊUTICA

Usado na medicina popular chinesa para cuidar de dispepsia, flatulência, indigestão e constipação (C-FL-M)
Atenua o mal de transporte, terrestre, aéreo e marítimo (I)
Expectorante, usado em tosse com catarro (CP-V)
Antálgico, anti-inflamatório, útil em dor reumática, amigdalite, dor muscular, articular e inflamações (BO-C-FL-G-M)

Conhecido e apreciado mundialmente como tônico sexual e afrodisíaco. Tem sido usado para cuidar da andropausa e falta de libido masculina (FV-I-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do poder pessoal

Aroma penetrante promove o enraizamento, direcionando a mente e dissipando as dúvidas (A-CA-FP-FV-I-M-S)

Aporta coragem e incentiva o sentimento de autoconfiança (CA-I-M-S)

Acalma a raiva, o medo e a ansiedade (CA-I-M-S)

Facilita o posicionamento e acalma a apreensão em corresponder as expectativas do outro (CA-I-M-S)

DERMATOLÓGICA

Usado na confecção de pomadas coadjuvantes da redução de inflamação muscular e articular (FL-M)

Coadjuvante em dietas de emagrecimento. Usado para redução de gordura localizada (B-C-FL-FP-M)

GERÂNIO BOURBON

Pelargonium graveolens L.



TERAPÊUTICA

Potencial “Hormon-like”, coadjuvante em cuidados femininos e masculinos e na regulação hormonal de estrogênio e testosterona (B-BA-CA-FP-FV-I-M-P-S-TL)
Estimula o córtex adrenal, responsável pela produção de hormônios sexuais, reduz sintomas da TPM, cólicas, inchaço nos seios, menstruação excessiva, amenorreia, leucorréia, sintomas da pré-menopausa, menopausa, inflamação na próstata (B-BA-C-CA-FP-FV-I-M-P-TL)
Ação anti-inflamatória e fungicida, combate candidíase (B-BA)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da feminilidade

Aroma doce e sutil, carregando a energia arquetípica do sagrado feminino.
Aporta equilíbrio e estabilidade emocional em momentos de crise existencial (A-B-CA-FP-I-M-P-S-TL)
Auxilia a cura da dor emocional (A-B-CA-M-P)
Ajuda a criar um ambiente positivo (A-S)

DERMATOLÓGICA

Hidratante e citofilático, usado nos cuidados da pele envelhecida, ressecada, enrugada, eczematosa (H-T)
Adstringente, coadjuvante nos cuidados na regulação da oleosidade da pele, melhora o aspecto da pele acneica(T)
Útil em massagens para diminuir edemas e celulite (FL-H-M-T)

GERÂNIO EGITO

Pelargonium graveolens L.



TERAPÊUTICA

“Hormon-like”, coadjuvante em tratamentos de regulação hormonal (estrogênio e testosterona), reduz sintomas da TPM, climatério e menopausa, menstruação excessiva, seios doloridos e inchados, leucorréia, inflamação da próstata (B-BA-CA-FP-FV-I-M-P-S-TL)
Antifúngico, previne a instalação da *candida albicans* (B-BA)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da feminilidade

Aroma sutil, doce e floral, aporta a energia arquetípica do sagrado feminino.
Ameniza depressão na TPM, climatério e menopausa (A-B-CA-FV-I-M-P-TL)
Combate insegurança, instabilidade emocional, medos, fortalece autoestima, ameniza crise existencial (A-B-CA-FP-I-M-P-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Regenerador cutâneo (H-M-T)
Coadjuvante em tratamentos de regulação da oleosidade da pele, acne (H-T)
Ameniza a eczema (H-T)
Útil em edemas, celulite (FL-H-M-T)
Tornozelos e pés inchados (EP)

GERÂNIO ROSEUM

Pelargonium roseum X asperum -Pelargonium graveolens roseum



TERAPÊUTICA

Equilibrador hormonal feminino. Acalma os sintomas da TPM, climatério e menopausa (A-B-CA-H-I-M-P-S-TL)
Relaxa o corpo e alivia tensão pré-menstrual, agitação, irritabilidade, comportamento compulsivo autodestrutivo ou medo (A-B-CA-H-I-M-P-S-TL)
Antidepressivo, regenerador do sistema reprodutivo feminino e do sistema nervoso (A-B-CA-H-I-M-P-S-TL)
Potencial estimulante linfático (B- H- M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da amorosidade

Pelargonium origina-se do grego pelargos, que significa “cegonha”.
Aroma inebriante da sinergia entre o gerânio e a rosa.
Permite o coração relaxar e sorrir cicatrizando as feridas emocionais (A-B-CA-I-H-M-S-TL)
Traz cuidado e delicadeza para a alma em momentos de instabilidade, quando nos sentimos à flor da pele (A-B-CA-H-I-M-P-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Potencial adstringente, antisséptico, anti-inflamatório e tônico regenerador cutâneo (B-C-H-M-T)
Excelente opção na redução de edemas (EP-M)

GRAPEFRUIT

Citrus paradisi Macfad.



TERAPÊUTICA

Diurético, ativa os líquidos corporais e a circulação linfática útil em dietas de emagrecimento (FL-FP-M)
Tônico digestivo (A-B-C-FV-M)
Coadjuvante em tratamentos para combater depressão, tristeza e falta de perspectiva (A-B-CA-FP-I-M-S)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da harmonia

Aroma cítrico e suave, suas notas altas encorajam o entusiasmo restaurando a alegria de viver.
Harmoniza desordens afetivas, estimulando o prazer no cuidado com o outro e consigo mesmo (A-B-CA-I-M-P-TL)
Útil em convalescença física e emocional pós-choque, término de ciclos, relações, trabalhos, projetos onde necessita-se recuperar o equilíbrio gentilmente (A-B-CA-I-M-P-TL)

DERMATOLÓGICA

Coadjuvante em tratamentos de massagem de drenagem linfática para combater edemas (M)
Em loções para prevenir o aparecimento de celulite (H)
Lipolítico, potencial para auxiliar a redução de gordura localizada (C-FL-M)

HO WOOD

Cinnamomum camphora Y. Fujita var. *linalooliferum*



TERAPÊUTICA

A literatura cita o potencial antisséptico e antimicrobiano (fungos e vírus), auxilia no alívio dos sintomas de infecção ginecológica e respiratória, bronquite, sinusite, cistite (BA-CP-I-TL-V)
Ameniza dores musculares (C-FL-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da cooperação

Aroma suave e regenerador, gentilmente traz a possibilidade de abertura do coração, permitindo a conexão com a pureza essencial, onde o ego não tem acesso.
Recupera o sistema nervoso abalado, melhorando a insônia (A-B-CA-FV-I-M-P-TL)
Estimula a cooperação no trabalho e a prática do bem comum (A-S)

DERMATOLÓGICA

Potencial regenerador e calmante do tecido epitelial.
Aporta brilho e um aspecto saudável à pele (H-M)
Coadjuvante no alívio de inflamações da pele (M-T)
Adicionado ao creme nutritivo facial pode auxiliar na redução dos sinais do tempo (H)
Pode ser usado como desodorante natural (T)

HORTELÃ LIMÃO

Mentha citrata Ehrh.



TERAPÊUTICA

Acalma espasmos, tosse, cólicas (CP-FL-M-V)
Amigo dos hormônios, útil no equilíbrio hormonal feminino no período fértil, climatério e menopausa (B-BA-CA-FV-M)
Abranda taquicardia (CA-FP-FV-I-M)
Afrodisíaco masculino (CA-FP-FV-I-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do coração

Aroma mentolado, o mais suave de todas as mentas.
Auxilia pessoas sensíveis e tímidas a expressar os sentimentos guardados no coração trazendo alegria e vitalidade afetiva ao centro cardíaco (A-B-CA-I-M-P-S)
Útil em momentos de desequilíbrio emocional (A-B-CA-FP-FV-I-M-P-S)
Equilibra o biotipo ayurveda "pitta" (CA-FV-M)

DERMATOLÓGICA

Suaviza coceiras e irritações na pele de origem nervosa (H-T)
Refresca o tecido cutâneo (B-H-M)

HORTELÃ PIMENTA

Mentha piperita L.



TERAPÊUTICA

Coadjuvante no alívio dos sintomas da sinusite, bronquite e rinite alérgica (CA-I-V)

Abranda má digestão, útil para aliviar sintomas de náusea, enxaqueca, labirintite (A-CA-FL-I-M)

Atenua os sintomas de dor muscular, entorse, luxação, torcicolo, hematomas (C-FL-M)

Aroma amigo para momentos onde a pressão sanguínea baixou além do normal (I-FP-M)

Atenua o mal de transporte, terrestre, aéreo e marítimo (I)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da concentração

Aroma herbal, fresco, estimulante da atenção, revigora, acorda, alivia estafa mental e esgotamento nervoso.

Conduz ao estado de alerta (A-CA-FP-I-M-S)

Ameniza o fogo emocional, estabiliza as emoções e abrandando temperamentos impulsivos e explosivos (A-CA-I-M-P-S)

Dissipa irritação e intolerância, ajuda a encontrar o discernimento (A-CA-FP-I-M-S)

DERMATOLÓGICA

Suaviza o mau cheiro nos pés, bromidose (EP-T)

Abranda o ardor de aftas (BO-T)

Refresca a pele, alivia coceira, dermatite e eczema alérgico (H-T)

Coadjuvante em tratamentos de beleza para prevenir celulite, varizes (C-FL-M)

HORTELÃ VERDE

Mentha spicata Linn.



TERAPÊUTICA

Auxilia a digestão (A-CA-I-FL-FP-S)

Afrodisiaco masculino (A-BA-CA-FP-FV-I-M)

Auxilia na redução da produção do leite materno, sendo um aroma útil no processo de desmame (CA-FP-FV- I-M)

Atenua o mal de transporte, terrestre, aéreo e marítimo (I)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da autoestima

Aroma mentolado e adocicado.

Favorece a abertura do centro cardíaco.

Traz segurança para vivenciar as emoções e coragem de ser quem se é (A-CA-I-M-P)

DERMATOLÓGICA

Suaviza a coceira da pele, alivia sintomas de sarna e picada de carrapato (H-T)

Coadjuvante nos cuidados de enrijecimento dos seios (T)

IMMORTELE

Helichrysum gymnocephalum (Roth) G.Don.



TERAPÊUTICA

Potencial analgésico, antisséptico, antimicrobiano, auxilia os cuidados a vírus e bactérias (A-C-H-M-T-S)

Coadjuvante para melhorar a expectoração do muco das vias respiratórias (V)

Estimula o sistema imunológico (A-B-I-FP-FV-S-TL)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do apoio emocional

Aroma herbáceo e adstringente.

Equilibra as emoções, cura velhas feridas emocionais (CA-M)

Acalma a raiva e auxilia o perdão, traz apoio emocional e renova a energia (CA-I-M)

DERMATOLÓGICA

Possível ação antioxidante, porém em menor grau comparado ao *Helichrysum italicum* (T)

IMMORTELE

Helichrysum italicum (Roth.) G. Don.



