



Centro Studi Scientifici Aromi



L'Aromoteca®
di Costantino Francesco & C. S.a.s.

laromoteca@herborientis.com
www.laromoteca.com
Tel. 02 89300544
Via Cascina Venina n. 7
20057 ASSAGO (MI) IT



OLI VEGETALI, MACERATI, INFUSI E BURRI BIOLOGICI

Gli oli vegetali possono svolgere un importante ruolo nutrizionale, conoscendo le loro caratteristiche specifiche è possibile adattarli e impiegarli al meglio nell'alimentazione. Alcuni di essi però non sono edibili e, in ogni caso, il loro impiego per uso interno va ponderato con cognizione di causa. In generale rappresentano una buona fonte di acidi grassi essenziali e sono preferibili agli acidi grassi di origine animale, purché siano da prima spremitura a freddo. Un tempo rientravano più facilmente nella dieta sottoforma di semi oleosi (noci, mandorle, girasole, zucca, ecc.), ma, oggi, con il profondo mutamento dell'alimentazione, è molto alto il rischio di una loro carenza.

Gli acidi grassi insaturi, di cui gli oli vegetali sono ricchi, si dividono, a seconda della disposizione atomica dei loro componenti in quattro gruppi principali: Omega-3 (serie linolenica); omega-6 (serie linoleica); Omega-7 (serie palmitoleica); Omega-9 (serie oleica). Per l'uso cosmetico tali oli forniscono grandi benefici a tutti i tessuti corporei, potendo scegliere tra caratteristiche specifiche che li distinguono singolarmente e contando anche sulla loro alta dermocompatibilità.

Gli oleoliti sono oli nei quali sono state fatte macerare parti di piante, erbe o spezie dalle quali si vogliono prelevare determinate qualità benefiche. I componenti naturali contenuti in esse vengono rilasciati nell'olio e quindi nelle preparazioni in cui sono utilizzati. Già presenti in molti prodotti commercialmente diffusi che ne sfruttano le peculiarità, una conoscenza di base delle loro proprietà è d'aiuto per una scelta informata ed appropriata. Le loro funzioni principali sono quelle idratanti, emollienti, disinfiammanti, leviganti, nutrienti, volumizzanti, ecc.

I burri hanno poi una emollienza a lunga durata che nutre la pelle e ne aumenta l'elasticità e la morbidezza, donando alla pelle un aspetto più levigato, sodo e splendente. Utilizzati per i capelli, i burri sigillano l'umidità e ne riducono la rottura e la caduta rafforzandoli, incoraggiandone la crescita e rendendoli più forti e più sani. Insieme alle proprietà idratanti, emollienti e lenitive, i burri purificano la superficie della pelle dalle impurità e sbloccano i pori. I burri (mango, cocco, karité, avocado, etc) hanno effetto ringiovanente. I burri a livello cosmetico, quindi a contatto con la pelle, agiscono come dei veri Superfood topici nutrendola in maniera sostanziale e riducendo e/o eliminando secchezza, macchie, macchie scure, smagliature e rughe senza ostruire i pori.

Come si può intuire da questa breve introduzione, gli usi e i benefici sono davvero innumerevoli. Al pubblico vorremmo fornire la possibilità di dirigere le proprie preferenze in base alle necessità del caso. Confidiamo che questa breve guida possa orientare verso il prodotto più adatto alle vostre esigenze.

Albicocca (*Prunus armeniaca*) - Condizionatore ed emolliente per la pelle, non untuoso, ideale per pelli secche e disidratate. Applicazione e massaggio circolare sulle parti da trattare.

Alfalfa (*Medicago sativa*) - Utilizzato per ridurre forti rossori causati da scottature solari. Ricco di carotene e luteina. Applicazione cutanea delicata.

Alloro Alessandino (*Calophyllum inophyllum*) - Impiegato per la preparazione di pregiati saponi. Aggiunto a creme basi, ha una funzione rigenerante sulla pelle. È inoltre utile per il trattamento dei capelli grassi.

Aloe Vera (oleolito) (*Aloe vera*) - Ricco di enzimi, vitamine e minerali utili a riattivare le funzioni dell'epidermide ed il suo equilibrio fisiologico. Ha proprietà emollienti e restitutive per pelli mature. Molto indicato per il contorno occhi e viso per pelli secche e disidratate. Ottimo umettante.

Amaranto (*Amaranthus caudatus*) - Naturalmente ricco di squalene, costituente del sebo protettivo dell'epidermide, le dona morbidezza. Per uso interno: è apprezzato l'alto contenuto di antiossidanti e vitamine liposolubili.

