



AROMATERAPIA

L'**Aromaterapia** ha origini molto antiche, nasce parallelamente alla conoscenza e all'uso delle erbe e diviene un metodo di riequilibrio psicofisico basato sull'impiego di sostanze aromatiche contenute in molte piante officinali.

Le sostanze aromatiche volatili sono ricchissime di energia vitale e di proprietà salutari e sono estratte da diverse parti della pianta (fiori, foglie, frutti, cortecce, semi, radici, resine).

In Cina e in India già duemila anni prima di Cristo era molto diffuso l'utilizzo di spezie come: cannella, zenzero, sandalo, mirra, olibano, per scopi non solo terapeutici, ma anche rituali.

Gli antichi Egizi conoscevano la distillazione delle piante aromatiche e ne fecero largo uso nella cosmetica, nella cura delle malattie e nei processi di mummificazione.

Anche i Greci e i Romani hanno lasciato numerose testimonianze sull'impiego di oli aromatici nel

trattamento di ferite, piaghe, ustioni, bagni termali. Dal Medioevo fino al XIX secolo le droghe aromatiche, per la loro azione germicida, furono largamente utilizzate nella prevenzione e nella difesa contro le ricorrenti epidemie.

Nel XX secolo, il primo a compiere studi approfonditi sulle proprietà terapeutiche degli Oli Essenziali fu il chimico francese, René Maurice Gattefossé, che in uno scritto del 1928 coniò il termine "**Aromatherapie**". Oggi gli O. E. sono impiegati in campo naturopatico nel trattamento di disturbi respiratori, digestivi, cutanei, articolari, genito-urinari, nervosi e psichici.

Le essenze aromatiche hanno varie vie e modi di somministrazione: [massaggi](#), inalazioni, bagni, via orale, ecc.; purché in dosi minime, senza sottovalutare gli aspetti tossici o irritativi in dosi inappropriate e la costituzione di chi li dovrà assumere.

PROGRAMMA DIDATTICO

Introduzione. Cenni Storici

Gli Oli essenziali:

- ❖ Generalità.
- ❖ Proprietà fisiche.
- ❖ Proprietà chimiche.
- ❖ Azione degli O. E. sui vari organi e apparati.
- ❖ La funzione olfattiva.

- ❖ Principali effetti degli O. E. sulla psiche.
- ❖ Modalità di preparazione degli O. E.
- ❖ Modalità di assunzione e vie di somministrazione.
- ❖ Rischi e controindicazioni.
- ❖ Uso degli O. E. più comuni.

Istituto IME -Provinciale per Lecce 15 -73010 Arnesano (LE) -0832.326878 -328.3576690
www.naturopatia-ime.it giuseppeimbriani.blogspot.it naturopatiuniti.blogspot.it www.dirittoesalute.info