TERAPÊUTICA

Fluidificante sanguíneo, antiflebitico (C-FL-M)
Estimulante hepático, acalma enxaqueca (CA-I)
Anticatarral, expectorante e mucolítico, acalma os sintomas de rinite, bronquite, tosse espasmódica (CP-V)
Imunoestimulante (CA-FP-M)
Potencial amenizador de hematomas (C-T)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da plenitude

Aroma herbal, suave e delicado, imortalizado por seus efeitos rejuvenescedores da pele e da psique.
Alguns autores o consideram o OE dos “reinos dévicos”.
Relaxante, ameniza sentimentos de medo, choque e fobias permitindo o acesso à força e sabedoria interior (A-B-CA-I-M)
Quebra o ciclo vicioso das emoções negativas desencadeando pensamentos e ações positivas (A-B-CA-I-M)

DERMATOLÓGICA

Mundialmente conhecido e reverenciado pelo potencial protetor e regenerador da pele (H-M)
Utilizado por todas as boas marcas de cosméticos mundiais em produtos para o combate ao envelhecimento celular e prevenir o aparecimento de rugas faciais em cremes hidratantes e loções de cuidados com o corpo (H-T)

JASMIN GRANDIFLORUM absoluto

Jasminum grandiflorum L.



TERAPÊUTICA

Tônico uterino, usado empiricamente para tranquilizar a sala de parto, amenizando a dor, facilitando o nascimento do bebê (A-I-S)
Ameniza a depressão pós-parto (A-S)
Acalma a dor muscular (C-FL-M)
Aroma útil em caso de choques traumáticos (I)

AROMACOLÓGICA

Aroma dos poetas

Aroma floral e doce associado aos segredos da magia e da poesia.
Inebria os sentidos, encantando o espírito (A-P-S)
Incita a criatividade (A-P-S)
A regra “menos é mais” é válida para os jasmims, pois seu aroma é forte e penetrante.

DERMATOLÓGICA

Desde a antiguidade é utilizado em cremes e loções corporais para melhorar a elasticidade da pele (H-M)

JASMIN SAMBAC absoluto

Jasminum sambac (L.) Aiton



TERAPÊUTICA

Aroma renovador de grande ajuda em momentos de depressão (A-I-M-P-S)
Confortante, relaxante, ótima opção para aromatizar a sala do parto (A-S)
Usado pelas nativas filipinas para suprimir a produção de leite materno (FP-I)
Tranquiliza a mente em desgaste emocional, TPM, climatério e menopausa (A-FP-I-M-P-S)

AROMACOLÓGICA

Aroma da paixão

Aroma floral e doce inspira a paixão, feminilidade, fertilidade e romance (A-P-S)
Estimula a liberação de endorfinas e da libido, permitindo a entrega e o relaxamento nas relações (A-P-S)

DERMATOLÓGICA

Usado para perfumar o corpo e as roupas (P)

JUNÍPERO

Juniperus communis L.



TERAPÊUTICA

Acalma dores reumática, lombalgia, artrite, artrose, distensão e torção articular (C-FL-M)
Coadjuvante em tratamentos para eliminar ácido úrico, ameniza sintomas de artrite gotosa (gota) (C-FL-FP)
Estimula a circulação, contribui em dietas de desintoxicação (FP-FV-M)
Aroma revitalizante, abranda os sintomas da "ressaca alcoólica" (A-CA-FP-FV-I-M)
Acalma a dor de hemorroidas (BA-T)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do ânimo

Aroma folhoso, adstringente e animador que lembra os pinheiros e ciprestes.
Purificador ambiental (A-S)
Afasta o desânimo advindo de ambientes carregados com a energia de situações estressantes (A-S)
Útil para revitalizar profissionais da saúde e assistência social (A-S)

DERMATOLÓGICA

Potencial antisséptico, adstringente e cicatrizante (BA-T)
Coadjuvante em tratamentos em drenagem linfática, edemas e celulite (C-EP-FL-FP-M)
Usado em cosméticos para pele congestionada e cabelos oleosos com seborréia (H-T-TC)

LARANJA AMARGA

Citrus aurantium L.



TERAPÊUTICA

Estimula a circulação linfática e venosa, diurético suave, útil nos cuidados em varizes e celulite (C-EP-FL-M)
Tonifica o sistema nervoso na convalescença (A-CA-I-M-S-TL)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da tonificação

Aroma frutal e cítrico renovador e regenerador da energia ambiental.
Acalma o sistema nervoso abalado.
Útil em casos de sobrecarga emocional e ansiedade, após o enfraquecimento por doença física, desperta o poder de cura interior (A-CA-I-M-S-TL)
Útil em momentos em que o mínimo pode ser muito (A-CA-I-M-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Auxilia a redução de edemas e celulite (C-FL-M)
Regenerador cutâneo, estimula a formação do colágeno (B-FL-H-M)
Tonifica pele seca e enrugada (H-M)

LARANJA DOCE

Citrus aurantium Hayne vr. *dulcis*

LARANJA DOCE

Citrus aurantium (L.) Engl. vr. *sinensis*



TERAPÊUTICA

Estimula a digestão, aroma amigável dos cuidados em momentos de inapetência (A-CA-I-M-S)
Potencial regulador intestinal e diurético suave (FP-I-M)
Atenua ansiedade, melhora o nervosismo e os distúrbios do sono (A-B-CA-S-TL)
Aporta relaxamento, útil para acalmar o sistema nervoso em estados hipertensivos (A-B-FP-I-M-TL)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial das crianças

Aroma cítrico e suave, aporta leveza e tranquiliza ao ambiente.
Purificador ambiental, limpa atmosferas impregnadas com negatividade, traz alegria e positividade (A-S)
Acalma a hiperatividade infantil, induz ao sono reparador (A-CA-I-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Coadjuvante em tratamentos de drenagem linfática, edemas, celulite (B-C-FP-M)
Hidratante para todos os tipos de pele (H-M)

LAVANDA BULGÁRIA

Lavandula angustifolia Mill.; *Lavandula officinalis* Chaix



TERAPÊUTICA

OE seguro para ser usados em crianças e bebês, acalma a agitação dos pequenos (A-M-S)
Tônico cardíaco. Apazigua taquicardia, arritmia e palpitações cardíacas (A-CA-CP-I-M-S-TL)
Ação reguladora do Sistema Nervoso, relaxante, calmante e sedativo. Regula os distúrbios do sono e acalma o nervosismo (B-CA-FP-FV-I-M-S-TL)
Nas regiões mediterrâneas é muito comum a criação de uma sinergia com OE de lavanda, manjerona, pinho da Sibéria, petitgrain e ho wood para trazer relaxamento no final do dia (A-S)
Antiespasmódico e analgésico, descontratante muscular, ameniza cólicas e câibras (C-FL-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do relaxamento

Relaxa, tranquiliza e acalma.
Cria uma atmosfera pacífica, segura e conciliadora incentivando a ternura e amorosidade.
Combate insegurança, carência afetiva e insônia (A-B-CA-FP-FV-I-M-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Potencial cicatrizante, antisséptico e anti-inflamatório, cuida da pele picadas por insetos, de ferimentos leves, assaduras de bebê, queimaduras leves, eczemas e acne. (H-T)

LAVANDA FRANCESA

Lavandula angustifolia Mill.; *Lavandula officinalis* Chaix



TERAPÊUTICA

Cicatrizante, antisséptico, analgésico (C-FL-M-T)
Coadjuvante no combate a espasmos, cólicas, câibras (C-FL-M)
Usado na antiguidade em cuidados em queimaduras leves (T)
Apazigua taquicardia e palpitação (B-CA-FV-M-P)
Aporta relaxamento, útil em estados hipertensivos (A-B-FP-FV- I-M-P-S-TL)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do relaxamento

Rescue da Aromaterapia.
Relaxa, podendo sedar, acalma angústia, choque, melhora os distúrbios do sono (A-B-FP-FV-M-S-TL)
Controla o excesso de emotividade (A-CA-I-M-P-S-TL)
Tranquiliza agitação do bebê (A-B-S)
Equilibra o biotipo ayurveda "pitta" (M)

DERMATOLÓGICA

Coadjuvante nos cuidados da pele, eczema, acne, provenção de rugas e manchas, picada de insetos, micoses, alergias, escaras, insolação, herpes, frieiras (H-T)
Acalma a dor da pele do bebê causada pela assadura (H)

LAVANDA KASHMIR

Lavandula angustifolia Mill.; *Lavandula officinalis* Chaix



TERAPÊUTICA

Cicatrizante, antisséptico, analgésico (C-FL-M-T)
Coadjuvante no combate a espasmos, cólicas, câibras (C-FL-M)
Usado na antiguidade em cuidados em queimaduras leves (T)
Apazigua taquicardia e palpitação (B-CA-FV-M-P)
Aporta relaxamento, útil em estados hipertensivos (B-FP-I-M-P)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da gentileza

Aroma floral, doce e delicado que incorpora a grandeza e sutileza da região onde cresce e floresce: Himalayas, o teto do mundo.
Carrega informação de nutrição energética, capaz de retirar o peso da tristeza ambiental (A-CA-B-M-P-S-TL)
Relaxa e encoraja a gentileza, não permitindo o alojamento da amargura e do ciúmes em nossos corações (A-CA-B-M-P-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Coadjuvante nos cuidados da pele, eczema, acne, provenção de rugas e manchas, picada de insetos, micoses, alergias, escaras, insolação, herpes, frieiras (H-T)
Acalma a dor em assaduras de bebê (H-T)

LAVANDIN GROSSO

Lavandula hybrida



TERAPÊUTICA

Antisséptico e descongestionante respiratório, acalma a tosse seca e convulsiva (B-CP-FL-I-M-V)

Contribui para o relaxamento da rigidez muscular e para amenizar a dor em rompimento de tendão (C-FL-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da tolerância

Aroma floral, doce com a energia acalentadora e protetora da Mãe Terra.

Aporta tranquilidade e sossego para o ambiente, acalma as emoções, apazigua estados de ansiedade, nervosismo e irritabilidade (A-CA-B-M-P-S-TL)

Cria uma atmosfera acolhedora em momentos difíceis, ajuda na pacificação do “sangue quente”, atenuando a intolerância (A-CA-B-M-P-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Desodorante (H-T)

Emoliente para pele seca e opaca (B-H-M-T)

Acalma reação de coceira em eczema (H-T)

LEMONGRASS CAPIM LIMÃO

Cymbopogon citratus (DC.) Stapf.



TERAPÊUTICA

Vasodilatador leve, auxilia a controlar os estados hipertensivos (CA-FP-I-M-S-TL)

Coadjuvante para cuidar de enxaqueca, ressaca e distúrbios do sono (A-FP-I-M-S-TL)

Atenua a desmineralização do organismo, usado na medicina popular na prevenção de osteoporose (FP-M)

Coadjuvante na desintoxicação da vesícula biliar (FP-I-M)

Atenua a dor de câibra (FL-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da renovação

Aroma doce e pungente, calmante ambiental.