Anacardi (*Anacardium occidentale*) - Ricco di proteine, può essere usato su qualsiasi tipo di pelle che abbia bisogno di essere nutrita. Applicazione cutanea e massaggio circolare.

Arachide (*Arachis hypogaea*) - Tradizionalmente usato come alimento ma anche come olio dopo sole. Sostanzioso e altamente protettivo contro gli agenti esterni. Frizionare sino ad assorbimento completo.

Argan (*Argania spinosa*) - Anticamente quest'olio rinomato veniva utilizzato in Marocco dalle donne che desideravano protezione e morbidezza della pelle e dei capelli.

Arnica (oleolito) (*Arnica montana*) - Ha valide ed oramai accertate proprietà antinfiammatorie e analgesiche sui traumi del sistema muscolare, circolatorio e dell'apparato osteoarticolare, purché non siano presenti ferite aperte.

Artemisia (*Artemisia*) - Quest'olio deriva dalla stessa famiglia dell'assenzio. Usato in particolare per pulire le impurità o le secchezze della pelle, anche in caso di desquamazioni. Applicazione sulla/e parte/i.

Avena (*Avena sativa*) - L'olio di Avena, ricco in betaglucano, tocoferoli e fitosteroli, crea una barriera protettiva sulla pelle per un'attività antiossidante e antinfiammatoria. È raccomandato per la pelle sensibile, irritabile, secca e devitalizzata. Si assorbe rapidamente e per la sua elevata dermocompatibilità è ideale per i bambini.

Avocado (*Persea gratissima*) - Olio leggero e particolarmente pungente. Molto nutritivo per la cute. Si assorbe assai velocemente. Massaggiare in senso orario fino a totale assorbimento. Ha un'azione addolcente, protettiva e normalizzante. Per uso alimentare: è molto simile, nella sua composizione, all'olio di oliva. È molto energetico, rivitalizzante ed è un buon protettore cardiovascolare.

Babassu (*Orbignya oleifera*) - Proveniente dalla foresta pluviale brasiliana, utilizzato per rendere la pelle soffice e vellutata. Probabilmente uno degli oli/burri più eudermici in commercio. Applicare e massaggiare in senso orario fino a totale assorbimento.

Babbagigi (*Cyperus esculentus*) - Viene indicato soprattutto come olio post depilazione, protettivo e nutriente, adatto alla prevenzione di rossori e follicoliti. Utilizzato ogni giorno, promette di ridurre gradualmente la crescita dei peli. È famoso anche per le sue proprietà lucidanti e volumizzanti sui capelli.

Baobab (*Adansonia digitata*) - Un albero africano avvolto nel mistero, nella leggenda e nel significato religioso. I frutti producono un delizioso olio ricco di sostanze idratanti, calmanti e lenitive contro le scottature. Per uso interno: aiuta a riequilibrare l'intestino ed a contrastare i disturbi connessi. Rafforza le difese immunitarie.

Borragine (*Borrigo officinalis*) - Pianta ricca di GLA. Eccellente per le pelli secche. Alte proprietà emollienti. Applicare quantità piccole sulle parti da trattare direttamente e massaggiare lentamente sino a totale assorbimento. Per uso interno: aiuta a tenere pulite le vene e le arterie.

Broccolo (*Brassica oleracea*) - Altro effetto condizionante sui capelli: facilita lo scioglimento dei nodi, donando dolcezza e brillantezza; riduce l'effetto statico dovuto all'asciugatura; mantiene l'idratazione del capello e lo nutre senza appesantirlo. NO USO INTERNO.

Borragine Selvatica (*Trichodesma zeylanicum*) - Questa pianta non è molto diversa dalla Borragine (*Borrigo officinalis*) in quanto proviene dalla stessa famiglia. Originaria della Tanzania, la Borragine Selvatica è usata per le sue proprietà emollienti e calmanti. Può essere trovata anche in Pakistan, dove è utilizzata per gli stessi scopi terapeutici.

Burro Avocado (*Persea gratissima*) - Famoso per contenere una complessa miscela di vitamine A ed E e altri ingredienti attivi che sollecitano l'elasticità della pelle ed il benessere cutaneo.

Burro Bassia (*Bassia latifolia*) - Burro africano, usato dai nativi per i trattamenti di pelli secche, specialmente per le pelli delicate dei bambini. Applicare una piccola quantità e massaggiare lentamente sino a assorbimento totale.

Burro di Cacao (*Theobroma cacao*) - Tradizionale rimedio africano contro le pelli secche, ideale per tutti i tipi di pelli delicate. Dal caratteristico odore dolciastro si applica sulla pelle e si massaggia sino a totale assorbimento. Uso interno: ingrediente base per molti dolci.

