

2/15

POSTE ITALIANE S.p.A.
spedizione in abbonamento
postale D.L. 353/2003
(conv. in 230/2004 e 471
art. 1, comma 1,
DCB Milano
ISSN 2281-4108

Estetica

beauty
wellness
spa

MODERNA

formazione e informazione per gli operatori del benessere



INCHIESTA

*Soluzioni di benessere
per i più piccoli*

L'ETICHETTA

Crema per pelli mature

MAKE-UP

Il trucco per la pelle giovane

MASSAGGIO

Massaggio thailandese



OLI ESSENZIALI

QUANDO PASSEGGIAMO IN UN CAMPO, QUANDO CAMMINIAMO PER STRADA O QUANDO SIAMO DENTRO CASA, IL NOSTRO OLFATTO RILEVA COSTANTEMENTE DELLE NOTE PROFUMATE: ALCUNE CI SEMBRANO NUOVE, ALTRE FANNO PARTE DELLA NOSTRA MEMORIA E NON APPENA LE SENTIAMO, CI RICORDANO MOMENTI DELLA NOSTRA VITA

Queste sostanze odorose si chiamano "oli essenziali", e sono sostanze volatili complesse contenute all'interno delle piante, con lo scopo principale di difenderle dagli insetti e da condizioni ambientali difficili, permettendone la crescita, lo sviluppo e l'adattamento all'ambiente circostante.

Sono costituiti da una moltitudine di composti con struttura chimica differente. Ogni olio essenziale ha, infatti, la sua composizione specifica e può essere formato sia da pochi elementi che da più di 100 sostanze, che ne determinano l'odore caratteristico, tra cui i terpeni, le aldeidi, i chetoni, gli alcoli, gli esteri, gli ossidi e le molecole solforate e azotate.

Sono estratti con metodiche differenti a seconda della parte della pianta che deve essere trattata. L'estrazione è uno degli eventi più importanti perché è uno dei primi fattori che influisce sulla qualità degli oli essenziali; infatti, procedure di estrazione inappropriate possono inficiare la loro qualità.

I metodi di estrazione più utilizzati sono tre:
1 l'estrazione per spremitura: è utilizzata solo per alcuni oli essenziali, come quelli estratti dagli agrumi, per i quali si effettua una spremitura vera e propria della buccia e del frutto, e dal succo ottenuto verrà poi separato l'olio essenziale;

2 l'estrazione con solventi: prevede





Chimico
farmaceutico,
Specialista in
cosmetologia

l'impiego di un grasso, che può essere solido oppure liquido, e che va lasciato in contatto con la parte da estrarre per un certo periodo; quando il grasso sarà saturo di essenza, si tratta la massa e si isola l'olio essenziale;

■ l'estrazione con distillazione: prevede l'impiego di un distillatore e di acqua; può essere eseguita a fuoco diretto, in corrente di vapore o a pressione ridotta; con tutte e tre le tecniche, la parte da trattare viene investita dal vapore il quale condenserà in un'apposita cisterna, nella quale sarà raccolto l'olio essenziale.

Uso degli oli essenziali

Gli oli essenziali sono stati utilizzati sin dai tempi antichi: indicazioni risalenti al 4500 a.C. ci suggeriscono che queste sostanze erano utilizzate per la profumazione, per l'aromaterapia, per la cucina e per il trattamento di alcune patologie.

Il campo di applicazione degli oli essenziali si chiama aromaterapia, un'antica medicina, che deriva dal termine francese "aromathérapie" che le fu attribuito da Gattefossé, padre della moderna aromaterapia, il quale studiò le proprietà dell'olio essenziale di lavanda in medicina. Esistono essenzialmente tre modi di utilizzare gli oli essenziali: inalazione, assunzione orale e applicazione cutanea. In quest'ultimo caso gli oli essenziali trovano un vasto impiego e sono usati con lo scopo di curare alcuni inestetismi. I problemi della pelle, infatti, rappresentano spesso la manifestazione superficiale di uno stato patologico più profondo. In questo campo, la versatilità degli oli essenziali è particolarmente valida, perché sono in grado di combattere tali disturbi su molteplici piani. Gli oli essenziali funzionano tramite un'azione farmacologica, dovuta alla penetrazione attraverso la cute dei suoi componenti, combinata a una psicologica, generata

dalle sensazioni olfattive provocate dalle sostanze profumate.