Elixir que cura o coração ferido e magoado (A-I-M-S)

Em pequenas doses diminui a dispersão e o esgotamento mental, em doses altas relaxa e seda (A-S)

Fortalece a prática do perdão, encoraja o perdão dos que nos feriram e o autoperdão, trazendo renovação psíquica e energética (A-I-S)

DERMATOLÓGICA

Antisséptico, pé de atleta (T)

Anti-inflamatório, usado nos cuidados para combater a celulite, tônico muscular, flacidez (M)

Repelente de insetos (A-S)

LIMA MEXICANA destilada

Citrus aurantifolia (Christm. et Panz.)



TERAPÊUTICA

Estimula a digestão (A-B-CA-FV-I-M-P-S-TL)

Antiviral e antisséptico ambiental (A-S-TL)

Coadjuvante para controlar estados de hipertensão nervosa (B-CA-FV-I-M-P)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do alto astral

Aroma cítrico e doce, levanta o astral do ambiente.

Alivia estados depressivos (A-B-CA-I-M-S-TL)

Ideal para pessoas sem persistência que desistem rapidamente diante dos obstáculos (A-B-CA-I-M-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Coadjuvante nos cuidados em varizes e prevenção a celulite (B-C-FL-H-M)

Fortalece e aporta tônus à pele (H-M)

LIMA TAHITI
Citrus aurantifolia



TERAPÊUTICA

Utilizado para estimular o sistema imunológico e combater microrganismos auxiliando a melhora de gengivite e aftas. (BO)
Acalma problemas digestivos, estimula a circulação sanguínea atuando como coadjuvante em problemas de hemorroidas. (B-BA-C-FL-FP-M-T)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da longevidade

Aroma ácido e energizante, desinfeta o ambiente de microrganismos e de pensamentos negativos. (A-S-TL)
Incentiva a criatividade mental, a concretização das ideias.
Traz saúde psíquica e longevidade às células. (A-CA-I-S)

DERMATOLÓGICA

Possui "limoneno", constituinte molecular responsável pelo combate a radicais livres, e pela ação antisséptica.
Auxilia a manutenção das estruturas colágenas, atuando como coadjuvante em tratamentos de beleza e cuidados em varizes e flebites. (B-C-FL-H-M)

LIMÃO SICILIANO ORGÂNICO
Citrus limon (L.) Osbeck



TERAPÊUTICA

Antimicrobiano aéreo. Coadjuvante na prevenção de infecções respiratórias, doenças contagiosas e epidemias (A-EP-B-CA-FP-I-S-TL)
Coadjuvante em dieta de emagrecimento, fluidificação sanguínea, útil nos cuidados de hemorroidas (B-BA-C-FL-FP-M-T)
Auxilia a amenizar os sintomas de intoxicação do fígado como enxaqueca e labirintite (B-CA-FP-FV-I-M-V)
Atenua o mal de transporte, terrestre, aéreo e marítimo (I)
Coadjuvante nos cuidados em caso de câibras (FL)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da clareza

Aroma cítrico e pungente que purifica o ambiente, trazendo foco, clareza e organização.
Otimiza a produtividade mental, ameniza a apatia (A-CA-I-S)
Antisséptico aéreo, útil em salas de espera, escolas, hospitais, escritórios e quartos (A-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Estimula a microcirculação, auxilia na redução da oleosidade na pele e cabelos, caspa, acne (B-C-FP-H-M-T-TC)
Hidrata a pele com varizes, flebite, trombose, edemas, celulite, circulação fraca (B-C-EP-FL-FP-M-T)

LÍRIO DO BREJO CO2
Hedychium spicatum Buch. Ham. ex D.Don



TERAPÊUTICA

Aroma estimulante. Contém alto teor de cineol, por isso não deve ser usado em bebês e crianças até 3 anos de idade, idosos, asmáticos e epiléticos.
Expectorante, útil em bronquite e sinusite (CP-FV-I-V)
Estimulante da circulação, usado na analgesia de dores articulares e musculares (C-FL-M)
Usado na medicina popular por seu potencial anti-inflamatório e antifúngico (C-T)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da pureza

Aroma ideal para momentos onde se deseja uma conexão com o mundo espiritual (A-CA-I-M-S-TL)
Aumenta a percepção interior, purifica o campo energético, harmoniza o ambiente, favorece a meditação (A-CA-I-S)
De grande auxílio em momentos de agitação e desequilíbrio emocional onde não se consegue manter o foco (A-CA-I-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Segundo pesquisas, o Lírio brejo CO2 apresentou eficácia antimicrobiana frente a bactérias e fungos, apresentando também potente ação contra piolhos (T-TC)
Na cosmética natural tibetana usa-se esse OE em preparações com esperados efeitos antioxidantes da pele (H-T)

LOTUS AZUL absoluto
Nymphaea caerulea Savigny



TERAPÊUTICA

Os egípcios usavam as pétalas do lótus azul para curar, meditar e induzir a estados alterados de consciência e encontrar a sabedora espiritual. Este aroma proporciona uma sensação relaxante maravilhosa e cria sentimentos de enraizamento (A-I-P-S)

AROMACOLÓGICA

O aroma da sabedoria espiritual

Este aroma é muito apreciado na Índia para induzir mudanças de padrões vibratórios, pois a frequência desse absoluto é muito alta, sendo por isso um aroma indicado para momentos que desejamos deixar velhos padrões para adentrar o desconhecido com suporte energético e vibratório elevado (A-I-P-S)

DERMATOLÓGICA

Aplicado em conjunto com óleos vegetais, suaviza e alivia a pele eczematosa e ressecada (H-M-T)
Previne envelhecimento precoce da pele (H-M)

LOURO
Laurus nobilis L.



TERAPÊUTICA

Estimula o apetite e a digestão (A-CA-FP-I-M-S)
Potencial antimicrobiano, coadjuvante nos cuidados em bronquite, dor de garganta, afta, infecção no ouvido, sinusite, gengivite, candidíase, furúnculo (BO-C-G-T-V)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do merecimento

Afasta maus pensamentos e incertezas.
Ilumina as sombras da mente trazendo discernimento
Útil na dificuldade em reconhecer e aceitar os louros da vitória (A-B-CA-FP-I-M-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Adstringente e tônico cutâneo (T)
Revitalizante do couro cabeludo, útil na queda de cabelos, estimula o crescimento capilar (TC)
Cicatrizante, ameniza quelóides, marcas e sinais (H-T)
Potencial alergênico.

MANDARINA
Citrus nobilis Lour.



TERAPÊUTICA

Estimula a digestão (A-C-CA-FL-I-M-S)
Estimula o apetite infantil (A-CA-S)
Atenua os sintomas do jet lag (CA-FP-I-M)
Auxilia o sono reparador (FP-M-TL)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da espontaneidade

Aroma, cítrico e adocicado, traz espontaneidade e alegria ao ambiente.
Abranda irritação e a hiperatividade infantil (A-B-I-M-S)
Inspira tranquilidade (A-CA-S)
Ampara em momentos de melancolia e depressão (A-CA-I-S)

DERMATOLÓGICA

Previne estrias durante adolescência e gestação (H-M)
Suaviza peles ásperas (H-M)

MANDARINA VERDE e VERMELHA ORGÂNICO

Citrus deliciosa tenore



TERAPÊUTICA

Estimula a digestão (A-C-CA-FL-I-M-S)
Estimula o apetite infantil (A-CA-S)
Atenua os sintomas do jet lag (CA-FP-I-M)
Auxilia o sono reparador (FP-M-TL)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da espontaneidade

Aroma cítrico e adocicado, traz espontaneidade e alegria ao ambiente.

Abranda irritação e a hiperatividade infantil (A-B-CA-I-M-S)

Inspira tranquilidade (A-CA-S)

Ampara em momentos de melancolia e depressão (A-CA-I-S)

DERMATOLÓGICA

Previne estrias durante adolescência e gestação (H-M)

Suaviza peles ásperas (H-M)

MANJERICÃO DOCE

Ocimum canum Sims qt. linalol



TERAPÊUTICA

Potencial antiespasmódico e digestivo, coadjuvante nos cuidados para atenuar aerofagia, cólicas intestinais e menstruais, gases e sonolência após as refeições, indigestão nervosa (CA-FL-FP-I-M)
Pode tranquilizar e acalmar taquicardia nervosa (A-CA-FV-I-M-P-S-TL)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da integração

Aroma doce, suave, harmoniza consciente e inconsciente.

Integra pensar, sentir, falar e agir (A-CA-I-P-S-TL)

Traz equilíbrio entre o individual e o coletivo, aporta reconhecimento e respeito para as necessidades de ambos (A-CA-I-P-S-TL)

Atenua a dualidade matéria e espírito, integra os opostos (A-CA-I-P-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Potencial anti-inflamatório e calmante da pele usado nos cuidados de eczema e abcesso mamário (C-H-T)

MANJERICÃO EXÓTICO

Ocimum basilicum L. qt. metil chavicol



TERAPÊUTICA

Estimula a circulação e auxilia o descongestionamento venoso, coadjuvante nos cuidados de prostatite (BA-FP)
Atenua indigestão de origem nervosa (C-CA-I-M)
Potencial antiviral, preventivo de gripe e virose tropical (A-FP-FV-S)
Popularmente é usado para amenizar os sintomas de hepatite A e B (C-CA-FL-FP-I-M)
Potencial antálgico, apazigua cefaléia e enxaqueca, ameniza dores reumáticas, artrite, tendinite (C-FL-FV-I-M)
Atenua o mal de transporte, terrestre, aéreo e marítimo (I)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da estabilidade

Aroma doce, levemente condimentar, tônico e revitalizante ambiental.

Auxilia a estabilização da energia vital pós doenças (A-B-CA-I-FP-M-P-S-TL)

Útil no alívio do esgotamento mental daqueles que se esgotam e sacrificam-se para servir aos outros e esquecem de si mesmo (A-B-CA-I-FP-M)

Equilibra o biotipo ayurveda "kapha" (CA-M)

DERMATOLÓGICA

Coadjuvante em tratamento de inflamações epiteliais (H-T)

MANJERICÃO SANTO - Tulsi

Ocimum sanctum L. qt. eugenol



TERAPÊUTICA

Antiespasmódico, coadjuvante em cuidados para aliviar a indigestão nervosa (A-B-CA-FL-I-M-S)
Promove a limpeza de toxinas do trato respiratório, ameniza os sintomas de bronquite (CP-FL-V)
Reduz dores de cabeça e os sintomas de sinusite (I-V)
Diminui a tensão nervosa e contração muscular (FL-M)
Atenua o mal de transporte, terrestre, aéreo e marítimo (I)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do sagrado

A rainha das plantas, uma jóia aromática originária da Índia onde é considerada sagrada e fundamental para o desenvolvimento espiritual.

Aroma herbáceo, doce e pungente.