Burro di Karité (*Butyrospermum parkii*) - Il burro di Karité è un prodotto originario dell'Africa centrale assai ricco di proprietà nutritive. È utilizzato per la protezione e la cura della pelle screpolata, disidratata e secca.

Burro di Mango (*Mangifera indica*) - Contiene acido isostearico che lo rende ideale per la cura dei capelli danneggiati, crespi e sfibrati. Applicato sui capelli anche in piccole quantità, crea una barriera protettiva, rende i capelli lucidi e previene le doppie punte. Sulla pelle ne inibisce l'invecchiamento e protegge dall'azione dei raggi solari.

Burro di Shorea (*Shorea stenoptera*) - Un esotico burro proveniente dalla foresta pluviale del Borneo. Questo ricco burro è saturo di acidi grassi naturali e trigliceridi in grado di proteggere molto bene pelle. Una favolosa alternativa al burro di Cacao al quale assomiglia moltissimo. Applicare sulla zona e massaggiare fino a totale assorbimento.

Caffè (*Coffea arabica*) - Utilizzato per migliorare l'aroma dei cosmetici in modo naturale. Comunemente usato per oli da massaggio e balsami, in particolar modo per la cura dei capelli e per la prevenzione dei danni da raggi UVA, UVB e UVC. Applicare sia prima dell'esposizione che successivamente.

Calendula (oleolito) (*Calendula officinalis*) - Utile in tutti quei casi in cui la pelle risulta essere arrossata, irritata o screpolata. Lenisce e protegge le pelli sensibili e irritabili del neonato e del bambino o le pelli estremamente vulnerabili. Applicare dolcemente e massaggiare sino a totale assorbimento.

Camelia (*Camellia sinensis*) - Aiuta a ridurre i comuni anestetismi della pelle e in particolare le macchie cutanee. Per ridurre la presenza di segni persistenti, si consiglia di miscelare l'olio con del succo di limone per esplicare una più celere azione schiarente.

Camelina (*Camelina sativa*) - È ideale per il trattamento della pelle sensibile, molto secca e/o problematica. Olio ricco in antiossidanti (come il tocoferolo), caratteristica che lo rende estremamente resistente all'ossidazione e all'irrancimento.

Canapa (*Cannabis sativa*) - La qualità fondamentale di quest'olio è la ricca presenza di acidi grassi essenziali polinsaturi, Omega 6 ed Omega 3 in rapporto ottimale fra loro! Contiene quantità importanti di vitamina E e A (antiossidanti

naturali). Utilizzato anche per la protezione della pelle. Applicare sulle parti e massaggiare sino a totale assorbimento. L'olio di canapa viene usato da tempo anche nell'industria alimentare proprio per le sue eccellenti qualità nutrizionistiche, dovute anche alla grande percentuale di OMEGA3.

Cardo mariano (*Silybum marianum*) - Un ottimo integratore alimentare! Questo olio è ricco di silimarina, un potente antiossidante e rigenerante delle cellule epatiche. Se ne sconsiglia l'assunzione in caso di calcolosi alla colecisti.

Carota (oleolito) (*Daucus carota sativa*) - Fonte di beta-carotene e provitamina A. Nutriente per la pelle, spesso usato nei trattamenti solari. Applicare sul corpo e lasciare agire massaggiando in senso circolare per alcuni secondi. Poi smettere e lasciare agire.

Cartamo (*Carthamus Tinctorius*) - Usato soprattutto nell'industria alimentare, questo olio è ricco di acido linoleico. Usato come ricostituente nelle creme e nelle lozioni per la pelle. Non facile da reperire per la poca produzione.

Chaulmoogra (*Taraktogenos kurzii*) - Olio nativo della Cina, diventato poi un rimedio indiano per i problemi della pelle, in particolare per quella secca. Applicare e massaggiare.

Chia (*Salvia hispanica*) - Contiene in abbondanza acidi linoleici che aiutano a proteggere e rilassare le pelli secche. Applicare e lasciare agire senza massaggiare. Ricco di vitamine C, A, B6, B12, calcio, minerali vari e OMEGA3.

Ciliegia (*Prunus avium*) - Olio ricco di acidi grassi; protegge le pelli sensibili e lisce. Occorre massaggiare poco olio e lasciare agire.

Cedro (*Cedrus atlantica*) - Armonizzante, aiuta a riequilibrare il primo chakra. Sui capelli ha proprietà anticaduta, ottimo rimedio per chi soffre di alopecia.

Cocco (*Cocos nucifera*) - Originario dei tropici, il tradizionale e famoso olio viene specialmente utilizzato per la protezione della pelle. Olio molto corposo con azione intensiva e immediata. Applicare e massaggiare sino al massimo assorbimento possibile. L'olio viene molto usato in cucina per la preparazione di dolci o piatti particolari.

