

Aromaterapia

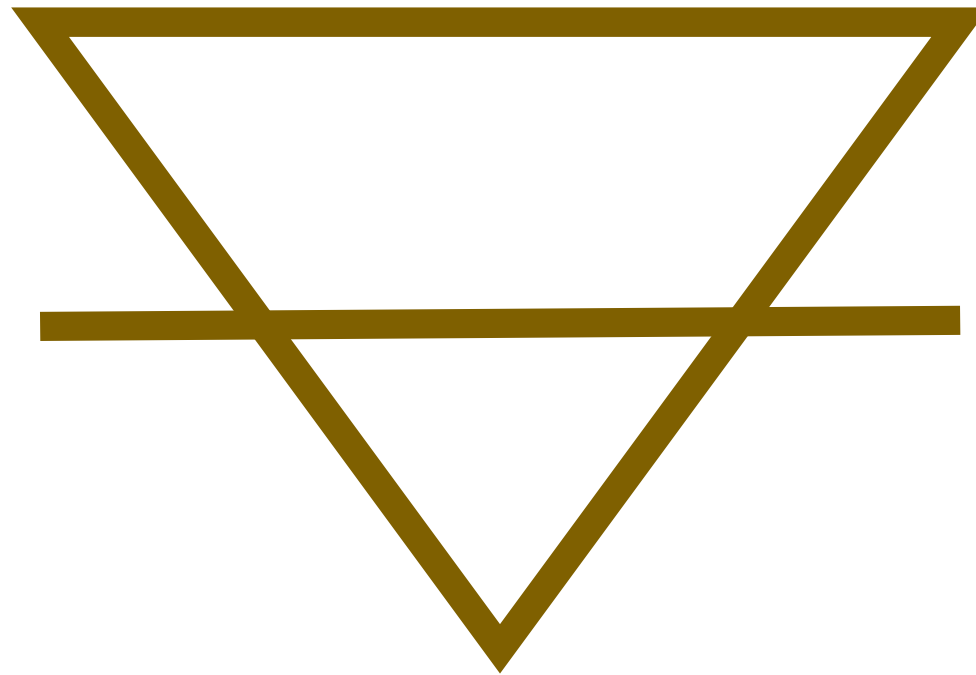


Óleos essenciais



Elemento Terra

100 a 390 herz



Louro

Terapêutica: câibras, dores musculares e reumáticas.

Emocional: animador, tem efeito excitante sobre as emoções.

Estética: cabelos oleosos, caspa e alopecia (calvície).

Precauções: não usar durante a gravidez e usar em baixa concentração. Evitar em peles sensíveis.



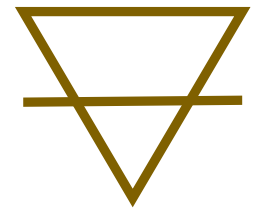
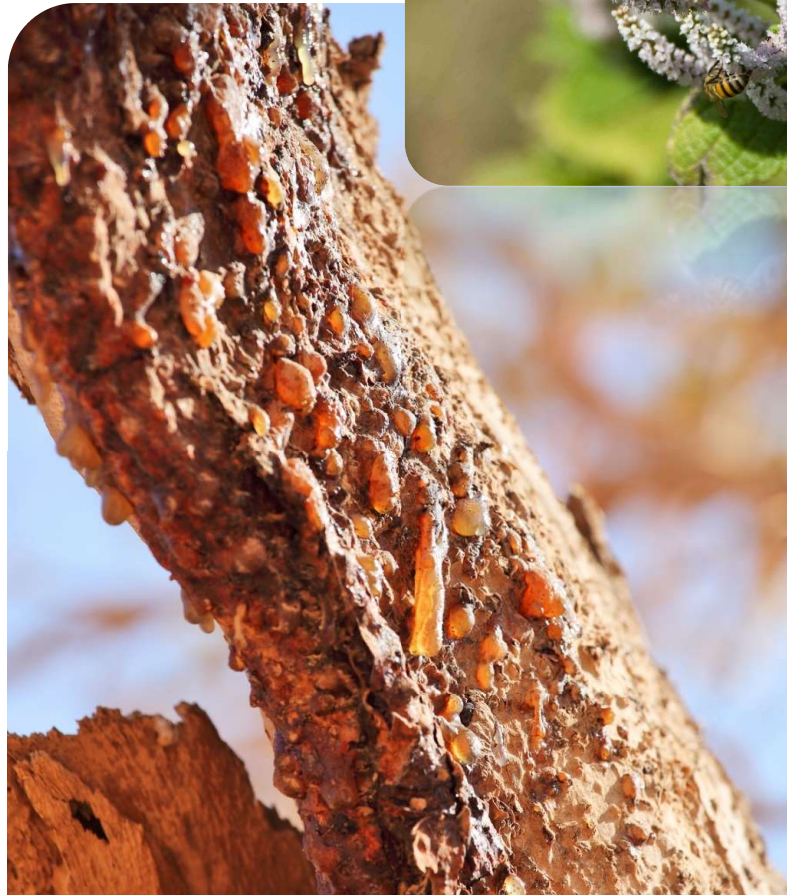
Mirra

