

DESCRIZIONE

olio essenziale puro ottenuto per distillazione in corrente di vapore delle foglie fresche di Ravensara aromatica Gmel. La Ravensara aromatica è originaria del Madagascar (nella lingua autoctona i termini ravina e tsara hanno il significato di foglia benefica) ed appartiene alla famiglia delle Lauraceae. L'olio essenziale si presenta come un liquido limpido da incolore a giallo pallido che sprigiona un profumo fresco, erbaceo, leggermente speziato.

COMPOSIZIONE

pinene, sabinene, cariofillene, limonene, eugenolo, terpinolo.

PROPRIETÀ

l'olio essenziale di ravensara aromatica (da non confondere con quello di ravintsara, che ha un profumo simile alla canfora e contiene 1,8-cineolo) vanta proprietà antisettiche (antivirali, antibatteriche, antimicotiche), antinfiammatorie, espettoranti, neurotoniche e lenitive.

INDICAZIONI

può essere indicato per:

- disturbi dell'apparato respiratorio (bronchiti, influenza, sinusiti, rinofaringiti),
- varicella, herpes, enteriti,
- stanchezza fisica e mentale, astenia muscolare, insonnia.

Può anche essere utilizzato diluendolo in un olio base (olio di mandorle o olio di avocado) per effettuare massaggi atti ad alleviare tensioni e dolori muscolari e articolari, oppure per favorire la fluidificazione a livello delle secrezioni bronchiali.

ASSOCIAZIONI

buone le associazioni con eucalipto, arancio, mandarino e lavanda.

MODO D'USO

insieme all'olio essenziale di eucalipto in diffusione atmosferica, è utile contro l'influenza e le affezioni delle vie respiratorie. In caso di herpes applicare una goccia di olio puro nel punto interessato. Opportunamente diluito in un olio vegetale, può essere massaggiato su petto e schiena per il suo effetto fluidificatore bronchiale e per alleviare dolori muscolari. L'uso interno deve essere consigliato da uno specialista.

AVVERTENZE

ben tollerato a livello cutaneo (come tutte le sostanze naturali può però dare adito a sensibilizzazioni), è controindicato in gravidanza e allattamento.