Colza (*Brassica napus oleifera*) - La composizione acidica dell'olio di colza è simile a quella dell'olio di oliva; utilizzato in cucina per frittture leggere è ricco di acido oleico, ma anche - caratteristica piuttosto rara tra gli oli vegetali - di acido alfa-linolenico.

Cotone (*Gossypium*) - L'olio di semi di cotone, dopo la raffinazione, ha un gusto delicato ed appare generalmente trasparente con un colore giallo dorato chiaro. Usato in cucina, ha effetti cardioprotettivi. In cosmesi si applica sulla pelle per renderla morbida, setosa e nutrendola in profondità. Per uso interno: si usa sopra insalate e contorni. Ha effetti cardioprotettivi.

Crusca di Riso (*Oryza sativa*) - Olio idratante, ricco di gamma-orizanolo: miscela di sostanze presenti nell'olio di crusca di riso. Usato per la composizione di creme e anche nell'alimentazione di soggetti con intolleranze perché più facilmente assimilabile.

Cumino Nero (*Nigella sativa*) - Olio idratante, rigenera la cute, eudermico, riattiva le funzionalità tissutali. Ottimo come alimento, rinfrescante, aiuta le funzionalità epatiche e digestive. Applicare poco olio sulle parti del corpo desiderate e massaggiare lentamente. Per uso interno: l'olio può essere assunto una o due volte al giorno nella misura di un cucchiaino da tè prima dei pasti principali. Si può assumere anche per periodi medio-lunghi.

Fico d'India (*Ficus opuntia*) - Si distingue come un efficace naturale antirughe e antiinvecchiamento per il suo potere antiossidante molto elevato e ricchezza in vitamina E. Si può applicare anche su capelli sfibrati e unghie fragili.

Frutti della Passione (*Passiflora edulis*) - Quest'olio ricco di acido linoleico e di Omega 6, svolge un'azione di tipo idratante e nutriente sul tessuto cutaneo, aumentando la morbidezza della pelle e restituendole il suo naturale aspetto. Applicare sulla cute e massaggiare molto lentamente sino a totale assorbimento.

Germe di Grano (*Triticum vulgare*) - L'uso regolare di questo olio è considerato utile per migliorare la circolazione sanguigna e curare i disturbi della pelle come la psoriasi e l'eczema. Grazie alle sue proprietà antiossidanti ed elasticizzanti, è particolarmente adatto per pelli secche, mature e sensibili e considerato utile per proteggere da scottature solari. Adatto anche per essere usato nella creazione di saponi a base di oli naturali.

Germe di Mais (*Zea mays*) - Ricco di tocoferoli, fenoli (antiossidanti naturali) e ferro. Consigliato l'utilizzo a crudo per condire piatti freddi, insalate e verdure.

Girasole (*Helianthus annuus*) - In cucina è utilizzato per friggere o a crudo per condire insalate o piatti a base di verdure, per preparazione di sughetti e salse (maionese) e anche per preparare verdure miste sott'olio. È un buon alleato della salute per l'ampia composizione di vitamine, minerali e sostanze benefiche di cui è composto. Un semplice risciacquo con olio di girasole quando le mucose della bocca sono infiammate o le gengive arrossate, e le sue proprietà rinfrescanti e lenitive aiuteranno a ripristinare la salute dei tessuti coinvolti. Applicato direttamente sulla pelle come detergente è capace di mantenere lontani i batteri dai pori della pelle prevenendo l'acne.

Goji (*Lycium barbarum*) - Capacità antiossidanti e nutritive epidermiche. Apportatore vitaminico. Applicare poco olio sulle parti desiderate e frizionare sino a totale assorbimento. Per uso interno: è un ottimo apportatore di vitamine, sali minerali e aminoacidi. Un alimento sicuramente molto completo.