Purifica o ambiente, instaurando a tão sonhada paz interior (A-CA-B-M-P-S-TL)

Possibilita o equilíbrio entre a realidade espiritual e a material (A-CA-B-M-P-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Tem qualidades antioxidantes e anti-envelhecimento (H-M)

MANJERONA

Origanum majorana (L.) H. Karst.



TERAPÊUTICA

Potencial analgésico, ameniza a dor lombar, artrite, artrose, reumatismo (B-C-FL-M)
Nutre e equilibra o sistema nervoso, reduz o stress (CA)
Ameniza sintomas de taquicardia, palpitação e arritmia decorrentes de stress e ansiedade (A-CA-I-M-S-T-TL-V)
Coadjuvante nos cuidados ao hipertireoidismo (B-CA-FP-I-M)
Aporta relaxamento, útil em estados hipertensivos (B-CA-EP-FP-I-M-P-S-TL)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do afeto

Aroma doce, acalma as emoções, transmite paz a quem sofre, resgata e conforta o coração ferido.

“Mãe Geradora”, fortalece a internalização do arquétipo da mãe interior acalentando a criança interna.

Reconforta quem não viveu o amor materno (A-B-CA-I-M-P-S-TL)

Libera memórias de traumas, solidão e abandono, auxilia a expressão do afeto (A-B-CA-I-M-TL)

Acalenta a alma e a psique nos momentos de solidude dos idosos (A-B-CA-I-M-TL)

DERMATOLÓGICA

Potencial antisséptico (H-T)

Alivia afta (BO), otite (T)

Ameniza os sintomas de rinite e sinusite alérgica (I-V)

MAY CHANG

Litsea cubeba (Lour.) Pers.



TERAPÊUTICA

Atenua arritmia cardíaca, palpitação, taquicardia (A-B-CA-FP-I-M-S)
Acalma a ansiedade e a depressão (CA-FP-I-P)
Moderador da hipertensão (CA-EP-FP-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da prece

Suaviza a sensação de desamparo, insegurança e temor (CA)

Ameniza a dispersão, facilita o foco (A-CA-I-M-P-S-TL)

Fortalece o magnetismo pessoal (CA)

DERMATOLÓGICA

Adicionado a um veículo carreador (creme, gel, OV), ameniza os sintomas de dermatites (C-H-T)

Mau-hálito (BO)

Mal cheiro nos pés, bromidrose (EP-T)

MENTA BRASILEIRA

Mentha arvensis L.



TERAPÊUTICA

Desobstrui as vias respiratórias, amenizando a congestão nasal, os sintomas de tosse, sinusite, rinite alérgica, alivia o mal estar respiratório do início de gripes (I-V)
Acalma náuseas, auxilia nos enjôos em tratamentos quimioterápicos e durante a gestação (A-I-S)
Analgésico, atenua a dor muscular e de luxação (FL-M)
Alivia enxaqueca (A-CA-FL-I-M)
Melhora a memória e a concentração (A-CA-I-S)
Potencial vasoconstritor, hipertensor leve, usado para amenizar hipotensão (A-CA-I-S)
Atenua o mal de transporte, terrestre, aéreo e marítimo (I)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do despertar

Aroma mentolado refrescante, estimula os sentidos, revitaliza e melhora a concentração.
Ameniza o cansaço (A-CA-I-M-P-S)
Auxilia a descontração e despreocupação antes de provas, palestras, entregas de projetos, monografias, cirurgias, entrevistas, cria uma atmosfera motivadora (CA-I-M-P)
Acalma a ansiedade que dificulta o desempenho das tarefas com segurança e tranquilidade (A-CA-I-M-P-S)

DERMATOLÓGICA

Adicionado a um veículo carreador (creme, gel, óleo vegetal) traz frescor a pele após exposição solar (H-T)
Ativa a circulação do couro cabeludo, diminuindo a queda dos cabelos (TC)

MIRRA

Commiphora myrrha (Nees) Engl.



TERAPÊUTICA

Anti-inflamatório, usado para acalmar a dor de artrite, artrose, bursite (C-FL-M)
Alivia os sintomas da leucorréia (BA)
Regulador endócrino, atua como coadjuvante para amenizar os sintomas causados pela hiperestrogenia, pode ajudar a reduzir o fluxo menstrual (BA-FL-FP)
Antifúngico leve (C-T)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da maturidade

Aroma terroso, resinoso, equilibra as emoções.
Ajuda a reflexão, amenizando o medo do desconhecido e o apego emocional (A-B-CA-I-M-P-S)
Equilibra as emoções e estrutura a psiquê, prepara o ser para a fase madura da alma (B-CA-I)
Fortalece a aceitação da ação do tempo (B-CA-I)

DERMATOLÓGICA

Potencial antioxidante, combate os radicais livres, regenerador cutâneo, hidrata e retarda o envelhecimento precoce da pele, rejuvenesce a pele madura (H-M)
Recupera a pele lesionada por picadas de carrapato e alergias (H-T)

NÉROLI

Citrus aurantium L. var. amara



TERAPÊUTICA

Potencial neurotônico, equilibrador psicoemocional, tradicionalmente utilizado para cuidar dos distúrbios do sono, tanto de adultos, como de crianças (A-TL)
Acalma a ansiedade e ameniza sintomas de indigestão nervosa e palpitações cardíacas (CA-I-M-P-S)
Apresenta ação analgésica e anti-inflamatória, com potencial hipotensor (CA-I-M-P-S)
Afrodisíaco (CA-I-M-P-S)
Harmoniza o sistema endócrino feminino, útil nos cuidados dos sintomas da menopausa e TPM (CA-I-M-P-S)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da sensibilidade

Ansiolítico, ameniza a hipersensibilidade em momentos de dificuldade de adaptação a novas situações (CA-H-I-M-P-S)
Útil em fobias, síndrome do pânico, estados depressivos, agitação e irritabilidade (CA-I-P-S)
Auxilia no desenvolvimento do amor próprio (CA-I-P-S)
A sinergia das suas moléculas trazem um aroma de felicidade, bom humor e otimismo. É considerado um caçador de ideias sombrias e do pessimismo (CA-I-P-S)

DERMATOLÓGICA

Age como regenerador celular, indicado para peles maduras, sensíveis e ressecadas (H-M-T)
Recupera o tecido com fragilidade capilar e cicatrizes. Usado em cosméticos para prevenir estrias (C-H-M-T)
Potencial flebotônico e linfotônico, excelente para massagear pernas inchadas e doloridas (C-FL-M)

NOZ-MOSCADA

Myristica fragrans Houtt.



TERAPÊUTICA

Digestivo, atenua os sintomas da diarreia (FP)

É usado na medicina ayurvédica no combate aos vermes (FP)

Tônico sexual, atua na impotência e frigidez (A-FP-I-M-S)

Potencial emenagogo, reduz o stress na sala de parto (A-S)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do entusiasmo

Aroma pungente, picante com notas baixas que lembram as especiarias orientais.

Animador, traz alegria e entusiasmo ao ambiente (A-I-M-S)

Eleva o astral (A-I-S)

Alivia a letargia (A-I-S)

DERMATOLÓGICA

Antisséptico (A-M-S)

OLÍBANO

Boswellia carterii Birdw



TERAPÊUTICA

Potencial expectorante, acalma a tosse com catarro.

Estudos apontam ação descongestionante respiratória, atenuando os sintomas de bronquite, asma e resfriados (CP-FL-I-V)

Coadjuvante no tratamento de bursite, rigidez articular (C-FL-M)

Tônico uterino, regula o fluxo menstrual (B-FL-FP-FV-I-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da meditação

Aroma profundo, resinoso, purificador.

Cria um ambiente propício à reverência ao sagrado, facilita a meditação, pacifica a mente, despertando a espiritualidade (A-B-CA-I-M-P-S-TL)

Pode oferecer bons resultados no tratamento de doenças psicossomáticas (A-B-CA-I-M-P-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Potencial antioxidante e citofilático, rejuvenesce, cicatriza, atua na prevenção de rugas, quando adicionado ao creme facial e máscaras cosméticas de rejuvenescimento, pode reduzir os sinais do tempo e de expressões, proporcionando vitalidade à pele madura (H-M)

Acalma a pele inflamada (H)

ORÉGANO

Origanum vulgare L.



TERAPÊUTICA

Pesquisas recentes testam o potencial antimicrobiano (bactericida, antiviral, fungicida) e anti-infeccioso deste OE, com ação no sistema respiratório, urinário e epitelial (A-FP-V-S)

Usado na medicina popular para acalmar os sintomas da sinusite, amigdalite, bronquite e infecção urinária (I-FP-V)

Tônico digestivo e carminativo (FP)

Potencial imunestimulante (FP)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da defesa

Aroma pungente, adstringente que incita a defesa psíquica.

Em sinergia com hortelã pimenta e manjerona, ameniza a energia mental negativa, acalmando o ciúmes (A-S)

Em sinergia com gerânio, suaviza os sintomas de doenças psicossomáticas e distúrbios emocionais em idade avançada (A-S)

DERMATOLÓGICA

Útil em micoses de unha e frieiras (T)

Potencial redutor de verrugas (T)

PALMAROSA

Cymbopogon martinii (Roxb.) W. Watson



TERAPÊUTICA

Potencial antimicrobiano, coadjuvante em tratamentos de micoses, pano branco, cândida, cistite, otite (BA-T)
Potencial estimulante da imunidade (A-CA-M-S)
Tônico uterino, usado em sala de parto para facilitar os procedimentos (A-S)
Neurotônico, citado na bibliografia como estimulante do apetite para quem sofre por anorexia nervosa (A-CA-FP-FV-M-P-S)
Estimula a circulação dos líquidos corporais, útil na drenagem linfática (FL-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da beleza

Aroma doce que lembra rosas, acalenta, alegra e descontraí o ambiente.
Sensibiliza o ser da importância do cultivo do amor próprio, da beleza interna e externa (A-B-CA-P-S-TL)
Aquece o coração e cria abertura para a valorização do essencial como a lealdade e fidelidade nas relações (A-B-CA-P-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Antioxidante, citoflátrico, aporta beleza, hidratação e suavidade à pele (B-H-M-T)
Antisséptico, coadjuvante no tratamento de escaras, pé de atleta (EP-H-T)
Estimula a secreção natural da oleosidade da pele, equilibrando tanto a pele seca, como a oleosa (H-M-T)
Acalma sintomas cutâneos de impetigo, candidíase, micose inguinal, psoríase (T)

PALO SANTO

Bursera graveolens (Kunth) Triana & Planch.



TERAPÊUTICA

Estimula a resposta imunológica em casos de gripes e resfriados (EP-I-V)
Anti-inflamatório articular, ameniza a dor reumática (C)
Previne infecções do trato geniturinário (BA)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da paz

Aroma pungente, refrescante, doce e animador, promotor da paz e da união.
Aporta purificação ambiental, leva embora a tristeza, os pensamentos negativos e seus imprints do ambiente (A-S)
Incentiva a criatividade e a concentração (A-S)

DERMATOLÓGICA

Pode promover resposta anti-inflamatória em picadas de mosquitos (H-M-T)

PATCHOULI

Pogostemon cablin (Blanco) Benth.



