

PRANARÒM

España S.L



ACEITES
ESENCIALES
AET
QUIMIOTIPADOS

Experto en aromaterapia científica.

C/ Oriente, 78-84, 4º Local 5
08172 Sant Cugat del Vallès (Barcelona)
Tel.: +34 93 674 84 25
Fax: +34 93 674 31 35
www.pranarom.com

TEMARIO

Definición de la aromaterapia científica

Definición de un aceite esencial

Algo de botánica

Proceso de extracción de los aceites esenciales

Calidad de los aceites esenciales

Acción terapéutica, familias bioquímicas, familias terapéuticas

Toxicidad de los aceites esenciales

Vías de administración

Diluciones

Embarazadas

Botiquín de verano

Aceites esenciales indicados en Pediatría



PRANARŌM 

DEFINICIÓN DE LA AROMATERAPIA CIENTÍFICA

Según la Escuela Francesa

Uso de **aceites esenciales** bioquímicamente definidos por vía cutánea, oral o atmosférica para prevenir, aliviar síntomas o tratar diversas afecciones y patologías en el hombre o en el animal.

Esta **terapia “bioquímica”** se apoya en la relación que existe entre los compuestos químicos de los aceites esenciales y sus actividades terapéuticas.

Recurre a una metodología rigurosa que se apoya en datos científicos sólidos, confirmados por el laboratorio y por la clínica.

Eficaz, natural y de calidad, complementa perfectamente otras terapias.



¿QUÉ ES UN ACEITE ESENCIAL?

**Un aceite esencial es la esencia volátil de una planta o árbol aromático.
Es su más alta concentración.**

Contiene una gran cantidad de moléculas aromáticas (principios activos) con diversas propiedades terapéuticas.

Se extrae principalmente por destilación por corriente de vapor.



ALGO DE BOTÁNICA

Tan solo el 10% de entre las +/- 800.000 especies vegetales conocidas son capaces de sintetizar una esencia.

Hoy por hoy no se sabe a ciencia cierta el motivo por el cual las plantas aromáticas producen sus esencias.



CALIDAD DE LOS ACEITES ESENCIALES

EL SELLO AEQT GARANTIZA QUE:

- La planta es botánicamente certificada:
identificación con 2 nombres latín: ej. *Thymus vulgaris*, *Cupressus sempervirens*.
- Que la parte destilada es especificada (hoja, flor)
- Que el quimiotipo es definido
- Que la destilación por vapor de agua es de mayor calidad