- Iperico (oleolito)** (*Hypericum perforatum*) - Olio che prende il suo colore rossastro grazie all'ipericina contenuta nella pianta. È uno dei rimedi più utilizzati per pelli danneggiate, ferite e per altri problemi comuni cutanei. Applicare e lasciare agire anche più volte al giorno.
- Karanja** (*Pongamia pinnata*) - È stato usato come olio da lampada, nella fabbricazione dei saponi e come lubrificante per migliaia di anni. La sua tossicità, così come il suo colore, il gusto amaro, e odore sgradevole, impediscono che venga usato in cucina, ma può essere usato come un naturale insetticida.
- Kiwi** (*Actinidia chinensis*) - Scoperto in Nuova Zelanda, viene utilizzato da subito con successo nella preparazione di vari cosmetici. Esso è anche ottimo protettore della pelle applicando l'olio e frizionandolo sino a totale assorbimento. Per uso interno: ricchissimo di vitamine C ed E, ed aiuta a prevenire la stitichezza e problemi digestivi.
- Jatropha Mahafalensis** (*Jatropha curcas*) - Per la presenza di sostanze tossiche ed irritanti, l'olio di jatropha non è commestibile. Tuttavia viene impiegato per la creazione di saponi e, applicato direttamente sulla pelle, ha funzione idratante.
- Jjoba** (*Simmondsia chinensis*) - Dal punto di vista alimentare, l'olio di jjoba non è tossico, ma è assolutamente non digeribile e spiacevolmente lassativo. Assorbito velocemente nella pelle, non unge e non appesantisce, ma lascia una sensazione setosa e morbida.
- Lampone** (*Rubus idaeus*) - L'olio di semi di Lampone schiarisce le macchie sulla pelle, ha proprietà vaso-costrittrici, antinfiammatorie, antiossidanti, cicatrizzanti ed emollienti. Dal tipico aroma fruttato.
- Limone** (*Citrus lemon*) - L'olio di semi di limone, non comune, ha impieghi come antibatterico e va applicato in piccole quantità sulle zone da trattare.
- Lino** (*Linum usitatissimum*) - Caratterizzato da un sapore simile al frutto della noce, leggermente amarognolo. L'olio di lino è il più ricco in acido linolenico, vitamina E e lecitina. Per questo motivo è considerato un potente antiossidante. Viene tradizionalmente impiegato per migliorare la pelle secca e i capelli sfibrati. Per uso interno: limita l'eccesso di colesterolo e trigliceridi.
- Macadamia** (*Macadamia ternifolia*) - Questo olio emolliente hawaiano è conosciuto per avere proprietà analoghe a quelle del sebo umano. Pertanto l'azione più completa si ottiene applicandolo sulla cute e massaggiando. È un olio veicolante, tra i migliori come velocità e profondità di assorbimento.
- Mandorla dolce** (*Prunus amygdalus dulcis*) - Olio emolliente, nutriente ed elasticizzante, ricco di acidi grassi che consentono di idratare pelli secche e irritate. Applicare e massaggiare sino a totale assorbimento in qualsiasi parte del corpo e più volte durante la giornata. È fra gli oli più conosciuti per massaggi ed anche per uso alimentare.
- Mango** (*Mangifera indica*) - Quest'olio, proveniente dall'India, è un ottimo emolliente. Spesso viene sostituito al burro di cacao. Applicare e massaggiare sino a totale assorbimento un cucchiaino da tè prima dei pasti principali.
- Marulara** (*Sclerocarya birrea*) - L'olio proveniente dai frutti di quest'albero, molto rispettato dalle popolazioni indigene Boscimane, è estratto per essere utilizzato come favoloso olio da massaggio, e antiage ma anche come coadiuvante per la guarigione di ferite e di ustioni. Usato per la cura dei capelli, va applicato e frizionato sia sulla cute che sul cuoio capelluto, per poi lavarsi con shampoo delicati.
- Melograno** (*Punica granatum*) - Ha un effetto antirughe grazie all'elevato contenuto di antiossidanti naturali che agiscono contro i radicali liberi, ritardando i segni dell'invecchiamento cutaneo. È uno degli oli più efficaci per il trattamento di pelli mature, screpolate o stressate da agenti esterni in quanto le rivalutizza e le nutre in profondità. Usato per la cura dei capelli, va applicato e frizionato sia sulla cute che sul cuoio capelluto, per poi lavarsi con shampoo delicati.
- Melone** (*Cucumis melo*) - Conosciuto già dagli antichi Egizi, quest'olio viene utilizzato per curare la pelle mantenendola pulita e splendente. Valido per la cura dei piedi, li ammorbidisce senza ungere. Applicare e lasciare agire.
- Miglio** (*Panicum miliaceum*) - Da frizionare sulla testa una volta al dì per avere capelli lucidi e folti. Previene e rallenta le calvizie. Utilizzato in moltissimi prodotti tricologici per la sua appurata efficacia, anche per essere usato nella creazione di saponi a base di oli naturali.
- Mirtillo rosso** (*Vaccinium vitisidaea*) - È un olio prezioso e benefico sia nella cosmesi che nel settore alimentare. Ha la particolarità di avere una composizione molto equilibrata di acidi grassi essenziali, abbinata ad una eccezionale quantità di insaponificabili. Questa miscela facilita l'assorbimento degli acidi essenziali nella pelle per nutrirla, aiutando a mantenere la giusta quantità di acqua in essa. Quindi è idratante, lubrificante, anti-age, antiossidante e antinfiammatorio. Rinforza la barriera cutanea e la ripara, rigenerando e tonificando la pelle.
- Moringa Thouarsii** (*Moringa oleifera*) - La moringa oleifera, chiamata anche "Albero miracoloso", è una pianta originaria del subcontinente indiano. Per uso alimentare è un potentissimo nutriente, da usare crudo o per friggere i cibi. Analogamente, sulla pelle, le dona sostanza e pienezza, per ottenere un aspetto luminoso.
- Neem** (*Melia azadirachta*) - Olio molto aromatico, corposo e "robusto". In India, e ora in tutto il mondo, è uno dei più rispettati per il trattamento contro vari problemi della pelle, per le sue qualità disinfettanti e antibatteriche. Usato anche su piante e animali come antifungino. Occorre applicare e massaggiare sino a totale assorbimento, eventualmente addizionato ad altri oli benefici. Non adatto all'uso interno. Per uso agricolo: è un potente antiparassitario, ma non va mai usato puro. Ha una forte azione insettopellente.