Terapêutica: Útil em problemas respiratórios, psoríase (problema de pele), reumatismo, gripes e resfriados.

Emocional: estimulante e fortificante

Estética: pele madura e oleosa.

Precauções: não usar durante a gravidez e usar em baixa concentração.

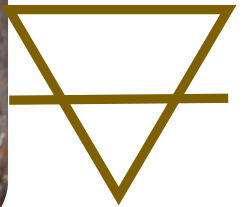


Olíbano

Terapêutica: problemas respiratórios, fadiga.

Emocional: Desacelera a respiração produzindo uma sensação de calma que ajuda a controlar a ansiedade, a tensão e o estresse. Ajuda a concentração; bom para a meditação; eleva a consciência.

Estética: proporciona vitalidade a peles cansadas e envelhecidas. Sua ação adstringente ajuda a reduzir a oleosidade.



Bétula

Terapêutica: reumatismo, gota e especialmente para dores musculares.

Emocional: revigorante e estimulante.

Estética: acne, caspa e seborréia.

Precauções: Use-o em baixa concentração. Se aplicado sobre a pele pode causa irritação ou erupção.



Camomila



Terapêutica: abscessos, dores musculares, dermatites, reumatismo, queimaduras, dor de cabeça e enxaqueca.

Emocional: animador e reconfortante, alivia o estresse, a ansiedade, a depressão e a insônia.

Estética: Acne, dermatites e peles sensíveis.

Precauções: Evite durante o primeiro trimestre de gravidez.

Cardamomo

Terapêutica: debilidade, flatulência e dor de cabeça.

Emocional: estimulante mental, reanimador e afrodisíaco.

Estética: Não há indicação conhecida.

Precauções: Usar em baixa concentração, pois pode irritar a pele sensível.



Funcho (erva doce)

Terapêutica: Cólica, prisão de ventre, flatulência e problemas digestivo.

Emocional: Ajuda a criar força e coragem ,reanimando e confortando.

Estética: Pelo seu efeito purificador ajuda a eliminar os excessos cometidos com alimentos e bebidas.

Precauções: Usar em baixa concentração, pois pode ser tóxico em excesso, não usar em casos de gravidez e epilepsia.



Cedro

Terapêutica: Ajuda em problemas crônicos como psoríase, dermatites e dores articulares.

Emocional: tem uma ação relaxante e reconfortante, sendo indicado para os casos de ansiedade, estresse, tensão nervosa ou como facilitador de trabalhos psíquicos e meditação.