TERAPÊUTICA

Regula o apetite compulsivo, auxilia dietas de emagrecimento, coadjuvante em tratamentos de combate a obesidade (B-CA-FV-I-M-P)
Cicatrizante, anti-inflamatório (H-T)
Descongestionante venoso, coadjuvante em cuidados a varizes, hemorróidas, prostatite (BA-C-T)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da ousadia

Aroma herbal, almiscarado, amadeirado, diminui a ansiedade, estabiliza e sacia a psiquê.
Fortalece a busca por objetivos e sonhos, estimulando o senso de idealismo, coragem e ousadia (A-I-P)
Cria espaço para aventuras em novos caminhos (P)
Indicado para pessoas que desejam libertar-se de vícios e compulsões (A-CA-P)
Afrodisíaco (A-B-CA-FV-I-M-P-S)

DERMATOLÓGICA

Hidrata a pele ressecada (H-M-T)
Usado em formulações para acalmar inflamações da pele, coceira, psoríase, urticária, dermatite, calcanhar rachado e cotovelos ressecados (EP-H-T)
Coadjuvante nos cuidados na retenção de líquidos, edemas, prevenção de celulite e flacidez (B-EP-FL-FP-M)

PETITGRAIN

Citrus aurantium L. ssp. *aurantium*



TERAPÊUTICA

Relaxante, acalma, seda, alivia depressão (A-CA-I-V-S-TL)
Atenua taquicardia e arritmia, asma nervosa, dispnéia (CA-I-V-TL)
Antiespasmódico, combate cólica menstrual (C-FL-I-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do equilíbrio

Aroma folhoso e adstringente que acalma os pensamentos.

Auxilia a retirada do foco mental do problema, trazendo a energia do coração para as situações conflitantes (A-B-CA-I-M-P-S-TL)

Alivia dor emocional e tristeza causadas por decepções (A-B-CA-I-M-P-S-TL)

Harmoniza as emoções, ameniza a depressão, inspira a autoconfiança (CA-I-M-P)

Equilibra o biotipo ayurveda “vata” (CA-M)

DERMATOLÓGICA

Regenerador cutâneo, cicatrizante, coadjuvante em tratamentos no combate a oleosidade da pele, acne (H-T)

Possível potencial antifúngico, líquen plano (T)

PIMENTA PRETA

Piper nigrum Linn.



TERAPÊUTICA

Estimula o metabolismo, ameniza os sintomas de hipotireoidismo (CA-FL-I)
Aquece a musculatura e as extremidades, queima calorias, coadjuvante em tratamentos de emagrecimento (EP-FL-FV-M)
Potencial anti-inflamatório e analgésico, usado para amenizar a dor muscular, fibromialgia, torcicolo, reumatismo, cefaléia, dor de cabeça (C-FL-M)
Ativa a circulação, diurético, estimula as funções renais (FP-FV)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da vitalidade

Aroma quente e picante, estimula a produção de endorfinas.

Revitaliza e alivia depressão (B-FP-M-TL)

Afrodisíaco, aumenta a sensualidade e o apetite sexual (A-B-CA)

Otimiza a tomada de decisões e a ação (A-CA-FV-I)

Indicado para pessoas apreensivas e preocupadas que precisam de força para as transformações (A-CA-FV-I)

DERMATOLÓGICA

Ativa a circulação corporal e do couro cabeludo, cuida de pés e mãos frias, combate a queda de cabelos, evita calvície precoce (EP-FL-TC)

Usado em shampos para cabelos oleosos e com as pontas ressecadas (H-M)

PIMENTA ROSA

Schinus terebinthifolius Raddi



TERAPÊUTICA

Melhora a circulação sanguínea e ajuda nos cuidados e prevenção de varizes e flebite (C-EP-FL-H-M)
Útil para cuidar de pancadas e luxações (C-T)
Descongestionante respiratório (A-I-TL-V)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da prosperidade

Aroma quente e picante relaxa a tensão mental e desperta o corpo para o prazer do toque.

Desinibe aqueles que tem vergonha do corpo (A-B-CA-FV-I-M-P-S-TL)

Aporta o sentimento de merecimento da riqueza do universo, permitindo a entrada da prosperidade em nossas vidas (A-B-CA-I-M-P-S)

DERMATOLÓGICA

Potencial antifúngico, antisséptico, adstringente, útil em tratamentos de acne (B-C-H-T)
Possível antioxidante (B-H-M)

PINHEIRO SILVESTRE

Pinus sylvestris L.



TERAPÊUTICA

Excelente opção para o alívio da congestão respiratória (A-I-S-V)
Protege o ambiente contra ácaros, fungos (A-S)
Pode apresentar ação diurética, coadjuvante em tratamentos no combate a edemas e excesso de ácido úrico (FP-FV)
Muito usado no enxague final na máquina de lavar.

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da produtividade

Aroma de folhas, lembra uma floresta, refresca, limpa, purifica e desodoriza o ambiente.
Ativa o sentimento de alerta, clareza e produtividade (A-CA-S-TL)
Dissipa a preocupação e o cansaço (A-S-TL)
Promove o bem-estar no inverno para toda a família (A-S)

DERMATOLÓGICA

Coadjuvante no tratamento de eczema, psoríase, coceira (H-M-T)
Acalma a irritação cutânea acometida por sarna ou picadas de pulgas (T)
Auxilia o tratamento no combate a piolhos (TC)

PINHO DA SIBÉRIA

Abies sibirica Ledeb.



TERAPÊUTICA

Antisséptico e anti-inflamatório pulmonar.
Tem demonstrado bons resultados como coadjuvante nos cuidados em bronquite, asma, pneumonia, tosse, gripe, resfriado, rinite, sinusite e congestão respiratória (B-CA-CP-FP-I-M-S-TL-V)
Previne epidemias de inverno (A-S)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do acolhimento

Aroma adstringente, nos remete às florestas, trazendo a sensação de “volta para casa”, de acolhimento original.
Aporta generosidade e aceitação, acalma o coração oprimido (A-CA-S-TL)
Ajuda eliminar o pesar e a tristeza dos ambientes, incentivando a irmandade (A-S-TL)
Auxilia as pessoas a sentirem-se confortáveis em qualquer situação (A-CA-S-TL)
Útil em momentos de opressão e autopunição que impedem a abertura para receber ajuda (A-CA-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Potencial antimicrobiano, antifúngico, antiviral, antibacteriano (A-B-CP-FP-FV-M-S-TL)

PLAI

Zingiber cassumunar Roxb.



TERAPÊUTICA

Tônico geral (B-FP-I-M)
Possível anti-inflamatório, útil em inflamação articular e muscular, contusão, entorse e dor muscular (C-FL-M)
Potencial analgésico, antioxidante, antisséptico, antiviral e antimicrobiano (C-FL-H-M-T)
pesquisas apontam para a capacitação antifúngica deste óleo essencial (T)
Repelente natural de insetos (A-H-S)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do conforto articular e muscular

Permite a conexão com novos pontos de vista, trazendo flexibilidade e perspectiva (FP-I-M)
Estimulante do ânimo e da energia pessoal, ameniza rigidez emocional (FP-I-M)

DERMATOLÓGICA

Por sua conceituada ação anti-inflamatória, antioxidante e antifúngica, é utilizado para os cuidados em inflamações articulares e cutâneas, como também em loções, gel ou óleos aromáticos para a prevenção de micoses (C-FL-H-M)

RAVENSARA

Ravensara aromatica Sonnerat



TERAPÊUTICA

Potencial antiviral e anti-infeccioso. Útil em afecções respiratórias, febre, gripe, bronquite, sinusite, rinite, congestão nasal, catarro e herpes (A-B-EP-FL- I-M-S-T-TL-V)
Possível imunestimulante (FP)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da expansão

Aroma canforado, expande a mente, amplia os limites das possibilidades (A-CA-TL)

DERMATOLÓGICA

Cicatrizante, ameniza os efeitos cutâneos da acne (T)
Potencial redutor de verrugas em animais (T)

RAVINTSARA

Cinnamomum camphora (L.) J. Presl. linaloliferum



TERAPÊUTICA

Potencial antisséptico, antiviral, expectorante, anti-infeccioso e neurotônico (A-B-CA-CP-FP-I-M-S-TL V)
Útil em afecções respiratórias de adultos, gripe, febre, bronquite, sinusite, rinite e tosse (B-CA-CP-FP-I-M-V-TL)
Coadjuvante no combate ao vírus influenza (A-EP-S-TL)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da comunicação

Poderosa ação de purificação ambiental (A-S-TL)
Estimula o sistema nervoso, aporta concentração e foco (A-CA-I-M-S)
Dinamizador no chakra laríngeo, melhora a capacidade de comunicação (FL-M)

DERMATOLÓGICA

Potencial antimicrobiano, antifúngico, antiviral, antibacteriano (A-B-FL-FP-FV-M-S-TL)

ROSA DAMASCENA absoluto

Rosa damascena Mill



TERAPÊUTICA

Potencial antidepressivo, sedativo, melhora o sono (CA-H-TL)
Antibacteriano, cicatrizante, anti-inflamatório (H-M-T)
Antiespasmódico, emenagogo, equilibrador hormonal durante a TPM e menopausa (calorões), equilibra o sistema reprodutivo feminino (FL-FV-H-M)

AROMACOLÓGICA

Aroma do sagrado feminino

Aroma doce, suave, renomado como um dos aromas mais apreciados no mundo. Facilita a cura do corpo emocional e espiritual.
Harmoniza o chakra cardíaco, incita o perdão e o amor próprio, energeticamente equilibra as questões relacionadas a maternidade, amor incondicional, feminilidade e perdas (A-CA-I-P-S)
Acalma a raiva, a irritabilidade, apatia e desapontamento. Aporta clareza em situações confusas, e com comportamento compulsivo (A-CA-I-P-S)
Auxilia em situações de choque, tristeza e depressão, acalma o sentimento de impotência (A-CA-I-P-S)
Traz sentimento de amor para o ambiente (A-S)

DERMATOLÓGICA

Potencial antioxidante, anti-aging, citofilático (H)
Usado em formulações cosméticas para restaurar a vitalidade da pele madura (T)
Perfuma a pele (P)

SALSA Semente
Petroselinum sativum (Mill.) Nym



TERAPÊUTICA

Potencial e emenagogo, auxilia os cuidados da amenorreia e oligomenorreia (BA-FL-FP-FV-M)
Diurético e coadjuvante durante processos de desintoxicação (B-FP-M)
Pode apresentar ação fluidificante, anticatarral e mucolítica (I-V)
Acalma espasmos, útil em dores musculares, câibras, asma (CP-FL-V)
Apresenta efeitos digestivos e carminativos, auxilia a eliminação de gases (FP-FV-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da masculinidade

Aroma caloroso, amadeirado, picante-doce usado e apreciado na perfumaria masculina (P)

DERMATOLÓGICA

Potencial anti-inflamatório, auxilia a acalmar a dor muscular, reumática e articular (C-FL-M)
Muito utilizado na cosmética para os cuidados com o corpo (H)

SÁLVIA SCLAREA
Salvia sclarea L.