Noce (*Juglans regia*) - Probabilmente originario della Persia, l'olio di noce è famoso per la sua efficacia su pelli secche e danneggiate. Da applicare e lasciare agire anche più volte durante la giornata. Inoltre l'olio di noce è diventato un best-seller per alcuni piatti di alto spessore culinario. Molto ricercato dagli chef.

Noci brasiliane (*Bertholletia excelsa*) - Olio ricco di proteine e vitamine A ed E. Questo prezioso dono della foresta pluviale del Sud America viene dai frutti di alberi che possono vivere per mille anni. Le noci brasiliane producono un olio ricco di sostanze emollienti. L'olio può essere applicato in piccole quantità e massaggiato lentamente fino al totale assorbimento. Il frutto delle noci brasiliane è altamente nutriente e usato nel Raw-Food (Cibi crudi). Naturale insetticida.

Noci kukui (*Aleurites moluccana*) - Noci che prendono il nome dall'omonimo albero hawaiano, l'olio estratto da questi frutti è ideale per pelli delicate e secche, anche dei più piccoli. Applicare sempre poco olio e massaggiare per agevolare l'assimilazione.

Nocciola (*Corylus americana*) - Quest'olio ha ottimi e lunghi effetti idratanti, viene usato in cosmesi naturale per l'azione purificante che svolge sulla pelle grassa. Applicare e massaggiare sino ad assorbimento, solo sulle parti necessitanti. Utilizzato anche a scopi alimentari, per le potenti proprietà antiossidanti ma anche per fare piatti di altissimo valore gastronomico.

Noni (*Morinda citrifolia*) - L'olio dei semi di questo frutto, rinomato per il suo succo, ha proprietà antinfiammatorie e anti-acne, secondo recenti ricerche scientifiche. Va applicato localmente sulla cute interessata dal problema e veicolato con un massaggio delicato.

Oenothera (*Oenothera biennis*) - L'uso interno è particolarmente indicato per dare sollievo nelle patologie ginecologiche come la sindrome premestruale. Sulla cute, applicato con un lieve massaggio, allevia fastidi e pruriti dovuti a psoriasi ed eczemi.

Oliva (*Olea europaea*) - Viene menzionato già nella Bibbia e fu scoperto dai Greci e dai Fenici, che lo introdussero per primi in Spagna. Olio leggendario per scopi alimentari e per trattamenti della pelle. L'applicazione e l'uso sono ormai ampiamente conosciuti. L'azione cosmetica di questo olio, in particolare, dipende molto dal grado di acidità del prodotto stesso.

Olivello Spinoso (*Hippophae rhamnoides*) - La qualità fondamentale di quest'olio è la ricca presenza di acidi grassi essenziali polinsaturi. Omega 6 Omega 3, in rapporto ottimale fra loro! Contiene quantità importanti di vitamina E e A (importanti antiossidanti naturali). Usato molto in cosmetici per l'infanzia per la sua potenziale azione lenitiva ed idratante. Utilizzato anche nell'industria alimentare specificatamente nella "Raw-Food Industry" cioè tra i cibi crudi contemplati dai crudisti e per eliminare colesterolo e trigliceridi mediante il suo uso interno.

Onagra (Oenothera) (*Oenothera biennis*) - Un esotico burro proveniente dalla foresta pluviale del Borneo. Questo ricco burro è saturo di acidi grassi naturali e trigliceridi in grado di proteggere la pelle. Una favolosa alternativa al burro di Cacao al quale assomiglia moltissimo. Applicare sulla zona e massaggiare fino a totale assorbimento.