Se usati nel modo sbagliato possono risultare tossici e dare luogo a effetti collaterali indesiderati; per questo, prima di utilizzarli, è sempre importante accertarsi che la cliente non soffra di allergie o abbia una pelle particolarmente sensibile.

Nella maggioranza dei casi gli oli essenziali non si applicano puri direttamente sulla pelle, in quanto potrebbero essere irritanti, ma devono sempre essere diluiti in un olio o in una crema base prima di essere applicati. In genere la quantità ottimale di olio essenziale oscilla tra 1-3% a seconda che si utilizzi sulla pelle del volto o su quella del corpo; possono essere usati anche in associazione, ad esempio 3 o 4 oli, in quanto alcuni di essi uniti in miscela producono un effetto di reciproco potenziamento, ovvero l'effetto della miscela sarà superiore a quello degli oli presi singolarmente.

PROPRIETÀ DEI PRINCIPALI OLI ESSENZIALI

■ ARANCIO AMARO (*Citrus aurantium*)

L'olio essenziale si ottiene per spremitura della buccia del frutto.

Il campo di applicazione di questo ingrediente è molto vasto e può essere utilizzato per il trattamento degli inestetismi della cellulite e dell'adiposità localizzata, per il trattamento delle pelli grasse grazie alla sua azione dermopurificante, della pelle rilassata e rugosa perché facilita il ricambio cellulare e rassoda i tessuti, nonché di eczemi e dermatosi. Fotosensibilizzante: da evitare prima dell'esposizione al sole o alle lampade abbronzanti.

■ ARANCIO DOLCE (*Citrus sinensis*)

L'olio essenziale si ottiene per spremitura della buccia del frutto.

Questa sostanza può essere usata per



il trattamento degli inestetismi della cellulite grazie alla sua azione benefica sulla circolazione sanguigna e linfatica; può essere utilizzato anche per equilibrare l'eccessiva produzione di sebo in caso di capelli grassi, pelli impure e acneiche. Fotosensibilizzante.

■ BASILICO (*Ocimum basilicum*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore delle foglie. La sua attività principale risiede nel rafforzare i capelli, nel ridurre la caduta e stimolarne la ricrescita. Controindicato in soggetti sofferenti di epilessia o convulsioni, in gravidanza e durante l'allattamento.

■ BERGAMOTTO (*Citrus bergamia*)

L'olio essenziale si ottiene per spremitura della buccia del frutto. Il suo campo di applicazione, così come per le altre note agrumate, risiede nel trattamento dell'acne, dei foruncoli e della seborrea, grazie all'azione dermopurificante, e nel trattamento del prurito, dell'eczema e della psoriasi. Esiste anche un'altra proprietà di quest'olio, che però lo rende pericoloso al tempo stesso, ed è il suo impiego come acceleratore dell'abbronzatura, impiego che però può causare gravi ustioni. Fotosensibilizzante.



DERMOCOSMETOLOGIA

2 CAMOMILLA BLU (*Matricaria chamomilla*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore dei fiori.

Il suo impiego nel settore cosmetico risiede soprattutto nella sua attività lenitiva e antinfiammatoria, grazie alla presenza dell'azulene e del bisabololo, facendola diventare un valido alleato nel trattamento delle pelli arrossate, sensibili e screpolate.

2 CEDRO (*Cedrus atlantica*)

L'olio essenziale si ottiene per spremitura della buccia del frutto. Come gli altri oli essenziali ottenuti per spremitura, anche il cedro è ottimo per il trattamento degli inestetismi della cellulite, della ritenzione idrica e delle gambe stanche e pesanti, grazie alla sua azione stimolante il sistema linfatico. Inoltre, può essere usato sul cuoio capelluto per rinforzare i capelli e stimolarne la ricrescita. Controindicato in gravidanza, durante l'allattamento e nei bambini. Fotosensibilizzante.