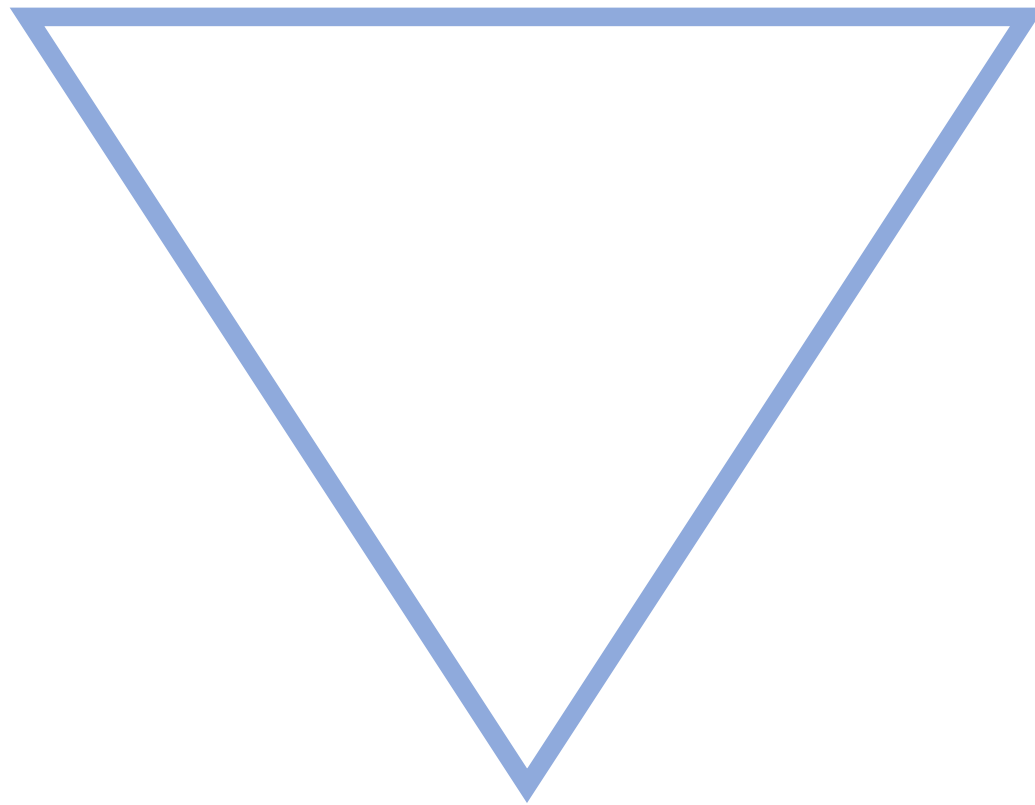
Estética: É um ótimo tônico capilar para cabelos oleosos, caspa, queda de cabelos. Suas propriedades adstringentes ajudam a cuidar da acne, eczemas e celulite.



Precauções: Não usar durante a gravidez e pode irritar a pele sensível. Usar em baixa diluição.

Elemento água

700 a 900herz



Rosa

Emocional: depressão, insônia, impotência, tensão nervosa e tristeza.

Estética: pele madura, eczema, pele sensível, rugas e pele seca.



Sálvia Esclareia

Terapêutica: hipertensão, dores musculares, problemas respiratórios e uterinos.

Emocional: Um óleo muito apreciado pelos terapeutas, pois alivia o estresse, a depressão, a insônia, a agitação mental e os estados de pânico. Possui uma ação sedativa nos caso de raiva, medo e frustração.

Estética: Por seu efeito regenerador atua em todos os tipos de pele e estimula o crescimento dos cabelos. Reduz a produção das glândulas sebáceas combatendo a oleosidade e a caspa.

Precauções: Não usar durante a gravidez.



Sálvia Officinalis

Terapêutica: fraqueza geral, astenia, dores musculares e problemas menstruais.

Emocional: Em dose bem pequena pode acalmar e relaxar, pois tem uma ação no sistema nervoso central. É indicada para auxiliar nos casos de depressão, insônia, tensão nervosa, mágoa e tristeza. Ativa os sentidos e estimula a memória.