Orchidea (oleolito) (*Vanilla planifolia*) - Conosciute ed apprezzate per la grande bellezza, le orchidee forniscono anche un estratto dalle proprietà nutritive e tonificanti per l'epidermide. Olio molto delicato, poco prodotto e molto costoso. L'applicazione è prettamente diretta al viso nella misura di poche gocce frizionate sulla pelle.

Palma Rossa (*Elaeis guineensis*) - L'olio di palma rosso deriva dal frutto dell'albero di palma e contiene in larga parte acido palmitico e oleico. Ricco di carotenoidi come beta-carotene e licopene è utile per la prevenzione delle malattie cardiocircolatorie e per agevolare l'attività epatica. Per uso esterno: reidrata la pelle e, se applicato sui capelli, lasciando in posa per 10 minuti prima di lavarli con shampoo delicati, li nutre e li ammorbidisce.

Papavero (*Papaver setigerum*) - L'olio di semi di papavero ha un piacevolissimo gusto di nocciola e dal punto di vista organolettico è molto pregiato e vanta le stesse caratteristiche chimiche dell'olio di lino o di mandorle dolci. Ad uso topico: tamponare le zone interessate per il trattamento delle ulcerazioni e delle infiammazioni della pelle e spalmarlo, invece, per la pulizia e l'idratazione della stessa. Usato per la cura dei capelli, va applicato e frizionato sia sulla cute che sul cuoio capelluto, lavando poi i capelli con shampoo delicati.

Perilla (*Perilla ocymoides*) - Proveniente dalla Cina, quest'olio è ricco di OMEGA3. Famoso per la funzione antisettica e detergente che svolge. Applicare sulle parti necessitanti del corpo e frizionare sino a totale assorbimento. Olio usato anche come condimento nell'industria alimentare per le sue proprietà salutistiche.

Pesca (*Prunus persica*) - Ottimo emolliente non grasso, ideale per la pelle secca e disidratata. Sostituto dell'olio d'Albicocca sebbene ve ne sia una minore produzione. Estremamente versatile e facile da usare: occorre semplicemente applicare e lasciare agire con un massaggio circolare iniziale.

Pinoli (*Pinus pinea*) - Prelibatezza del mediterraneo, questi semi sono anche conosciuti come "pinocchi", e il loro olio è un noto tonificante.

Pistacchio (*Pistacia vera*) - Olio sostanzioso e assai protettivo verso gli agenti esterni che irritano la pelle. È molto simile, nella sua formulazione chimica, all'olio di arachide. Applicato e massaggiato sino a totale assorbimento, aiuta a mantenere la giusta quantità di acqua. Quindi è idratante, lubrificante, anti-age, antiossidante e antinfiammatorio. Rinforza la barriera cutanea e la ripara, rigenerando e tonificando.