ACEITES
ESENCIALES
AEQT

QUIMIOTIPADOS



Lavanda vera

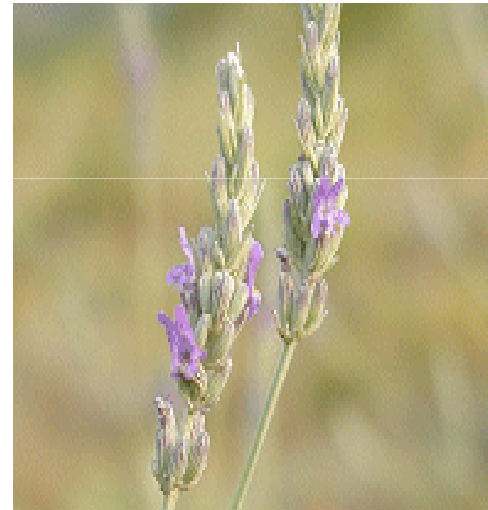


Lavandín

Espliego macho



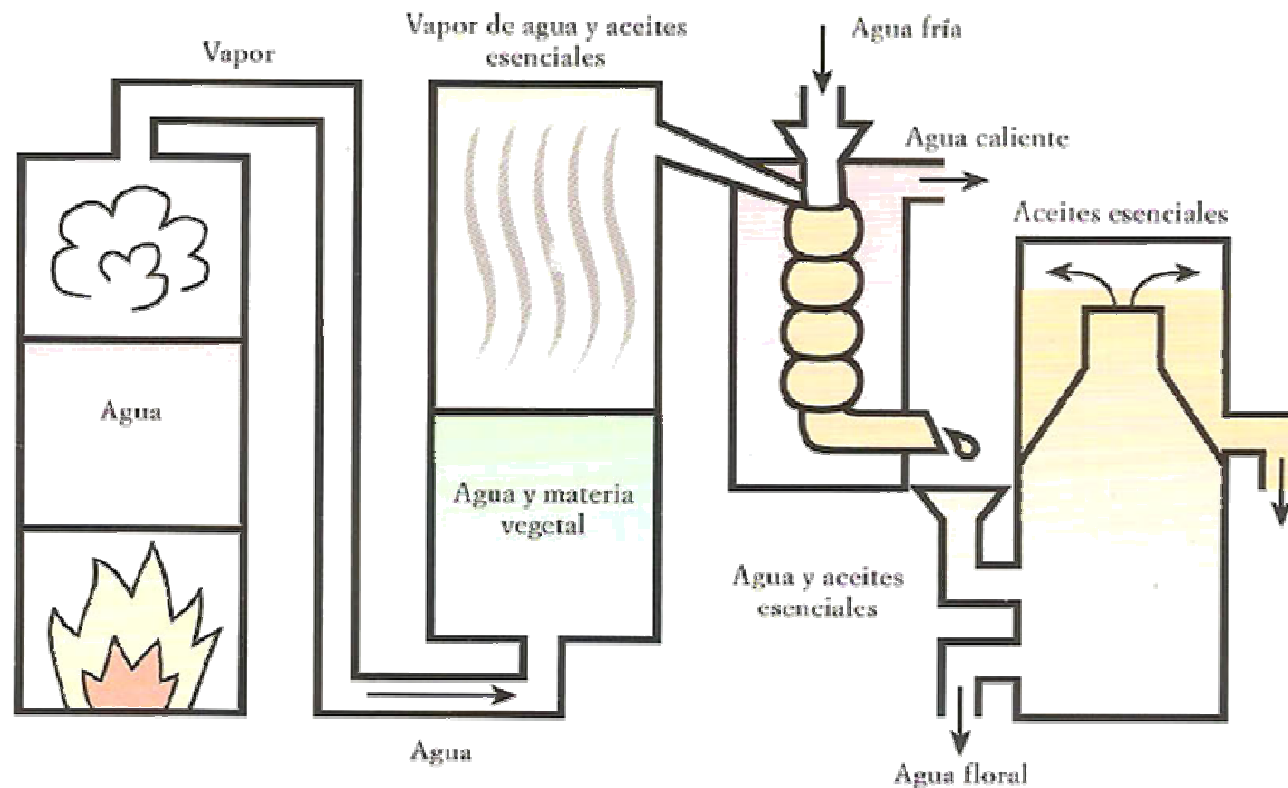
Lavanda stoechas



Las lavandas y lavandines

PROCESO DE EXTRACCIÓN DE LA ESENCIA

DESTILACIÓN POR ARRASTRE DE VAPOR DE AGUA



El tiempo de destilación varía en función de las especies vegetales y del propósito (terapéutico, perfumería o alimentario)



CALIDAD DE LOS ACEITES ESENCIALES

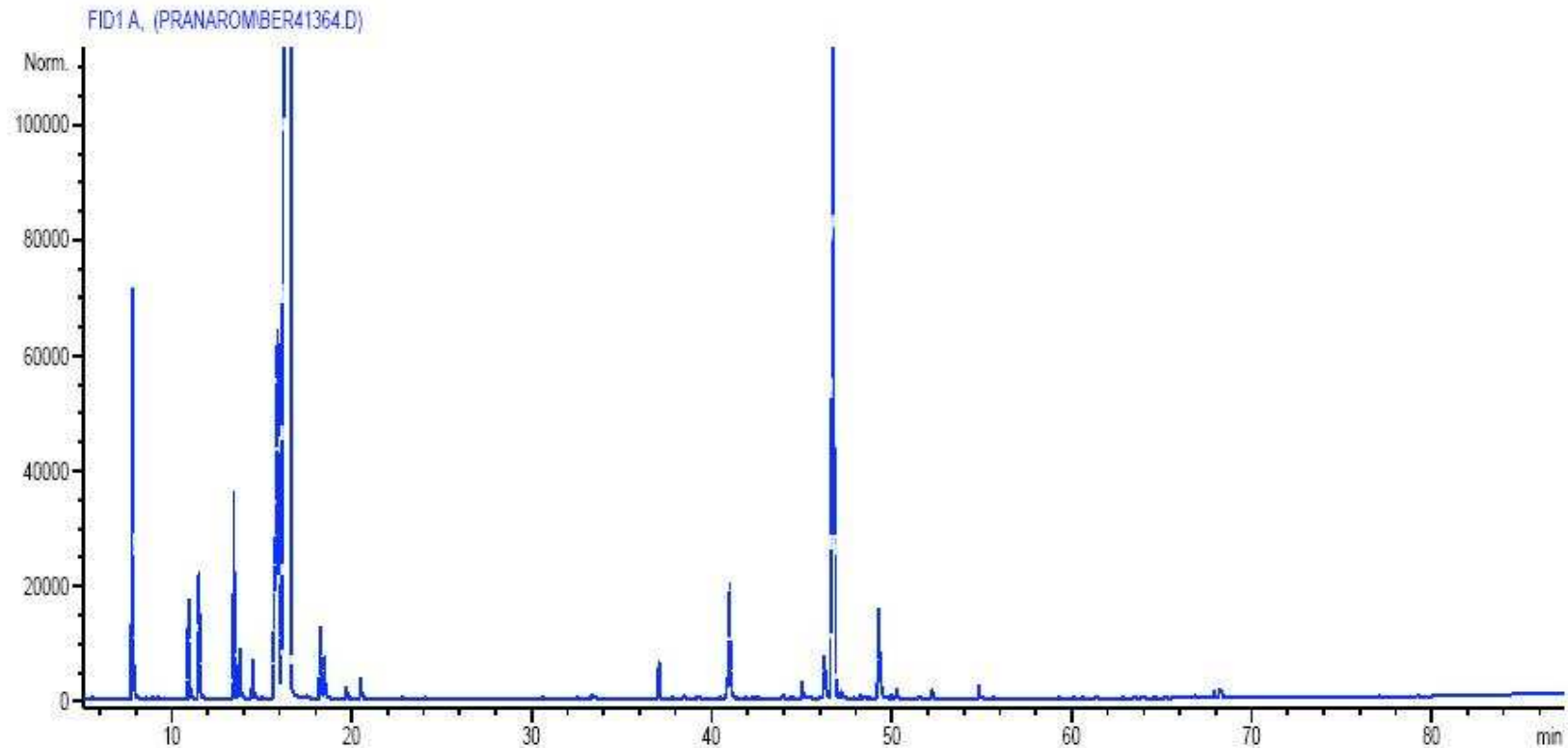
UN AE DE CALIDAD ES:

- 100 % **integral** -> destilación completa
- 100 % **natural** -> libre de moléculas sintéticas
- 100 % **puro** -> exento de otros AE bioquímicamente similares
- Quimiotipado (o bioquímicamente definido)



CALIDAD DE LOS ACEITES ESENCIALES

MÉTODO DE ANÁLISIS:



CROMATOGRAFÍA EN FASE GASEOSA + ESPECTRÓMETRO DE MASA

Perfil cromático del AE *Eucalyptus radiata ssp radiata*



CALIDAD DE LOS ACEITES ESENCIALES

PERFIL CROMATOGRÁFICO *EUCALYPTUS RADIATA SSP RADIATA*

| Pics | Temps de rétention | Constituants | % |
|------|--------------------|------------------------------------|--------------|
| 1 | 5,6 | ETHANOL | 0,01 |
| 2 | 7,8 | α-PINENE | 2,60 |
| 3 | 7,9 | α -THUYENE | 0,28 |
| 4 | 9,0 | α -FENCHENE | 0,01 |
| 5 | 9,3 | CAMPHENE | 0,02 |
| 6 | 10,9 | β -PINENE | 0,83 |
| 7 | 11,5 | SABINENE | 1,03 |
| 8 | 13,5 | β -MYRCENE | 1,53 |
| 9 | 13,8 | α -PHELLANDRENE | 0,48 |
| 10 | 14,0 | ψ -LIMONENE | 0,02 |
| 11 | 14,5 | α -TERPINENE | 0,39 |
| 12 | 15,1 | 2,3-DEHYDRO-1,8-CINEOLE | 0,01 |
| 13 | 15,9 | LIMONENE | 6,90 |
| 14 | 16,6 | 1-8- CINEOLE | 69,19 |
| 15 | 17,5 | Cis- β -OCIMENE | 0,02 |
| 16 | 18,3 | γ -TERPINENE | 0,64 |
| 17 | 18,5 | Trans- β -OCIMENE | 0,39 |
| 18 | 19,7 | p-CYMENE | 0,12 |
| 19 | 20,5 | TERPINOLENE | 0,20 |
| 20 | 22,8 | EPOXYDE DE trans- β -OCIMENE | 0,01 |
| 21 | 24,1 | 6-METHYL-5-HEPTEN-2-ONE | 0,01 |



TOXICIDAD DE LOS AE

FENOLES

Dermocáusticos
Hepatotóxicos



CARVACROL / TIMOL / EUGENOL

Orégano, tomillo timol, clavo, ajedrea

CETONAS

Neurotóxicas
Abortivas



**MENTONA, BORNEONA (Alcanfor),
VERBENONA, PIPERITONA**

Menta piperita, romero alcanfor,
romero verbenona, eucalipto dives

ALDEHÍDOS AROMÁTICOS

Dermocáusticos



CINAMALDEHIDO

Canelas

CUMARINAS

Fotosensibles



TODOS LOS CITRICOS (CÁSCARA)



TOXICIDAD DE LOS AE

FENOLES

Dermocáusticos
Hepatotóxicos



Evitaremos vía cutánea / atmosférica
Por vía oral por cortos periodos
+ AEQT hepatoprotector

CETONAS

Neurotóxicas
Abortivas



Prohibidas durante el embarazo y
lactancia, prohibidas en niños
menores de 30 meses.
En adultos máximo 6 gotas / día

ALDEHÍDOS AROMÁTICOS

Dermocáusticos



Usar siempre diluidas 10% de AE
máximo.