2 CIPRESSO (*Cupressus sempervirens*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore dei galbuli.

In campo cosmetico il cipresso trova un vasto utilizzo grazie alla sua capacità di migliorare il microcircolo, per questo viene usato come decongestionante venoso e linfatico, nel trattamento degli inestetismi della cellulite, dei deficit circolatori venosi, della fragilità capillare, delle varici e, grazie alla sua azione astringente, è indicato in caso di seborrea e acne.

2 EUCALIPTO (*Eucalyptus globulus*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore delle foglie giovani. Trova applicazione soprattutto come antinfettivo e antinfiammatorio, e nel trattamento di deficit circolatori venosi.

2 FINOCCHIO DOLCE (*Foeniculum vulgare*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore dei semi. La sua attività principale è quella drenante del sistema linfatico, e per questo è utilizzato sia per il trattamento degli inestetismi della cellulite, che per il trattamento di pelli grasse e opache. Controindicato in soggetti affetti da epilessia o convulsioni. Fotosensibilizzante.

2 GAROFANO CHIODI (*Syzygium aromaticum*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore dei boccioli essiccati. Uno dei componenti principali è l'eugenolo, una sostanza dall'elevata attività antisettica, che rende il garofano ottimale nel trattamento dell'acne.

2 GELSOMINO (*Jasminum grandiflorum*)

L'olio essenziale si ottiene con l'estrazione con solventi. Quest'olio agisce sulle dermatiti di origine nervosa e ha effetto vellutante e rigenerante sulla pelle del viso e del corpo, favorendo la tonificazione e la distensione delle rughe.

2 GERANIO (*Pelargonium graveolens*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore delle foglie, dei gambi e dei fiori.

È molto versatile e, grazie alle sue differenti proprietà, può essere usato nel trattamento dell'acne, degli eczemi, delle smagliature e come normalizzante di pelli e capelli troppo secchi o troppo grassi, grazie all'azione seboregolatrice.

2 GINEPRO (*Juniperus communis*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore delle bacche verdi o dei rami.

Grazie alla sua azione sulla circolazione, trova impiego nel trattamento degli

inestetismi della cellulite, degli edemi, della stasi linfatica e come drenante generale contro l'accumulo di tossine.

Controindicato in gravidanza, allattamento, bambini piccoli e in caso di affezioni renali.

2 LAVANDA (*Lavandula officinalis*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore dei fiori. È generalmente considerata l'essenza più versatile dal punto di vista terapeutico. In aromaterapia trova impiego nel trattamento dell'acne, dei foruncoli, delle allergie, delle dermatiti, degli eczemi, delle infiammazioni, della psoriasi e delle scottature solari, grazie alla sua capacità di favorire la rigenerazione cutanea.



2 LIMONE (*Citrus limon*)

L'olio essenziale si ottiene per spremitura della buccia dei frutti.

In virtù della sua azione antisettica e purificante, quest'olio viene utilizzato per il trattamento delle pelli grasse e acneiche. È inoltre utile per migliorare gli inestetismi della cellulite e per rafforzare le unghie. Fotosensibilizzante.

2 MANDARINO (*Citrus nobilis*)

L'olio essenziale si ottiene per spremitura a freddo della scorza del frutto. Quest'olio ha proprietà elasticizzanti e può essere utilizzato nel trattamento delle cicatrici e delle smagliature. Avendo inoltre proprietà antibatteriche, può essere utilizzato nel trattamento della pelle grassa e impura.

Come gli altri oli agrumati può essere impiegato nel trattamento della ritenzione idrica. Fotosensibilizzante.

2 MELISSA (*Melissa officinalis*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore delle foglie e delle sommità fiorite. Grazie alle sue proprietà antinfiammatorie, può essere utilizzato nel trattamento degli eczemi e delle affezioni cutanee.