TERAPÊUTICA

Atenua distúrbios hormonais femininos, TPM, cólica menstrual, seios doloridos e inchado, sintomas da pré-menopausa, fogachos, repositores hormonais naturais na menopausa, "Strogen-like" (B-BA-CA-FP-FV-H-M-P)
Emenagogo, aroma companheiro do parto (A-B-I-M-S)
OE apreciado pelos chineses para cuidar da infertilidade (FP-FV-H)
Relaxante nervoso (A-B-CA-EP-FP-FV-I-H-M-P-S-TL)
Acalma os picos de pressão alta na menopausa (A-B-CA-EP-FP-FV-H-I-M-S-TL)
Tônico geral, usado em convalescença e cansaço crônico, gerado por stress prolongado (CA-H-M)
Flebotônico, coadjuvante para hemorroidas e varizes (FL-H-M-T)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da mulher

Aroma aconchegante, associado a sabedoria e a capacidade de promover vida longa.
Resgata a autoimagem positiva e a feminilidade inspirando o amor próprio (B-CA-I-FP-FV-H-M-P)
Estimula a autoconfiança quando há vulnerabilidade e fragilidade (B-CA-I-FP-FV-H-M-P)
Alivia depressão e crise de pânico (A-B-CA-FP-FV-H-M-P)
Útil para resgatar a libido feminina (A-B-CA-FP-FV-H-M-P)

DERMATOLÓGICA

Ativa a circulação do couro cabeludo, evita a queda e estimula o crescimento dos cabelos (TC)
Auxilia a retardar o envelhecimento da pele (B-H-M)
Controla a transpiração excessiva de pés e mãos (B-EP-FL-FP)

SÂNDALO AMYRIS
Amyris balsamifera L.



TERAPÊUTICA

Ajuda a descongestionar os vasos linfáticos e venosos, útil nos cuidados de varizes e hemorroidas (BA-C-T)
Potencial antisséptico, usado pelos nativos do Haiti em compressas na recuperação do períneo da mulher pós parto (C-BA)
Potencial expectorante, antiespasmódico, acalma tosse e laringite (FL)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da sensualidade

Aroma doce e quente com notas baixas que amenizam a tensão nervosa.
Eleva o espírito, incentiva a abertura do coração, estimulando a sexualidade sagrada nos relacionamentos (A-B-I-M-P-S-TL)
Afrodisíaco, desperta o desejo sexual feminino e masculino (A-B-I-M-P-S-TL)
Coadjuvante em tratamentos de síndrome de pânico (A-B-I-M-P-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Útil em rachaduras na pele, dermatites, eczema (H-T)
Coadjuvante no tratamento de edemas e prevenção a celulite (B-C-M)
Potencial coagulante do sangue, útil em pequenos cortes (T)
Usado como fixador na perfumaria natural.

SANGUE de DRAGÃO

Croton lechleri Müll. Arg.



TERAPÊUTICA

Potencial antimicrobiano útil para estancar sangramentos e cicatrizar feridas, úlceras varicosas e escaras (C-T)

Potencial para uso em diabéticos com dificuldade em cicatrização (T)

Útil no sangramento de gengivas (BO)

Os indígenas da amazônia usam em banho de assento e ducha vaginal no pré-parto para assepsia e no pós-parto para cicatrização (BA)

AROMACOLÓGICA

Seiva medicinal da floresta

Um elixir tão poderoso produzido pela natureza. Aporta o sentimento de gratidão pela mãe terra em amparar seus filhos com tamanha generosidade curativa.

DERMATOLÓGICA

Promove a formação do colágeno, reduz rugas, rejuvenesce e protege a pele contra o envelhecimento precoce (H-M)

TANGERINA

Citrus reticulata Blanco



TERAPÊUTICA

Potencial antiespasmódico, auxilia a eliminação de gases e ameniza cólicas infantis (C-M)

Ajuda a digestão, aperiente (A-B-CA-I-M-S)

Estimula o apetite infantil (A-CA-S)

Ameniza a hiperatividade infantil, agitação e angústia da criança na ausência dos pais (A-CA-S)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da alegria

Aroma cítrico e doce descompromissado que alegra o ambiente.

Diminui a ansiedade e o nervosismo, cria uma atmosfera espontânea e descontraída (A-B-CA-I-M-S)

Auxilia pessoas sérias e carrancudas a resgatarem o sorriso contagiante e o bem estar (A-B-CA-I-M-S)

Bom para crianças agitadas e briguentas e também para adultos irritados e mal-humorados (A-B-CA-I-M-S)

DERMATOLÓGICA

Coadjuvante em tratamento de prevenção a celulite (M)
Suavizante da pele (B-H-M)

TEA TREE

Melaleuca alternifolia (Maiden & Betche) Cheel- Natural e Orgânico



TERAPÊUTICA

Cicatrizante, bactericida, viricida, anti-infeccioso, usado nos cuidados de pequenos ferimentos, herpes (T)

Fungicida, coadjuvante na prevenção e cuidados na candidíase (BA-T)

Potencial febrífugo e imunoestimulante, útil nas afecções respiratórias (B-CA-EP-FP-G-I-M-V)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial antisséptico

Renova, refresca, purifica e protege o ambiente (A-S)

Desinfetante, antiviral (A-S)

DERMATOLÓGICA

Usado pelos aborígenes australianos em formulações cosméticas para o combate a caspa, pele irritada, acne (T)

Útil nos cuidados a micoses, frieira, escara, psoríase, herpes (T)

Aftas, gengivite (BO)

Utilizado em formulações de loção pós-depilatória e pós-barba (T)

TEA TREE LIMÃO

Leptospermum petersonii F.M. Bailey



TERAPÊUTICA

Tem demonstrado uma potente ação antisséptica, usado como coadjuvante em cuidados nas infecções respiratórias (A-CP-EP-FP-I-V)

Potencial analgésico, anti-inflamatório articular e muscular (C-FL-M)

Auxilia em distúrbios digestivos e em inchaços (C-FL)

AROMACOLÓGICA

O perfume da assepsia

O óleo essencial de Tea tree limão possui um aroma sutil, fresco e cítrico.

Apresenta potencial sedativo semelhante ao óleo essencial de Lemongrass (A-CA-I-M-S-TL)

Pode acalmar e relaxar, ajudando a conter o nervosismo de forma suave (A-CA-I-M-P-S-TL)

Restaura o otimismo (A-CA-I-M-P)

DERMATOLÓGICA

Apresenta potentes propriedades antissépticas, sendo útil no tratamento diversos problemas de pele como micoses, psoríase e alergias (H-M-T-TC)

TOMILHO qt. linalol

Thymus vulgaris L. linaloliferum



TERAPÊUTICA

Potencial anti-infeccioso, antimicrobiano, útil para combater a bactérias, vírus e fungos. OE mais seguro para o uso infantil do que o tomilho qt. timol (A-S)

Coadjuvante nos cuidados em infecções respiratórias (EP-FP-I-V)

Pode estimular a imunidade (EP-FP-I-M-S)

Tônico nervoso, útil na depressão infantil (CA-FP-I-M-S)

Antálgico, atenua dores musculares e reumáticas (C-FL-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da adolescência

Aroma herbal, doce, mais suave e menos dermoagressivo que o qt. timol.

Possui elevada concentração de linalol.

Auxilia pessoas introvertidas, adolescentes tímidos com medo e dificuldade de comunicação (A-CA-I-S)

Estimula a energia vital e o ânimo do adolescente diante da realização das tarefas (A-CA-I-S)

DERMATOLÓGICA

Coadjuvante nos cuidados da pele acnéica do adolescente (T)

TOMILHO qt. timol

Thymus vulgaris L. thymoliferum



TERAPÊUTICA

Potencial antimicrobiano, anti-infeccioso, útil para combater a bactérias, vírus e fungos (A-S)

Coadjuvante nos cuidados em infecções respiratórias, bronquite, sinusite, rinite (EP- FP-I-V)

Pode estimular a imunidade (A-EP- FP-I-S)

Ativa a digestão, tônico geral pós-infecção (A-FP-I-S)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da coragem

Aroma herbal, pungente, combate a fraqueza e a falta de ânimo.

Encoraja o posicionamento, desperta o guerreiro interior (A-I-S)

Aporta força em situações que parecem ser intransponíveis ou que sentimos que não conseguiremos dar conta (A-I-S)

DERMATOLÓGICA

Antimicrobiano, usado nos cuidados em frieiras (T)

Fixador de perfumes

TURMÉRICO

Curcuma longa L.



TERAPÊUTICA

Potencial estimulante imunológico, útil para amenizar sintomas de doenças autoimunes (B-FP-M)

Agente antimicrobiano usado na medicina ayurvédica na prevenção a cáries (BO)

Potencial anti-inflamatório articular, útil para amenizar a dor em tendinite, rompimento de ligamentos e tendões, recuperação de fratura óssea (C-FL-M)

Acalma tosse, faringite (BO-G-I-V)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do aqui e agora

Aroma terroso e picante.

Auxilia o contato com a realidade, aterriza os pés no chão, aporta “grounding”, trazendo a mente para o momento presente, aqui e agora.

Acalma confusão e ansiedade (A-CA-FL-I-M-S)

DERMATOLÓGICA

Limpa e desintoxica a pele oleosa (B-H-M-T)

Por suas propriedades antioxidantes, é utilizado na cosmética para os cuidados da pele em geral (T)

VERBENA ÍNDIA

Lippia alba (Mill.) N.E.Br. ex P. Wilson



TERAPÊUTICA

Ameniza estados depressivos (A-CA- FP-FV-M-P-S-TL)

Estimula a digestão (A-CA-FL-FP-I-M)

Analgésico, acalma cólicas intestinais e uterinas (C-M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do bem-estar

Aroma doce e suave que envolve o ambiente com a delicadeza energética feminina, aconchegando e amparando.

Acalma o nervosismo do ambiente (A-S)

Considerado um dos OE mais tranquilizantes da ansiedade, panaceia para acalmar tensão nervosa, e inquietação (A-CA-FP-FV-I-M-P-S-TL)

Equilibra o biotipo ayurveda “Pitta” (CA-M)

Potencial sedativo, melhora os distúrbios do sono (A-CA-I-FP-FV-M-P-S-TL)

DERMATOLÓGICA

O teor de linalol na sua constituição química, aporta a esse OE um potencial calmante e cicatrizante para a pele (H-M-T)

VETIVER

Vetiveria zizanoides (L.) Nash



TERAPÊUTICA

Suporte hormonal feminino pós-parto e menopausa (B-FP-H-M-P-TL)

Ação estimulante da libido e reguladora de sintomas femininos da pré-menopausa e distúrbios menstruais como TPM e dismenorrea (B-CA-FP-FV-H-I-M-P-S-TL)

Tônico venoso e arterial, atenua a fragilidade dos capilares, coadjuvante nos cuidados a varizes, flebite, edemas, hemorroidas (B-C-FL-M)

Alivia dores articulares e melhora a imunidade (B-C-FL-M)

Pesquisas demonstram que pode ter efeitos na regulação da pressão sanguínea e no acúmulo de líquidos nos tecidos (B-FP-FV-M-P-S)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do enraizamento

Aroma terroso, profundo, suas notas baixas relaxam a estafa nervosa do ambiente.