CUMARINAS

Fotosensibles

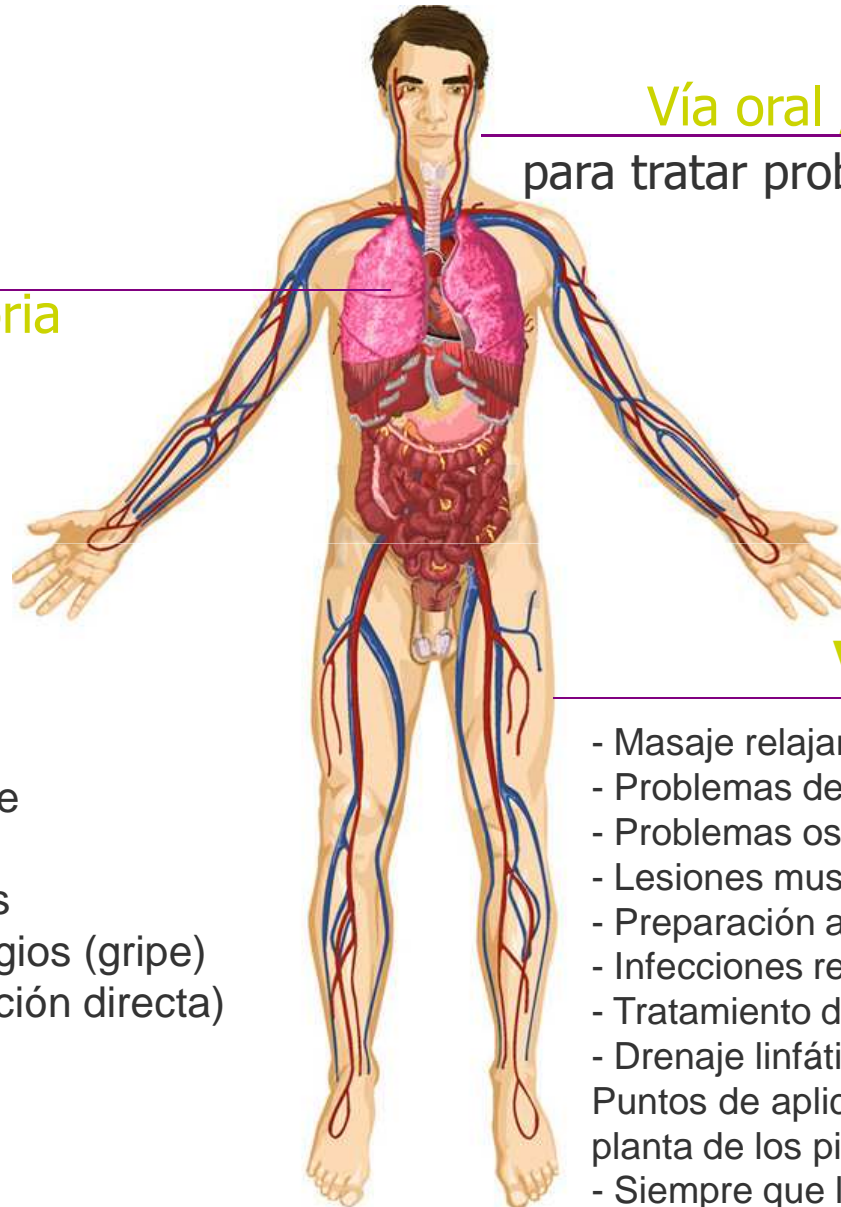


No exponerse al sol tras su
aplicación o esperar 6 horas



VÍAS DE ADMINISTRACIÓN

PRANARŌM



Vía aérea Vía respiratoria

- Efectos relajantes
- Estrés
- Sanear el ambiente
- Desodorizar
- Ahuyentar insectos
- Periodos de contagios (gripe)
- Resfriados (inhalación directa)

Vía oral / sublingual para tratar problemas infecciosos.

- Infecciones digestivas
- Infecciones urinarias
- Infecciones vaginales
- Infecciones intestinales
- Infecciones respiratorias
- Casos de estrés extremo

Vía cutánea

- Masaje relajantes y estrés
- Problemas de circulación venosa
- Problemas osteo-articulares
- Lesiones musculares
- Preparación antes del esfuerzo (deportistas)
- Infecciones respiratorias
- Tratamiento de belleza corporal
- Drenaje linfático
- Puntos de aplicación puntual: muñecas, plexo solar, planta de los pies
- Siempre que la vía oral no es posible



VÍA CUTÁNEA

- Masaje relajantes y estrés
- Problemas de circulación venosa
- Problemas osteo-articulares
- Lesiones musculares
- Preparación antes del esfuerzo (deportistas)
- Infecciones respiratorias
- Tratamiento de belleza corporal
- Drenaje linfático
- Siempre que la vía oral no es posible

Puntos de aplicación:

Muñecas
Interior del codo
Plexo solar
Planta de los pies



La vía externa es la mejor y la más segura. La que presenta menos riesgos de toxicidad. Es la vía a privilegiar.



Diluciones para aplicaciones AEQT por vía cutánea según efecto terapéutico deseado

| Acción | % dilución | Gotas (10 ml en AV) |
|---|-------------------|----------------------------|
| Dermo / cosmética | 1% | 4 gotas |
| Reparadora de la piel Solución nasal, auricular, vaginal | 3% | 12 gotas |
| Masaje bienestar en todo el cuerpo | 5% maxi | - |
| Circulación sanguínea y linfática | 7% | 28 gotas |
| Muscular, fibrosa, articular Pielles hipersensibles y para diluir AE irritantes (canelas) | 10% | 35 - 40 gotas (1 ml) |
| Deportes | 15% | 55 gotas |
| Acción local muy potente (celulitis, antiparasitario, etc) | 30 % | 110 - 120 |
| En caso de duda con los AE puros | 50 % | - |



EQUIVALENCIAS PARA DOSIFICACIONES

Según la farmacopea europea:

1 ml = 20 gotas

1 gota pesa 50 mg

Frascos Pranarôm

1 ml = 35 a 40 gotas

1 gota = 25 a 30 mg



VÍA ORAL

PRANARŌM 



- Infecciones digestivas
- Infecciones urinarias
- Infecciones vaginales
- Infecciones intestinales
- Infecciones respiratorias
- Casos de estrés extremo

Por vía oral los aceites esenciales siempre se toman mezclados con miel, aceite vegetal, dispersante, leche, miga de pan.

Los aceites esenciales no son hidrosolubles.



RECOMENDACIONES PARA MUJERES EMBARAZADAS

-Durante los tres primeros meses del embarazo NO USAR aceites esenciales salvo indicación contraria por parte de un médico o profesional de la salud.

- A partir del 4º mes:

- Evitar la vía oral.**
- Privilegiar la vía cutánea evitando la cintura abdominal y la zona lumbar.**
- No usar AEQT que contienen cetonas: salvia officinal, cedro del Atlas, romero alcánfor, hisopo officinal, menta piperita, cantueso, menta poleo.**
- No usar los siguientes AEQT: palmarosa, tomillo qt geraniol, clavo de olor, canela (hojas).**
- Evitar los siguientes AEQT: ajedrea, orégano compacto, tomillo qt timol, canela (corteza).**



PRANARŌM 



APLICACIONES

ACEITES ESENCIALES INDICADOS EN PEDIATRÍA PRANARŌM

- ***Lavandula officinalis* (Lavanda vera) -> relajante, calmante SN**
 - Baños, difusor ambiental
- ***Lavandula latifolia spica* (Lavanda espica) -> antipruriginosa, antiséptica**
 - Aplicación local pura, picaduras insectos, medusas
- ***Citrus reticulata* (Mandarina) -> relajante, tónica digestiva**
 - Baños, difusión ambiental, masaje (cólicos, estreñimiento)
- ***Anthemis nobilis* (Manzanilla romana) -> antiinflamatoria, calmante**
 - Aplicación tópica, masaje (cólicos, varicela)
- ***Tanacetum annuum* (Tanaceto o Hierba lombriguera) -> antihistamínica, antiinflamatoria**
 - De elección en dermatitis irritativas, varicela, uso tópico

Lavandula angustifolia

Lavanda

Familia botánica

Lam

Procedencia

Francia

Empleo terapéutico

+++

Precio

++

Parte destilada

La sumidad florida

Principios activos esenciales

Alcoholes terpénicos : linalol, terpineno 1 ol 4, α -terpineol, borneol, geraniol, lavandulol