Estética: Ajuda em casos de lesões cutâneas como dermatites, eczema. É também tônico capilar.

Precauções: não usar durante a gravidez, nem na amamentação. Contra-indicado em casos de hipertensão e epilepsia. Usar somente em baixa concentração.



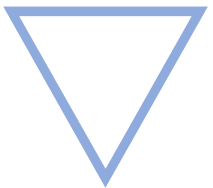
Cipreste

Terapêutica: reumatismo, artrite, edemas, circulação deficiente e varizes.

Emocional: tensão nervosa e estresse.

Estética: Exerce uma ação equilibradora sobre os fluidos ajudando a combater o excesso de transpiração e a celulite.

Seu efeito adstringente cuida bem da pele oleosa, acne e caspa seborréica.



Gerânio



Terapêutica: Regulador do sistema hormonal e aliviador dos sintomas da TPM e menopausa.

Emocional: É tônico para o sistema nervoso, aliviando a ansiedade e a depressão. Equilibra a mente e reduz o estresse.

Estética: Tem efeito estimulante sobre o sistema linfático que ajuda a eliminar toxinas nos casos de celulite. É útil em todo tipo de pele exceto a sensível.

Palmarosa

Emocional: ansiedade, tensão e estresse.

Estética: acne, dermatite, escaras, impetigo, todos os tipos de pele, previne estrias, regula a produção de sebo, pequenos problemas infecciosos de pele e para rugas.



Ylang Ylang

Terapêutica: taquicardia e hipertensão.

Emocional: estresse, depressão, insônia, impotência, frigidez, raiva, medo e frustração.

Estética: pele oleosa, crescimento dos cabelos.



Patchouli

Terapêutica: impetigo, retenção de líquido.

Emocional: estresse, ansiedade e afrodisíaco.

Estética: acne, dermatite, eczema, pele madura, rachada e ressecada, rugas, pé-de-atleta, tinea (infecção couro cabeludo) e caspa.



Pau rosa

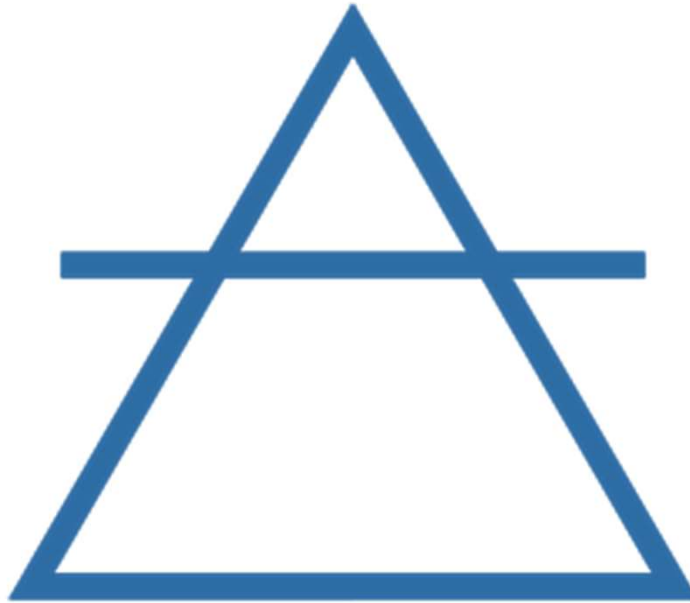
Emocional: estresse, ansiedade e afrodisíaco.

Estética: acne, dermatite, eczema, pele madura, seca, desidratada e rachada.



Elemento Ar

700 a 1500herz



Alecrim

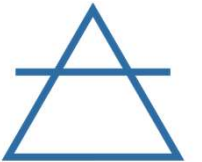
Terapêutica: artrite, fraqueza geral, dor muscular, excessos cometidos por comida, enxaqueca.

Emocional: Para cansaço mental, estimular a memória e avivar a mente.

Estético: acne, dermatite, eczema, pele envelhecida, rugas, caspa, queda de cabelos, cabelos oleosos, celulite. Atua melhorando a circulação.