- Pratolina (oleolito)** (*Bellis perennis*) - Applicato e massaggiato su parti del corpo come addome e seno, li rassoda e tonifica. Cura la pelle arrossata e irritata mentre decongiona il contorno occhi.
- Prugne Selvatiche** (*Prunus spinosa*) - "Riscalda" e nutre la pelle con una consistenza leggera e di facile assorbimento. Occorre applicare e massaggiare sino a totale assorbimento, eventualmente addizionarlo ad altri oli benefici. Non è consigliato l'uso interno.
- Ribes** (*Ribes nigrum*) - Olio ricco di GLA, ottimo sostituto dell'olio di semi di Borragine e dell'olio di Primula. Non facile da reperire. Occorre applicare e massaggiare in senso orario fino a totale assorbimento.
- Ricino** (*Ricinus communis*) - Quest'olio, molto vischioso, ha notevoli proprietà lubrificanti e purificanti in profondità, tradizionalmente riconosciute. Utilizzato anche per la cura dei capelli e delle sopracciglia. Per uso interno: ha funzione lassativa, ma occorre venga consigliato dal proprio medico.
- Rosa Canina** (*Rosa canina*) - L'olio di rosa canina viene chiamato "Fonte della giovinezza". È degno di nota per i suoi benefici sulla pelle danneggiata e stressata. Applicare piccole quantità di olio e lasciarlo agire.
- Rosa Mosqueta** (*Rosa rubiginosa*) - La sostanza più interessante contenuta nell'olio di rosa mosqueta è il retinolo, che gli conferisce le sue straordinarie proprietà rigeneranti. Se utilizzato con costanza, almeno due volte al giorno per un minimo di tre settimane, migliora l'aspetto sia delle cicatrici recenti che di quelle datate. Ottimi gli effetti anche su smagliature e lesioni dell'acne. Applicare sulle parti da trattare e massaggiare dolcemente.
- Sacha inchi** (*Plukenetia volubilis*) - Pianta originaria della zona peruviana della foresta amazzonica. Già gli antichi inca estraevano dai suoi semi un prezioso olio che utilizzavano per integrare la loro alimentazione. Infatti i principi in esso contenuti servono a nutrire le cellule e i tessuti nervosi. Per uso esterno, aumenta le difese della pelle, la idrata e la fortifica. Distribuire uniformemente sull'epidermide e veicolarlo con un lieve massaggio.
- Sambuco** (*Sambucus nigra*) - Olio dalle proprietà idratanti e protettive della cute e dei capelli. Da massaggiare e lasciare agire fino a completo assorbimento. Per uso interno: può essere miscelato con altri oli per arricchirli con effetti antinfiammatori e decongionanti.
- Sesamo** (*Sesamum indicum*) - L'olio di sesamo, estratto dai semi della pianta, è ricco di acido oleico e di acido linoleico e di numerosi minerali come fosforo e calcio. Molto usato in Oriente nei massaggi corporei, per la sua praticità e per il suo caratteristico odore. In cucina è un ottimo sostituto dell'olio d'oliva.
- Soia** (*Glycine soja*) - Uno straordinario olio, ricco di gamma orizanolico e di acidi grassi polinsaturi. Usato soprattutto per formulare cosmetici e per l'uso di preparazioni alimentari o condimenti.
- Vinacciolo** (*Vitis vinifera*) - Usato soprattutto nell'industria alimentare, quest'olio è ricco di acido linoleico. In cucina la sua leggerezza e il suo sapore "neutro" gli danno grande versatilità d'uso. Usato come ricostituente della cute, nelle creme e nelle lozioni, ma anche negli oli da massaggio.
- Zafferano (oleolito)** (*Crocus sativus*) - Per il solo uso alimentare, profuma e condisce i cibi con il tradizionale aroma.
- Zucca** (*Cucurbita pepo*) - Olio con alto contenuto di sterolo e vitamina E, che lo rendono ideale per i suoi scopi benefici. Usato ora anche per la preparazione di diversi piatti molto gustosi. Per l'applicazione corporea: occorre applicare sulla pelle e frizionare fino a totale assorbimento 10 minuti prima di lavarli con shampoo delicati. Questo olio li nutre e li ammorbidisce.

IMPORTANTE! Molti altri oli sono procurabili in circa 14 gg. lavorativi se presenti nei magazzini e salvo problemi inerenti alle compagnie aeree o doganali: a) su ordinazione; b) con quantitativo non inferiore a 500 ml per olio.

E questi sono: **abelmosco, acacia, acai, aglio oleolito, alloro, amarena, amla, andiroba, anguria, anice, annatto, aronia, artemisia, avocado burro, babchi, bacuri, bardana oleolito, basilico, buriti, cacay, caffè verde, caffè tostato, camemoro, campomanesia, cannella oleolito, canola, cardamomo, cetriolo, chiodi di garofano oleolito, cipolla, clementina, coriandolo, crambe abissinica, cumino, cupuacu, dattero del deserto, echium, empetro nero, fico, fragola, graviola, guanabano, guava, ibisco oleolito, illipè, kakadu, lentisco, limetta, luffa cilindrica, maca, mafura, mauha, mangostan, manketti, meadowfoam, mela, melanzana, mirtillo nero, mogano natal, monoi, ngali noce, noce chirauli, noce della regina, origano, papaya, pecan, pequi, pera, pesca, pino siberiano, pracaxi, prezzemolo, quercia, quinoa, rafano, reishi, rosa rubiginosa, rucola, salvia oleolito, sapote, shikonin, sinfito, sisymbro, sorba selvatica, spinaci, tamarindo, timo oleolito, tucuma, tung, unguahui, uva ursina, vaniglia oleolito, ximenia, yangu, zenzero oleolito, zigolo dolce, zucca amara.**

ATTENZIONE - Caro Cliente, il mondo ha bisogno della nostra mano per diventare sempre più green (pulito). Abbiamo bisogno di pulire e tener pulito il nostro pianeta, il quale respira, esattamente come noi e ha bisogno di avere il nostro aiuto perché ci aiuti! Perciò ti chiediamo di eliminare, una volta terminata l'uso, tutti gli involucri e gli imballi nelle loro corrette destinazioni finali, come da normative specifiche europee in vigore dal 1° gennaio 2022.

RACCOLTA DIFFERENZIATA: VERIFICARE LE DISPOSIZIONI DI SMALTIMENTO DEL PROPRIO COMUNE



PAP 81