Esteres terpénicos : acetato de linalilo

Propiedades terapéuticas

- ◆ Antiespasmódico potente ++++
- ◆ Cicatrizante potente, regeneración cutánea +++
- ◆ Hipotensora ++
- ◆ Calmante, sedativa, antidepresiva +++
- ◆ Analgésico notable +++
- ◆ Antimicrobiana et antiséptica ++

Indicaciones

- ♣ Calambres, espasmos musculares +++
- ♣ Estrés, ansiedad, depresión, agitación, insomnio +++
- ♣ Acné, eczema, psoriasis, prurito, quemadura, úlceras, dermatitis, rosácea +++
- ♣ Reumatismos +++
- ♣ Hipertensión arterial +++
- ♣ Desordenes de origen nerviosa : asma, espasmos digestivos, náuseas, migrañas, ...

Contraindicaciones

Ninguna con las dosis fisiológicas y terapéuticas



Citrus reticulata

Mandarina

| | |
|---------------------------|---------------------|
| Familia botánica | Rutáceas |
| Procedencia | Sicilia - Argentina |
| Empleo terapéutico | +++ |
| Precio | ++ |
| Parte destilada | La cáscara |

Principios activos esenciales

Terpenos : limoneno (65-94%), furocumarinas (1-2%)

Propiedades terapéuticas

- ◆ Calmante del simpático, relajante, sedativo +++
- ◆ Moderador del S.N.C. +++
- ◆ Tónico digestivo, un poco laxativo ++
- ♣ Insomnios, angustias, excitaciones +++
- ♣ Dispepsias, gastralgias, aerofagia +++
- ♣ Distonias neurovegetativas ++

Indicaciones

Contraindicaciones

Uso externo amplio antes de ir al sol por el riesgo de fotosensibilización.

Comentarios :

Excelente en difusión atmosférica, para crear un ambiente relajado.
Estupendo para todos los estreses del niño.



Los aceites vegetales

Su composición rica en ácidos grasos esenciales y vitaminas liposolubles le da propiedades internas y externas estupendas

Para los masajes:

Avellana, Almendras dulce, Hueso de albaricoque,

Rosa mosqueta...

Cólicos, espasmos digestivos

| | |
|-------------------------------|------|
| AEQT Manzanilla romana | 2ml |
| AEQT Lavanda officinal o vera | 2ml |
| Es Mandarina | 1ml |
| AV Nuez de albaricoque | 10ml |

Aplicar realizando masaje en sentido horario, 3-4 veces al día.



Chamaemelum nobile
o ***Anthemis nobilis***
Manzanilla noble o romana

| | |
|---------------------------|------------|
| Familia botánica | Asteráceas |
| Procedencia | Francia |
| Empleo terapéutico | +++ |
| Precio | +++ |
| Parte destilada | La flor |

**Principios activos
esenciales**

Cetonas terpénicas : pinocarvona(10%)

Esteres terpénicos : angelato de isobutilo (40%), isobutirato (4%), butirato de isoamilo (3%)

**Propiedades
terapéuticas**

- ◆ Antalgico eficiente +++
- ◆ Antiespasmódico potente +++
- ◆ Calmante del sistema nervioso central +++
- ◆ Preanestésiante +++
- ◆ Antiparasitario ++
- ◆ Antiinflamatorio +++
- ♣ Distonias nerviosas, choques nerviosos e intervenciones quirúrgicas ++++
- ♣ Parasitosis intestinales +++

Indicaciones

- ♣ Desordenes digestivos : digestión lenta, gases, aerofagia +++
- ♣ Espasmos, cólicos, nevritis, neuralgias ++
- ♣ Afecciones dermatológicas pruriginosas +++

Contraindicaciones

Ninguna a las dosis fisiológicas y terapéuticas.

Tanacetum annuum

Hierba lombriguera

Familia botánica

Asteráceas

Procedencia

Marruecos

Empleo terapéutico

++

Precio

+++

Parte destilada

La sumidad florida

**Principios activos
esenciales**

Sesquiterpenos : camazuleno (20%)

Terpenos : limoneno (30 a 40%)

**Propiedades
terapéuticas**

- ◆ Antiinflamatorio, antihistamínico +++++
- ◆ Antipruriginoso +++
- ◆ Analgésico ++

Indicaciones

- ♣ Crisis de asma +++
- ♣ Enfisemas ++
- ♣ Dermatitis irritativas, alérgicas, eritemas, prurito +++
- ♣ Rosácea ++
- ♣ Artritis, neuritis, ciáticas ++
- ♣ Varices ++

Contraindicaciones

Ninguna con las dosis fisiológicas y terapéuticas

Cedrelopsis grevei

Katafray

Familia botánica

Procedencia Madagascar

Empleo terapéutico +++

Precio ++

Parte destilada Corteza

Principios activos esenciales

Sesquiterpenos (60%): ishwarano (20%), β -cariofileno, α -copaeno (8%)

Terpenos: beta y alfa-pineno, limoneno, para-cimeno, beta-careno

Monoterpenoles: linalol, alfa-terpineol, terpinen-4-ol

Propiedades terapéuticas

- ◆ Antiinflamatorio, antihistamínico +++
- ◆ Antipruriginoso +++
- ◆ Analgésico ++
- ◆ Descongestivo venoso +++

Indicaciones

- ♣ Alergias respiratorias, asma +++
- ♣ Dermatitis irritativas, alérgicas, eritemas, prurito +++
- ♣ Artrosis, artritis, lumbago, reumatismo +++
- ♣ Varices, edema, piernas pesadas +++

Contraindicaciones

Ninguna con las dosis fisiológicas y terapéuticas

Dermatitis atópica, eccemas secos

| | |
|---------------------------|--------|
| AEQT Manzanilla romana | 0,2ml |
| AEQT Lavanda spica | 0,2ml |
| AEQT Hierba lombriguera | 0,2ml |
| AEQT Eucalipto citriodora | 0,1ml |
| AM Caléndula officinal | 29,3ml |

Aplicar sobre las zonas afectadas 4 veces al día.