Enraizador, útil para pessoas facilmente influenciáveis, que constroem “castelos no ar”, que não concretizam os sonhos.

Equilibra o biotipo ayurveda “vata” (A-B-CA-FP-I-M-P-S-TL)

Fortalece a conexão com os objetivos, cria uma atmosfera propícia ao processo de interiorização (I-M-P)

Coadjuvante no desmame medicamentoso (FP-I-M-P)

Melhora os distúrbios do sono (A-B-CA-FP-I-M-P-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Potencial antioxidante, usado na conservação de cosméticos naturais.

Umectante da pele seca e madura (H-M)

Útil no cuidado de varizes, hemorroidas e estrias (BA-C-H-T)

Usado para cuidados de urticária (H) .Fixador de perfumes.

WINTERGREEN

Gaultheria procumbens L.



TERAPÊUTICA

Potencial antálgico e anti-inflamatório, calmante da dor muscular, reumática, artrite, artrose, bursite, dor lombar, entorse, ligamento rompido, tendinite, fratura óssea, LER, mialgias, dor de cabeça (C-FL-M-T)
Estimulante da digestão e da energia hepática (B-I-M)
Possível hipotensor leve (M)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial do aquecimento

Aroma doce, adstringente, quente e pungente.
Originário de regiões frias, aquece o corpo e a alma, favorece a humanização nas relações.
Estimula a energia vital (A-FP-I-M-S)

DERMATOLÓGICA

Massagem esportiva, aquece a musculatura, com potencial de ação na atenuação da dor e inflamação muscular e articular (B-C-FL-M)

YLANG-YLANG

Cananga odorata (Lam.) Hook. F. & Thoms



TERAPÊUTICA

Potencial cardiotônico, pode acalmar a arritmia cardíaca, palpitação e taquicardia (A-B-FP-H-I-M-P)
Tônico uterino pós-parto (BA-M-P)
Ameniza depressão pós-parto e crises de pânico (A-B-I-M-P)
Potencial relaxante e hipotensor leve (B-CA-FP-I-M-P)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da sedução

O aroma doce e suave que entenece o coração despertando a apreciação da vida.
Cria atmosfera de romance, desperta a sensualidade, a libido e a paixão (B-CA-I-M-P-TL)
Incita a celebração e suaviza a irritação (B-CA-I-M-P-TL)
Ameniza frigidez e impotência (B-I-M-P-TL)

DERMATOLÓGICA

Potencial suavizante e tonificante da pele (H)
Hidrata a pele seca (B-H-M)
Tônico capilar, útil na alopecia (TC)

YLANG YLANG COMPLETO

Cananga odorata (Lam.) Hook. F. & Thoms



TERAPÊUTICA

O ylang ylang completo é resultado de 20h de destilação ininterrupta, sem fracionamento. Todos as frações do OE, principalmente a do ylang ylang completo, possuem ação afrodisíaca.
O seu aroma inspira a sensualidade (CA-H-M-P)
Impulsiona a libido feminina e masculina (A-B-CA-H-I-M-P-S-TL)
Pode ser de grande valia nos sintomas na velhice, como dor muscular e articular devido à imobilidade (FP-M)
Regula o fluxo de adrenalina, acalma ansiedade, tensão nervosa, síndrome do pânico e medo, choque emocional, palpitações e taquicardia (A-B-CA-H-I-M-P-S-TL)
Usado para regular os hormônios femininos, útil na TPM, climatério e menopausa (CA-FV-FP-H-M-P)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da sedução

Afrodisíaco, combate a fraqueza sexual, ativando a libido.
Estimula o amor-próprio, o carinho para consigo mesmo.
Desbloqueia o plexo solar, alivia a angústia advinda de preocupações e ansiedade (A-B-CA-H-I-M-P-S-TL)

DERMATOLÓGICA

Tônico cutâneo e capilar, auxilia a prevenção da seborreia (H-M-T-TC)
Dá brilho aos cabelos opacos e sem vida (TC)

YUZU

Citrus junos Siebold ex. Tanaka



TERAPÊUTICA

Excelente opção nos cuidados com resfriados e gripes. Descongestionante respiratório em gripes ou alergias sazonais (A-EP-FP-I-S-V)

Refrescante e tônico corporal, estimula o sistema circulatório (C-CA-EP-FP-I)

Promove um apetite saudável e estimula a digestão (A-CA-I-S)

Fortalece as defesas naturais do organismo, reduzindo dores e inflamações (C-EP-FL-FP-M)

Alivia espasmos musculares (FL-M)

Usado tradicionalmente no Japão como antifúngico, útil no combate a candidíase (BA-FP)

AROMACOLÓGICA

Óleo essencial da revitalização

Acalma e energiza (A-CA-H-I-M-P-S)

Alivia humores depressivos e a tensão emocional (CA-I-M)

Recicla a energia estagnada e bloqueada (CA-H-I-M-P-S)

Ameniza distúrbios do sono e ansiedade (I-M-P-S-TL)

Afasta tristeza, desperta alegria e bem-estar (CA-I-M-P)

DERMATOLÓGICA

Antisséptico e antibacteriano, combate a oleosidade do couro cabeludo, útil para caspa (A-T)

Dá brilho aos fios, prevenindo o ressecamento das pontas (TC)

Potencial antioxidante, muito apreciado na cosmética natural japonesa (H-T)

LEGENDA E FORMAS DE USO

- A** **AROMATIZAÇÃO AMBIENTAL:** pingue +-12 gotas de OE na água do difusor ambiental.
- B** **BANHO DE IMERSÃO (BANHEIRA, OFURÔ):** para aromatizar a água do banho, dissolva de 7 até 21 gotas de OE (dependendo da intensidade do aroma) em 3 CS de leite de coco. Dissolva a mistura na banheira ou ofurô. Nunca use OE diretamente na banheira sem diluição em algum veículo carreador.
- BA** **BANHO DE ASSENTO:** dilua 10 gotas de OE em 5 CS de OV e adicione à água fria do banho de assento.
- BO** **BOCHECHO:** pingue 3 gotas de OE em um copo d'água ou dilua em 3ml de OV. Não engolir.
- CA** **COLAR AROMÁTICO:** pingue 3 gotas de OE no algodão e acomode-o no orifício do colar. Adicione mais gotas toda vez que o aroma acabar.
- C** **COMPRESSA LOCAL COM ÁGUA OU ARGILA:** pingue 5 a 10 gotas de OE na água fria ou quente, use uma toalha para fazer a compressa. Na argila, pingue 3 gotas de OE para 1 CS de argila, adicione água até formar uma pasta consistente. Use quantas CS de argila forem necessárias para formar uma pasta que cubra toda a área a receber a compressa.
- CP** **COMPRESSA PEITORAL:** dilua 3 gotas de OE em 1 CS de OV e massageie a região peitoral. Após a massagem, aplique uma compressa morna.
- EP** **ESCALDA PÉS:** dilua 15 gotas de OE em 1 CS de leite de coco e adicione à água de um balde ou ofurô de pés.
- FV** **FRICÇÃO VERTEBRAL:** dilua 6 gotas de OE em 1 CS de OV e aplique na coluna vertebral friccionando a pele vigorosamente.
- FL** **FRICÇÃO LOCAL:** dilua algumas gotas de OE em 1 CS de OV e fricione a área afetada.
- FP** **FRICÇÃO PLANTAR:** pingue 3 gotas de OE diretamente na planta de cada pé e friccione. Para OE dermoagressivos friccione diretamente pé com pé, não utilize as mãos.
- G** **GARGAREJO:** pingue de 2 a 3 gotas de OE em um copo d'água morna. Gargareje sem engolir.
- H** **HIDRATAÇÃO:** para o rosto pingue 1 gota de OE em 1 CS de OV; para o corpo pingue 60 gotas de OE em 120ml de OV, ou dilua o OE em qualquer outro veículo carreador (argila, creme, loção ou manteiga vegetal); para os cabelos pingue 5 gotas de OE em 1 CS de OV para hidratar a ponta dos fios.
- I** **INALAÇÃO:** pingue 3 gotas de OE em um lenço; 5 gotas de OE no inalador; 2 gotas de OE no pulso, friccione com o pulso da outra mão e inale.
- M** **MASSAGEM:** adicione de 50 a 70 gotas de OE em 120ml de OV e utilize-o na massagem.
- P** **PERFUME:** use algumas gotas de OE como perfume natural. Nunca use óleos essenciais cítricos diretamente a pele e exponha-se ao sol.
- S** **SPRAY:** adicione 40 gotas de OE em uma solução de 60ml de álcool de cereais e 40ml de água deionizada.
- T** **USO TÓPICO:** pingue 5 gotas de OE diluídas em 1 CS de OV de pracaxi, andiroba, rosa mosqueta ou outro OV indicado, ou 2 gotas de OE diretamente sobre a área a ser tratada.
- TC** **USO TÓPICO CAPILAR:** após o enxague final dos cabelos pingue 5 gotas de OE no couro cabeludo, massageando-o, ou pingue 5 gotas de OE no couro cabeludo, deixe agir por no máximo 8 hs e lave os cabelos.
- TL** **TRAVESSEIROS E LENÇÓIS:** pingue 2 gotas de OE nos travesseiros e 6 nos lençóis. Não pingue OE dermoagressivos nos travesseiros.
- V** **VAPORIZAÇÃO:** pingue 15 gotas de OE em um recipiente com água quente, cubra a cabeça com uma toalha ou cobertor e inspire profundamente até a água esfriar.

OE= óleo essencial; OV= óleo vegetal; CS = colher de sopa

LEGENDAS DE SEGURANÇA NO USO



Desaconselhável o uso nos três primeiros meses de gestação.



Desaconselhável o uso durante toda a gestação.



Dermoagressivo, diluir em óleo vegetal.

Se usado puro sobre a pele pode provocar ardência, vermelhidão ou irritação.



Fotossensível, deve-se evitar exposição ao sol durante 6h após seu uso.

A quantidade de gotas de OE sugeridas dependerá sempre da intensidade do aroma do OE escolhido.

Alguns OE possuem aroma mais intenso, utilize quantidades menores. Use sempre diluições mínimas em crianças, idosos e gestantes.

SEGURANÇA NO USO

- As informações da tabela apresentam uma síntese das propriedades terapêuticas e formas de uso dos óleos essenciais (OE).
- Use-os com a orientação de um aromaterapeuta profissional.
- Alguns óleos essenciais são dermoagressivos e podem irritar a pele. Para usá-los, dilua-os em óleo vegetal.
- Ao utilizar óleos cítricos puros sobre a pele não exponha-se ao sol, pois são fotossensibilizantes, podendo ocasionar manchas na pele.
- Muitos óleos essenciais são contraindicados apenas durante os três primeiros meses de gestação. Outros são contraindicados durante toda a gestação e lactação. Durante este período só utilize-os com orientação de um médico obstetra e terapeuta qualificado.