Precauções: Não usar durante a gravidez.

ATIVA O CORPO DE LUZ



Benjoim

Terapêutica: auxiliar de problemas respiratórios, tônicos para os pulmões.

Emocional: Esgotamento emocional, agitação e tristeza.

Estético: dermatite, eczema, pele seca ou rachada.

EQUILIBRA OS CHACRAS



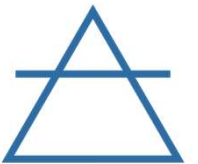
Bergamota

Terapêutica: problemas digestivos.

Emocional: ansiedade, medo e crise emocional.

Estética: acne, eczema nervoso, pele oleosa, pele inflamada e cabelos oleosos.

VIVER NO MOMENTO PRESENTE



Mandarina

Terapêutica: retenção hídrica e entorses (problema nas articulações).

Emocional: tensão, depressão, insônia e estresse.

Estética: acne, peles oleosas, celulite, edemas, estrias e obesidade.

Precauções: fotossensibilizante; não aplicá-lo antes de exposição solar por pelo menos 12 horas.



Grapefruit

Terapêutica: convalescença e cansaço em geral.

Emocional: depressão e ansiedade.

Estética: celulite, pele oleosa e pele inflamada.



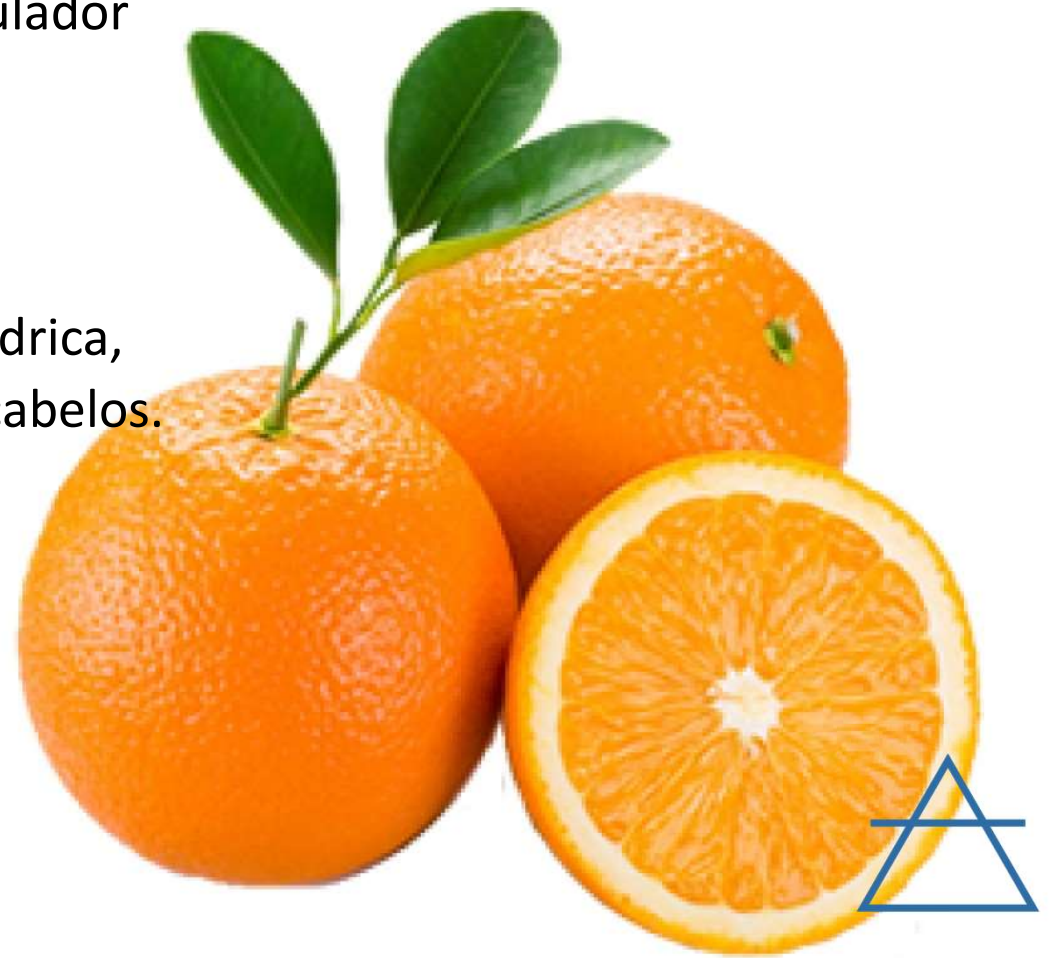
Laranja

Terapêutica: Estimulante digestivos, regulador do sistema linfático e insônia.

Emocional: depressão, tensão nervosa e estresse.

Estética: celulite, obesidade, retenção hídrica, equilibrador e amaciante da pele e dos cabelos.

COMUNICAÇÃO



Eucalipto

Terapêutica: doenças infecciosas e respiratórias, artrite, dores musculares, câibras, dor de cabeça e fadiga.

Emocional: clareia e estimula a mente, refrescante, animador e revigorante.

Estética: acne, pele oleosa.

AUMENTA A CONCENTRAÇÃO



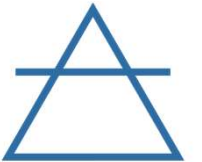
Hortelã

Terapêutica: circulação deficiente, cansaço, desordens respiratórias, dores musculares e flatulência.

Emocional: Para apatia e concentração, pois funciona como estimulante mental.



MEMORIA ONÍRICA



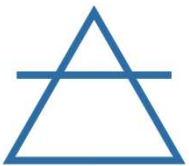
Capim limão