Estragón

Artemisia dracunculus

Usos



- **Propiedades principales:**

Antiespasmódico neuromuscular +++

Eupéptico, estimulante digestivo y hepático ++

Antialérgico +++

- **Indicaciones:**

Alergias +++ (acción sobre el terreno) Tomar 2 gotas, con miel o AV, 2/día durante 3 semanas (antes del periodo de la aparición de las alergias)

Aerofagia +++ colitis inflamatorias y espasmódicas +++

Fermentaciones, gases, hipo.

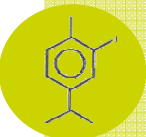
Familia botánica: Asteráceas

Origen: France

Parte destilada: Hierba en flor

Principios activos: Chavicol (Fenol M.E) 60 a 75%

Precauciones de uso: mujer embarazada de menos de 3 meses. Piel sensible diluir 50%



Eucalyptus radiata ssp *radiata*

Eucalipto radiata



| | |
|---------------------------|-----------|
| Familia botánica | Mirtáceas |
| Procedencia | Australia |
| Empleo terapéutico | ++++ |
| Precio | + |
| Parte destilada | La hoja |

Principios activos esenciales

Óxidos terpénicos : 1,8 cineol (60 a 70%)
Alcoholes terpénicos : α -terpineol (14%)
Terpenos : (8%)

Propiedades terapéuticas

- ◆ Anticatarral, expectorante ++++
- ◆ Energetizante : armoniza, regulariza el tono nervioso +++
- ◆ Antibacteriana ++
- ◆ Antiviral, inmunoestimulante +++
- ◆ Regulador centro tos ++

Indicaciones

- ♣ Gripes, afecciones respiratorias agudas y crónicas +++
- ♣ Bronquitis, tos productiva, sinusitis +++
- ♣ Pérdida de energía, cansancio crónico, astenias profundas +++

Contraindicaciones

Ninguna en dosis fisiológicas y terapéuticas.

Comentarios :

Particularmente recomendada para los niños por su perfecta tolerancia, su inocuidad notable y su facilidad de empleo. En periodo de epidemia viral, la difusión atmosférica del *Eucalyptus radiata*, con un difusor ultrasónico establecerá una barrera preventiva eficiente a cualquier contagio.

BOTIQUIN DE VERANO

AEQT y AV para la piel y el cabello

Cuidado de la piel

Quemaduras solares

Cuidados del cabello

AEQT repelentes de insectos

AEQT para difusión, para aplicar en la piel y para tratar picaduras

AEQT para piernas pesadas (mala circulación)

Circularom y sus AEQT

AEQT para trastornos digestivos

Mareos cinéticos, jetlag



BOTIQUIN DE VERANO

ACEITE PARA ANTES(*) Y DESPUÉS DE TOMAR EL SOL

AV de Rosa mosqueta de Chile 50 ml

AEQT de Palo de rosa 20 gotas

(*) NO SE TRATA DE UN ACEITE PARA IR A TOMAR EL SOL. IDEAL TODA LA FAMILIA.

ACEITE PARA QUEMADURAS SOLARES

Aceite macerado de Caléndula 50 ml

AEQT de Espliego 20 gotas

ACEITE PARA PROLONGAR EL BRONCEADO

AV de Nuez de Albaricoque 45 ml + Aceite macerado de Zanahoria 5 ml

AEQT de Palo de rosa 20 gotas



ROSA MOSQUETA

NUTRE Y CUIDA LA PIEL

Las cápsulas de rosa mosqueta a menudo se combinan con una aplicación local de este mismo aceite vegetal

- Quemaduras, heridas, amplio abanico de afecciones dermatológicas (eccema, psoriasis...)
- Arrugas, patas de gallo, envejecimiento prematuro de la piel, manchas de envejecimiento, pieles átonas, deshidratadas
- Piel frecuentemente expuestas al sol y/o al viento
- Refuerzo de la estructura del cabello y las uñas



Cajas de 40 cápsulas en blister

CONSEJOS DE USO

Como mantenimiento: 2 cápsulas al día (ó 1 caja al mes) a repetir sin problema alguno según sea necesario

En los demás casos: comenzar con **2 x 2 cápsulas** al día durante 10 días y a continuación seguir el esquema de mantenimiento



BOTIQUIN DE VERANO

MASCARILLAS PARA EL PELO

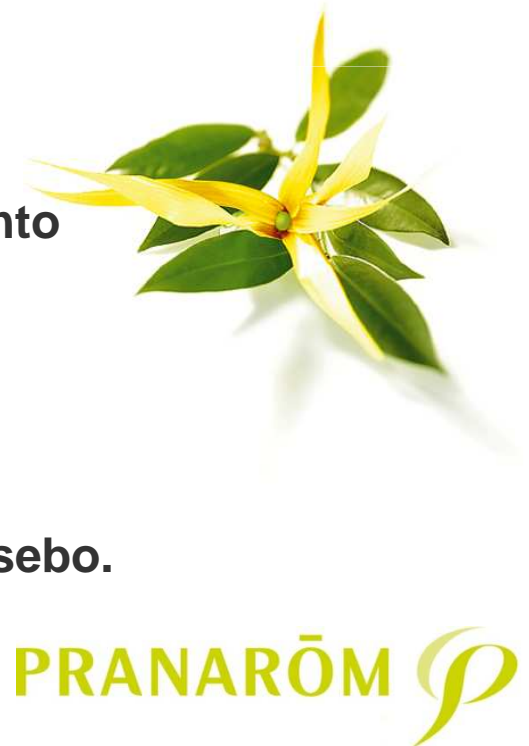
Elegiremos un aceite vegetal en función del tipo de pelo al cual añadiremos unas gotas de aceite esencial de Ylang Ylang (2 gotas de AE + 2 o 3 cucharas soperas de AV):