2 MENTA PIPERITA (*Mentha piperita*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore delle foglie. Viene usato in caso di deficit circolatori grazie alla sua capacità di stimolare la circolazione, per il trattamento delle pelli grasse e nella cura degli eczemi. Controindicato in gravidanza, durante l'allattamento e nei bambini piccoli.

2 NIAOULI (*Melaleuca viridiflora*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore dalle foglie e dai ramoscelli. Ha proprietà antisettiche naturali e per questo è usato nel trattamento dell'acne, della pelle untuosa e sulle punture di insetti.

2 ORIGANO (*Origanum vulgare*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore delle foglie e dei fuscilli. Grazie alla sua azione antisettica è utile nel trattamento delle pelli grasse. È in grado di stimolare la circolazione linfatica e sanguigna e per questo può essere usato per curare gli inestetismi della cellulite, e per stimolare la crescita dei capelli. Controindicato in gravidanza, durante l'allattamento e nei bambini piccoli.

2 PATCHOULI (*Pogostemon cablin*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore delle foglie e dei fiori. Ha proprietà cicatrizzanti e svolge un'azione riparatrice nei confronti del tessuto cutaneo, contrastando la formazione

delle smagliature e delle rughe. Può essere usato anche in caso di pelle secca, stanca e invecchiata, e nei disturbi come dermatiti, acne, screpolature e bruciate.

Controindicato in gravidanza, durante l'allattamento e nei bambini piccoli.

2 PINO SILVESTRE (*Pinus sylvestris*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore delle foglie (aghi). Ha un'azione tonificante e rivitalizzante: nutre, idrata, tonifica, distende le rughe, cicatrizza e facilita la guarigione delle ferite. È un eccellente anti caduta e rinforzante del cuoio capelluto e dei capelli.

2 ROSA (*Rosa damascena*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore dei petali. Esercita un'azione addolcente e vellutante, ideale per la pelle secca, delicata, in presenza di rughe e in caso di capillari fragili.

2 ROSMARINO (*Rosmarinus officinalis*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore delle sommità fiorite. È in grado di stimolare la microcircolazione, e per questo è molto utile nel trattamento degli inestetismi della cellulite. È inoltre un efficace energizzante del cuoio capelluto: rinvigorisce i capelli e ne stimola la ricrescita in caso di caduta. Sulla pelle ha anche effetto tonico, antisettico e lievemente astringente, e per questo è utile nella cura dell'acne.

Controindicato in gravidanza, durante l'allattamento e nei bambini piccoli.

2 SALVIA (*Salvia officinalis*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore delle foglie e delle sommità fiorite. Ha azione deodorante e per questo può essere un valido alleato in caso di iperidrosi.

Agisce stimolando la circolazione linfatica, risultando efficace nel trattamento degli



inestetismi della cellulite. È inoltre un ottimo cicatrizzante, antinfiammatorio e antimicrobico.

Controindicato in gravidanza, durante l'allattamento e nei bambini piccoli.

2 TEA TREE OIL (*Melaleuca alternifolia*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore delle foglie e dei ramoscelli. Si tratta di un olio dalla forte attività antibatterica e per questo è molto utilizzato nel trattamento dell'acne, dei foruncoli e delle infezioni cutanee causate da funghi e virus.

2 VERBENA ODOROSA (*Lippia citriodora*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore delle foglie.

Ha azione antisettica e può essere usato come rimedio per la pelle grassa.

Controindicato in gravidanza, durante l'allattamento e nei bambini piccoli. Fotosensibilizzante.

2 VETIVER (*Vetiveria zizanioides*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore delle radici essiccate. Grazie alla sua azione antisettica, svolge un'azione purificante della pelle. In particolare contrasta l'eccesso di sebo, riequilibra la pelle grassa e la pulisce dalle impurità in caso di tendenza acneica.

2 YLANG-YLANG (*Cananga odorata*)

L'olio essenziale si ottiene per distillazione in corrente di vapore dei fiori. Nutre la pelle e i capelli grazie alle sue proprietà lenitive e ammorbidenti combinate a un prezioso effetto equilibrante che contribuisce a migliorare lo stato della cute grassa.

© RIPRODUZIONE RISERVATA ■