Terapêutica: flacidez muscular, dores musculares, repelente de insetos e em massagens para desportistas.

Emocional: Ajuda em casos de depressão, revigorante, combate ao estresse e a exaustão nervosa.

Estética: acne, cabelos oleosos e com poros dilatados.

CONSCIÊNCIA



Junípero (Zimbro)

Terapêutica: Dermatite, flatulência, reumatismo, infecções do trato urinário, tosse, gripes e resfriados.

Emocional: limpa, estimula e fortalece os nervos, auxilia nos casos de ansiedade, e tensão nervosa.

Estética: É tônico para peles oleosas e congestionadas.

CLARIVIDÊNCIA



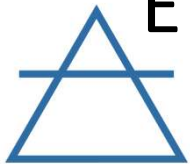
Lavanda / Alfazema

Terapêutica: abscessos, dores musculares, reumatismo, queimaduras e ferimentos, dor de cabeça e enxaqueca.

Emocional: animador, reconfortante, alivia o estresse, a ansiedade, a depressão e a insônia.

Estética: acne, dermatites, eczemas, pediculose, picada de insetos, psoríase, regenerativo em todos os tipos de pele.

HARMONIA ENERGÉTICA
E EMOCIONAL



Lavandin

Terapêutica: dores musculares, problemas circulatórios e articulares e respiratórios.

Emocional: animador e refrescante, alivia o estresse, bom para mentes cansadas.

Estética: acne, dermatites e eczemas.



Limão



Terapêutica: reumatismo, gripes e resfriados.

Emocional: ansiedade e falta de concentração.

Estética: acne, edemas, pele oleosa, pele inflamada, seborréia, celulite e pele rachada.

REVIGORA



May Chang

Terapêutica: flatulência e indigestão.

Emocional: revigorante, estimulante, ajudando nos casos de estresse.

Estética: acne, dermatites, transpiração excessiva, pelas oleosas e cabelos oleosos.

Precauções: em doses altas é sensibilizante em peles sensíveis.



Manjericão

Terapêutica: Tem ação benéfica em distúrbios respiratórios e digestivos. Estimula o fluxo sangüíneo ajudando em casos de câibras e dores musculares.