Pelo seco: AGUACATE

**Suaviza, hidrata, protege, fortalece y estimula el crecimiento
Contiene muchas vitaminas (A, B, C, D, E, H, K y PP)**

Otros tipos: JOJOBA

**Reequilibra el pelo graso normalizando la producción de sebo.
Da vitalidad, brillo, suavidad. Evita la caída.**



PRANARŌM 

BOTIQUIN DE VERANO

ACEITES ESENCIALES REPELENTES DE INSECTOS

- Citronela de Java
- Eucalipto citriodora
- Geranio de Egipto

PARA LAS PICADURAS:

Eucalipto citriodora + Espliego (Lavanda aspic)

Se pueden usar estos aceites esenciales en un difusor.

Aceite repelente para aplicar en la piel:

AV de Avellena 50 ml + 10 gotas de AEQT de Geranio + 10 gotas de AEQT de Eucalipto citriodora



Eucalyptus citriodora

QT CITRONNELLAL

Eucalipto azul



| | |
|---------------------------|----------------|
| Familia botánica | Mirtáceas |
| Procedencia | India, Vietnam |
| Empleo terapéutico | +++ |
| Precio | + |
| Parte destilada | La hoja |

Principios activos esenciales

Alcoholes terpénicos : citronelol (5 a 20%)

Aldehidos terpénicos : citronelal (40 a 70%)

Propiedades terapéuticas

- ◆ **Antiinflamatorio, antireumatismo** ++++ ◆ Antálgico, calmante +++
- ◆ Hipotensora ++ ◆ Repelente de mosquitos ++

Indicaciones

- ♣ Artritis, poliartritis reumatoides, reumatismos +++
- ♣ Hipertensión arterial ++ ♣ Herpes zóster, prurito ++
- ♣ Tenis elbow, golf elbow, pericarditis +++ ♣ Picadura de mosquitos +++

Contraindicaciones

Ninguna en dosis fisiológicas y terapéuticas.

Comentarios :Uso preferiblemente por vía tópica.

Dolor articular, muscular, reuma: 3 gotas de AE de eucalipto azul con un poco de aceite vegetal (una cucharita) aplicar según necesidad a lo largo del día.

Repelente de mosquitos: aplicar unas gotas en un poco de aceite vegetal. Usar también en un difusor.

En caso de picaduras de mosquitos, una gota de AE + una gota de AV en las picaduras.

Pelargonium x asperum

Cv Egipto

Geranio de Egipto



PRANARŌM 

| | |
|---------------------------|-------------|
| Familia botánica | Geraniáceas |
| Procedencia | Egipto |
| Empleo terapéutico | +++ |
| Precio | + |
| Parte destilada | La hoja |

Principios activos esenciales

Alcoholes terpénicos : citronelol (45%)
Esteres terpénicos (25%) : acetato de geraniol
Cetonas terpénicas : 8%

Propiedades terapéuticas

- ◆ Antiinfecciosa, antibacteriana +++
- ◆ Analgésica, antiinflamatoria ++
- ◆ Tónica general y tónica astringente cutánea estupenda +++
- ◆ Fungicida +++
- ◆ **Hemostática potente +++**

Indicaciones

- ♣ Miosis cutáneas, vaginales y digestivas (candida Albicans) +++
- ♣ **Llagas, cortes, hemorragias +++**
- ♣ Reumatismos osteoarticulares ++
- ♣ Inflamaciones cutáneas ++
- ♣ Prevención y tratamiento de estrías y arrugas +++

Contraindicaciones

Ninguna en dosis fisiológicas y terapéuticas.

APLICACIONES

Uso: preferiblemente vía tópica o atmosférica.

Cuidados de la piel (estrías, celulitis, arrugas, manchas). En la crema de día añadir 3 gotas.

Sangrado de la nariz: 1 gota del AE + 1 gota de aceite vegetal en un bastoncillo. Aplicar directamente.

Aceite para el cuerpo (antiestrías): 50 ml de aceite vegetal de rosa mosqueta + 60 gotas de AE de Geranio.

Lavandula latifolia spica

Lavanda aspic

| | |
|---------------------------|--------------------|
| Familia botánica | Lamiáceas |
| Procedencia | Sur de Francia |
| Empleo terapéutico | ++++ |
| Precio | +++ |
| Parte destilada | La sumidad florida |

Principios activos esenciales

Óxidos terpénicos : 1,8 cineol (30%)
Alcoholes terpénicos (30%) : linalol, borneol
Cetonas terpénicas : alcanfor (10%)
Terpenos (10%) : canfeno

Propiedades terapéuticas

◆ Anticatarrales, expectorante +++
◆ Bactericida y antivírica : Staphylococcus aureus +++, E. coli +++, Candida albicans +++
◆ **Cicatrizante y analgésico excepcionales +++++** ◆ **Antitóxico +++++**

Indicaciones

♣ Infecciones microbianas y virales : ORL (otitis, sinusitis, bronquitis) +++
♣ Acné supurando, quemaduras fuertes, micosis (pie de atleta) +++
♣ Reumatismos y poli artritis reumatoides ++
♣ Picaduras de animales venenosos : avispa, escorpión, medusa, serpiente +++++

Contraindicaciones

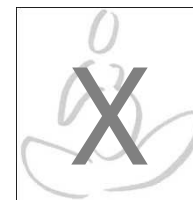
Ninguna con las dosis fisiológicas y terapéuticas

Comentarios :

Su acción disolvente sobre las mucosidades asociada a las acciones antiinfecciosas y antiinflamatorias explican su muy buena eficiencia en las rinofaringitis del niño por lo que se acepta bien por la piel o en inhalación.