ADVERTÊNCIA

Sempre teste o OE que estiver sendo usado pela primeira vez.

Teste pingando 2 gotas do OE nas axilas, na parte interna do cotovelo e atrás da orelha.

Espere por 12hs e verifique, caso ocorra alguma reação alérgica, não recomendamos o uso deste OE.

Realize este teste mesmo se o OE estiver diluído a um carreador.

Ansiedade



Alecrim qt. verbenona, âmbar, âmbar attar, anis estrelado, bergamota, breu branco, camomila azul e romana, cedro himalaya, coentro, gerânio Bourbon, Egito, gerânio roseum Índia e Madagascar, hortelã (limão e verde), laranja doce, lavanda (Bulgária, francesa e kashmir), lavandin, lima mexicana e Tahiti, mandarina (verde e vermelha), manjeriço (todos os qt.), may chang, neroli, palmarosa, palo santo, patchouli dark, sálvia sclarea, sândalo amyris, tomilho qt. linalol, verbena Índia, vetiver, ylang-ylang III e completo. Também recomendamos absoluto de cacau, champaca, jasmim, lotus azul e rosas.

Animar

Alecrim qt. cineol, bergamota LFC, café torrado, cardamomo, hortelã (limão, pimenta e verde), limão siciliano, lírio do brejo, mandarina (verde e vermelha), menta brasileira, noz-moscada, tangerina, tea tree limão, tomilho qt. linalol e yuzu.



Autoestima

Alecrim qt. verbenona, bergamota, canela (casca e folha), cardamomo, cedro (Atlas e Himalaya), cipreste, gengibre, gerânio Bourbon e Egito, gerânio roseum Índia e Madagascar, hortelã limão, laranja doce, lima mexicana, lima Tahiti, manjerona, may chang, mirra, neroli, pimenta rosa, patchouli dark, sálvia sclarea, tomilho qt. linalol, vetiver, ylang ylang III e completo. Também recomendamos absoluto de cacau, champaca, jasmim, lotus azul e rosas. .



Concentração

Alecrim qt. cineol, breu branco, café torrado, espruce negro, eucalipto globulos, gengibre fresco, hortelã (pimenta e verde), limão siciliano e lírio do brejo.





Cabelos

Brilho

Café verde, camomila romana, cedro (Atlas e himalaya), junípero, louro, hortelã verde, lavanda (Bulgária, francesa ou Kashmir), lavandin, sálvia sclarea, tea tree, tomilho (qt. linalol e timol), ylang ylang III e completo.

Queda

Alecrim qt. cineol, café verde, lavanda (Bulgária, francesa ou Kashmir), lavandin, louro, sálvia sclarea, ylang ylang III e completo.

Ressecamento

Cedro Atlas, cipreste, gerânio Bourbon e Egito, sálvia sclarea, patchouli dark, tea tree, vetiver e yuzu.

Oleosidade

Alecrim qt. cineol, bergamota LFC, cedro Atlas, cipreste, gerânio, lemongrass, sálvia sclarea, patchouli dark, tea tree, vetiver e yuzu.

Digestão

Ajowan, anis estrelado, café torrado, cálamo, camomila (alemã e romana), canela casca, cardamomo, cenoura, cítricos, coentro, cravo botão, funcho doce, gengibre fresco, grapefruit, hortelã (pimenta e verde), laranja (doce e amarga), lemongrass, lima Tahiti, limão siciliano, louro, manjeriço (todos os qt.), menta brasileira, noz-moscada, orégano, pimenta (preta e rosa), salsa, tangerina, tea tree limão, tomilho (qt. linalol e timol), verbena Índia e Yuzu.



Detox

Alecrim qt. verbenona, cálamo, cardamomo, cenoura, coentro, gengibre, gengibre fresco, hortelã pimenta, limão siciliano, menta brasileira e salsa.

Depressão

Âmbar, âmbar attar, ajowan, alecrim (qt. cineol e verbenona), bálsamo do Peru, benjoim, bergamota, breu branco, café torrado, cálamo, camomila romana, cardamomo, cedro (Atlas e Himalaya), coentro, gerânio Bourbon e Egito, gerânio roseum Índia e Madagascar, grapefruit, ho wood, hortelã (limão, pimenta e verde), laranja doce, lavanda francesa (Bulgária, francesa ou Kashmir), lima mexicana, lima Tahiti, mandarina (verde e vermelha), manjeriço (doce, exótico e santo), manjerona, may chang, menta brasileira, neroli, olíbano, patchouli dark, petitgrain, ravintsara, sálvia sclarea, sândalo amyris, tangerina, tomilho qt. linalol, verbena Índia e vetiver. Também recomendamos absoluto de cacau, champaca, jasmim, lotus azul e rosas.



*D*or

Alecrim qt. cânfora, bétula doce, breu branco, cajeput, canela folha, cânfora branca, coentro, cravo (botão e folha), espruce negro, eucalipto (citriodora e globulus), gengibre, immortelle italicum, junípero, lavanda francesa, lavandin, louro, manjerona, mirra, neroli, palo santo, pimenta preta, plai, tea tree limão, tomilho qt. timol, turmérico e wintergreen. Também recomendamos absoluto de jasmin grandiflorum e sambac.

*F*itness

Café verde, cálamo, cedro Atlas, cravo botão, funcho doce, gengibre, grapefruit, junípero, limão siciliano, patchouli dark e pimenta preta. Também recomendamos absoluto de cacau.



*I*nsetos

Cedro (Atlas e Himalaya), breu branco, citronela, copaíba (bálsamo e destilada), cravo botão, eucalipto (citriodora e staigeriana), gerânio, lavanda (Bulgária, francesa ou Kashmir), lavandin, mirra, palmarosa, patchouli dark, plai e tea tree limão.



*F*eminino

Alecrim qt. verbenona, anis estrelado, bergamota, canela casca, coentro, gerânio-Bourboun e Egito, gerânio roseum Índia e madagascar, immortelle italicum, manjerona, mirra, neroli, palmarosa, patchouli, sálvia sclarea, vetiver e ylang ylang. Também recomendamos absoluto de rosas.





Libido

Anis estrelado, cálamo, canela casca, cardamomo, coentro, gengibre, gerânio, hortelã (limão e verde), manjeriço (todos os qt.), neroli, noz moscada, patchouli dark, pimenta (preta e rosa), salsa, sálvia sclarea, sândalo amyris, ylang ylang III e completo. Também recomendamos absoluto de cacau, jasmim e rosas.

Masculino

Cardamomo, cedro (Atlas e Himalaya), cenoura, coentro, gengibre, hortelã (limão e verde), manjeriço exótico, patchouli dark, petitgrain, salsa, sândalo amyris, vetiver e ylang ylang III e completo.



Meditação

âmbar, âmbar attar, Bálsamo do Peru, benjoin, breu branco, cedro (Atlas e Himalaya), cipreste, lavanda kashmir, lírio do brejo, manjeriço santo, may chang, mirra, olíbano, palo santo, pinho da Sibéria e sândalo amyris.



Memória

Alecrim qt. cineol, hortelã pimenta e lemongrass.

Microorganismos

Ajowan, anis estrelado, bergamota LFC, cajeput, cálamo, canela (casca e folha), cedro Atlas e Himalaya, cenoura, copaíba destilada, cravo (botão e folha), espruce negro, eucalipto (citriodora, globulus e staigeriana), ho wood, lavanda (Bulgária, francesa ou Kashmir), limão siciliano, lírio do brejo, louro, mirra, palmarosa, pinheiro silvestre, pinho da Sibéria, ravensara, ravintsara, sangue de dragão, tea tree, tea tree limão e tomilho (qt. linalol e timol).



Pele

Oleosa

Alecrim qt. cineol, bergamota LFC, cedro Atlas e Himalaya, cipreste, gerânio, grapefruit, limão siciliano, may chang, olíbano, petit grain, ravensara, sálvia sclarea, sangue de dragão, tea tree, tomilho (qt. linalol e timol), turmerico, verbena Índia, ylang ylang III e completo e yuzu. .

Seca

Bálsamo do Peru, benjoim, café verde, camomila romana, copaíba bálsamo, lavanda (Bulgária, francesa ou Kashmir), sálvia sclarea, mirra, palmarosa, patchouli dark, sândalo amyris e turmerico. Absoluto de rosas.

Mista

Gerânio, laranja amarga, lavanda (Bulgária, francesa ou Kashmir).

Madura

Alecrim qt. verbenona, café verde e torrado, camomila alemã, cedro Atlas e Himalaya, cenoura, cipreste, copaíba bálsamo, gerânio, ho wood, immortelle (italicum), laranja amarga, lavanda (Bulgária, francesa ou Kashmir), mirra, neroli, olíbano, palmarosa, patchouli e sândalo amyris. Absoluto de rosas.

Respirar

Ajowan, alecrim qt. cineol, anis estrelado, breu branco, cajeput, cânfora branca, cedro Atlas, cipreste, copaíba destilada, espruce negro, eucalipto (globulus, radiata e staigeriana), ho wood, immortelle gymnocephalum, lavandin, limão siciliano, lírio do brejo, louro, olíbano, palo santo, pinheiro silvestre, pinho da Sibéria, ravensara, ravintsara, tea tree, tea tree limão, e tomilho (qt. linalol e timol).



Relaxamento

Benjoim, bergamota, breu branco, eucalipto citriodora, gerânio, gerânio roseum, immortelle italicum, ho wood, laranja doce, lavanda (Bulgária, francesa ou Kashmir), lavandin, lemongrass, manjerona, may chang, palmarosa, petitgrain, sálvia sclarea, olíbano e verbena Índia.



Sono

Laranja doce, lavanda (Bulgária, francesa ou Kashmir), lavandin, lemongrass, lima mexicana, manjerona, may chang, neroli, olíbano, petitgrain, sálvia sclarea e vetiver.



Vitalidade

Alecrim (qt. cânfora e cineol), breu branco, café torrado, canela casca, cânfora branca, cravo botão, espruce negro, eucalipto globulus, hortelã (pimenta e verde), limão siciliano, louro, may chang, menta brasileira, pinheiro silvestre, pinho da Sibéria, pimenta preta, noz moscada, ravintsara, tea tree e tomilho (qt. linalol e timol).

UMA PUBLICAÇÃO



vishwa.aroma@gmail.com

© 2018 TODOS OS DIREITOS RESERVADOS - VISHWA AROMA

APOIO EDITORIAL



AVISO LEGAL

As informações contidas nesse impresso são respaldadas por pesquisa bibliográfica e publicações científicas acerca dos efeitos dos óleos essenciais e vegetais no organismo.

Não devem substituir a avaliação médica e não tem a finalidade de recomendar tratamento.

Procure orientação médica para sintomas de doenças.

Em caso de reação adversa pare de usar o produto imediatamente e procure orientação médica.