Emocional: Aliviador dos sintomas da ansiedade e depressão. Combate o estresse, a fadiga e a frieza emocional. Ajuda a clareza de raciocínio.

Estética: Sua ação tônica e refrescante beneficia peles congestionadas. Bom para cabelos oleosos.



Precauções: não usar durante a gravidez e usar em baixa concentração. Evitar em peles sensíveis.

Manjerona

Terapêutica: relaxante muscular, circulação, câibras, fraqueza geral, alivia dores nas articulações enrijecidas, dores reumáticas, músculos tensos e contraídos, enxaqueca, sensação de frio.

Emocional: ansiedade, tensão, insônia, relaxante, aquecedor e reconfortante.



Precauções: Não usar durante a gravidez e sua propriedade sedativa, a tornam um bom tranquilizante, mas pode entorpecer os sentidos, portanto use-a em baixa concentração.

Petitgrain / laranja amarga

Terapêutica: falta de concentração.

Emocional: estresse, insônia e tensão.

Estética: acne, pele e cabelos oleosos, odores e tônico capilar.



Pinho Siberiano

Terapêutica: alivia dores reumáticas e musculares, é aquecedor.

Emocional: refrescante, estimulante; relaxante e reconfortante.

Estética: rubefaciente e desodorante.

Precauções: usar em baixa concentração, pois pode irritar peles sensíveis.

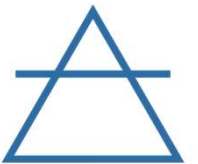


Tangerina

Terapêutica: Afeta o sistema digestivo além de estimular a digestão de gorduras.

Emocional: tensão, depressão, insônia e estresse.

Estética: Controla os processos hídricos ajudando nos casos de celulite, edemas e obesidade.



Vetiver

Terapêutica: artrite, dores musculares, reumatismo e má circulação.

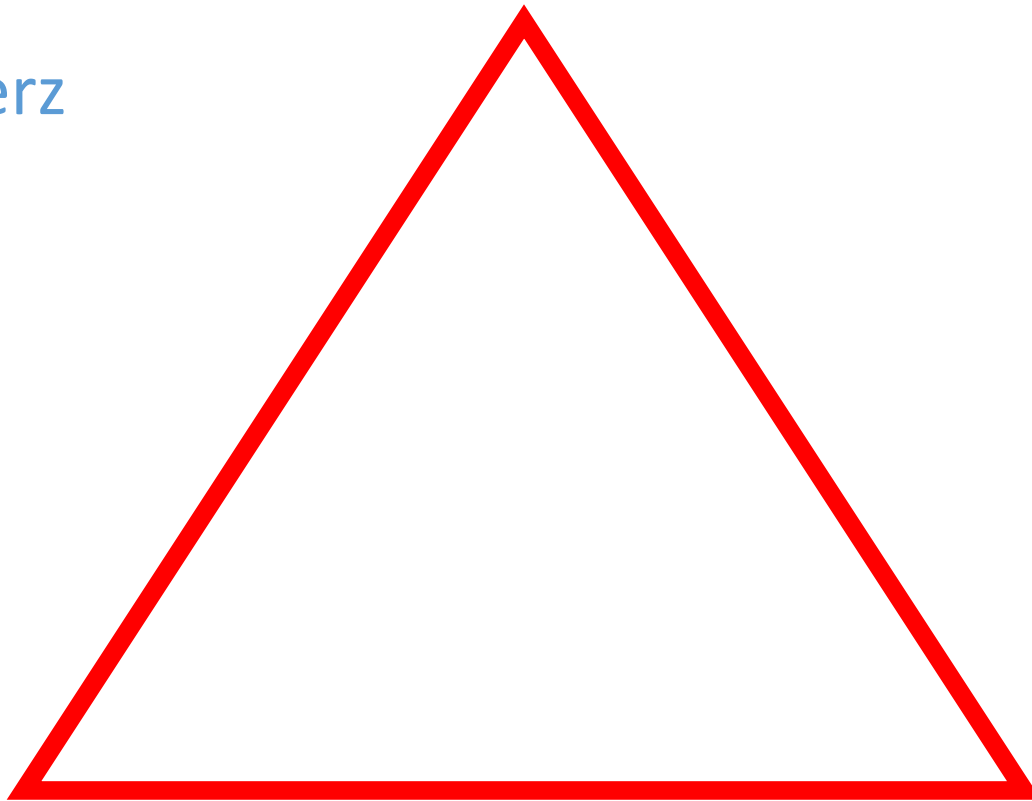
Emocional: estresse, depressão, insônia e esgotamento nervoso.

Estética: pele oleosa e acne.



Elemento Fogo

400 a 700 herz



Sândalo

Efeito quente e prolongado, considerado afrodisíaco. Ajuda em casos de stress e tensão nervosa. Bom nos cuidados com a pele oleosa.

Também é relaxante, excelente para a tensão nervosa e ansiedade. Excelente nos cuidados com a pele madura, eczema seco, pele sensível, rugas e pele seca.



Canela

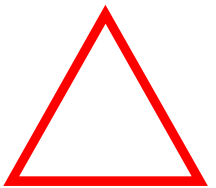
Terapêutica: artrite, enjôos sem vômitos, fungo nos pés e reumatismo.

Emocional: fadiga e astenia (perda de vigor).

Estética: estimulante circulatório.

Precauções: Evite aplicação na pele e inalar em vaporizadores. Em baixa concentração pode ser usado em aromatização de ambientes.

Cuidado: irritante da pele. Estimula as contrações no parto.



Cravo

Terapêutica: dores musculares e reumáticas, astenia física e mental, nevralgias.

Emocional: estimulante mental, ajuda na estafa mental e memória fraca.

Estética: micose de unha.

Precauções: Usar em baixa concentração e evitar em peles sensíveis.



Gengibre

Terapêutica: doenças infecciosas e respiratórias, artrite, dores musculares, câibras, circulação deficiente, dor de cabeça, fadiga física e mental, náusea e vômitos.

Emocional: centra e estimula a mente, animador e revigorante.

Precauções: usar em baixa concentração, pois pode irritar peles sensíveis.



Ho leaf -Canfora

Terapêutica: artrite, dores musculares, reumatismo e má circulação.

Emocional: estresse e depressão.

Estética: pele oleosa e acne.



Pimenta negra

Terapêutica: dores musculares e articulares.

Emocional: muito estimulante, fortalece os nervos e a mente.

Estética: proporciona tonicidade aos músculos, de ação desintoxicante torna-se benéfico nos tratamentos de celulite.

Precauções: Usar em baixa concentração, pois pode irritar a pele e estimular excessivamente os rins.



www.ecologicstation.com

Tea tree

Terapêutica: problemas respiratórios, resfriados, gripes, infecções de garganta, dos brônquios e sinusite; vaginite tricomonal, infecções vaginais, urinárias, leucorréia, cistite crônica; gengiva inflamada, úlceras bucais.

Fortalece o sistema imunológico antes de uma cirurgia. Infecções virais: herpes, gripes, verrugas, Epstein-Barr, febre glandular, catapora. Infecções por fungos: pé-de-atleta, porrigem, infecções sob as unhas. Desequilíbrio. Monília (corrimento), afta.

Estética: abscesso, acne, caspa, erupções cutâneas, tinha, micoses de unha, pele inflamada, seborréia e odores.



Tomilho

Terapêutica: artrite, reumatismo, dores musculares, flatulência, gripes e resfriados.

Emocional: estimulante da memória e favorece a concentração. Funciona como revitalizante no caso de esgotamento.

Estética: Tônico para couro cabeludo e pode ser eficaz no tratamento da caspa e queda de cabelos. útil para os tratamentos de dermatites e acne.

Precauções: Usar em baixa concentração, não usar em casos de gravidez e epilepsia e hipertensão.