BOTIQUIN DE VERANO

***PROBLEMAS DE RETORNO VENOSO, PESADES EN LAS PIERNAS
PROBLEMAS DE CIRCULACIÓN SANGUÍNEA***



Descongestionante venoso, linfático, linfotónico, flebotónico:

CIRCULAROM GEL

AEQT Menta piperita

AEQT Cajeput

AEQT Ciprés de Provenza

AEQT Niaulí

AEQT Patchouli

AEQT Siempreviva amarilla

AEQT Lentisco



PRANAROM 

Cupressus sempervirens

var. *stricta*

Ciprés



| | |
|---------------------------|------------------|
| Familia botánica | Cupresáceas |
| Procedencia | Mediterránea |
| Empleo terapéutico | +++ |
| Precio | ++ |
| Parte destilada | La rama con hoja |

Principios activos esenciales

Terpenos : α -pineno (45%), δ -careno (25%)
Sesquiterpenoles : cedrol (7%)

Propiedades terapéuticas

- ◆ Antitusivo +++
- ◆ Estrogen-like ++
- ◆ Descongestionante venoso, linfático, prostático +++

Indicaciones

- ♣ Tos que dura : tos ferina espasmódica, seca +++
- ♣ Adenomas prostáticas, prostatitis +++
- ♣ Congestiones venosas : varices, piernas pesadas, hemorroides, edemas de los miembros inferiores +++
- ♣ Enuresis infantil +++

Contraindicaciones

Ninguna en dosis fisiológicas y terapéuticas.

Comentarios :

Tónico de la circulación venosa y protector de los vasos capilares, esta AE es muy utilizada para el drenaje linfático en sinergia con *Pistacia lentiscus*, *Cedrus atlantica*, *Juniperus virginiana*.

PRANARÔM 



Siempreviva amarilla

Helichrysum italicum ssp serotinum

Uso el más frecuente



- **Propiedad principal:**

Anti hematoma.

- **Indicaciones :**

Hematoma, flebitis, edema...

- **Posología :**

2 gotas de AEQT puro en la hematoma con o sin llagas varias veces al día o
4 gotas de AEQT en 4 gotas de AV en masaje en las piernas.

Un poco



Poner 1 gota de AEQT + 1 gota de AEQT de geranio rosat o de AEQT de romero QT vb + 2 gotas de rosa mosqueta del Chile en las cicatrices.

BOTIQUIN DE VERANO

ACEITES ESENCIALES para TRASTORNOS DIGESTIVOS

- **Albahaca**
- **Limón**
- **Menta piperita**





Albahaca exótica

Ocimum basilicum ssp basilicum

Uso lo más frecuente



- **Propiedad principal:**
Anti espasmódico potente.

- **Indicaciones:**
Espasmos musculares, digestivos y ginecológicos.

- **Posología:**
1 a 2 gotas de EAQT en un soporte en sublingual después de la comida o
3 gotas de AEQT en 5 gotas de AV en uso local.

Un poco 

Contra el cambio de hora, tomar 1 gota de AEQT + 1 gota de AEQT de manzanilla en sublingual, en el plexo solar o en el lado interno de las muñecas para respirar.

Contra el malestar de los transportes, tomar 1 gota de AEQT + 1 gota de esencia de limón + 1 gota de AEQT de menta piperita en sublingual o en el lado interno de las muñecas para respirar.

Citrus limon

Limón



| | |
|--------------------|--------------------------|
| Familia botánica | Rutáceas |
| Procedencia | Mediterráneo, California |
| Empleo terapéutico | +++ |
| Precio | + |
| Parte destilada | Cáscara |

Principios activos esenciales

Terpenos : limoneno (60-75%)
Cumarinas y furocumarinas : > 1,5%

Propiedades terapéuticas

- ◆ Antibacteriana, antiséptica, antivírica ++
- ◆ Antilitiásica +++
- ◆ Acción Vitamínica P: disminuye la permeabilidad capilar, aumenta la resistencia capilar ++
- ◆ Fluidifica la sangre ++
- ◆ Estimulante digestivo y hepático ++

Indicaciones

- ♣ Periodos de enfermedades contagiosas ++
- ♣ Trastornos venosas, flebitis ++
- ♣ Cálculos y cólicos nefríticos ++
- ♣ Desinfección del aire +++
- ♣ Ligera sobrecarga hepática y digestiva ++

Contraindicaciones

Fotosensibilización e irritación cutánea posible.

Comentarios :

Ideal para una buena desintoxicación y revitalización. Excelente en difusión atmosférica.

BIBLIOGRAFÍA

AROMATERAPIA, el arte de curar con aceites esenciales

Dominique Baudoux

Disponible en Castellano

GUÍA PRÁCTICA DE AROMATERAPIA FAMILIAR Y CIENTÍFICA

Mis 12 aceites esenciales en 100 fórmulas muy eficaces para 300 enfermedades

Dominique Baudoux

Disponible en Castellano

POR UNA COSMÉTICA INTELIGENTE. Aceites esenciales y vegetales

Dominique Baudoux

Amyris ediciones

LES CAHIERS PRATIQUES SELON L'ECOLE FRANÇAISE

Dominique Baudoux

Tome 1 Pédiatrie, tome 2 Dermatologie, tome 3 usage Veterinaire, tome 4 Soins paliatifs, tome 5 Grossesse, tome 6 Reflexologie

L'AROMATHERAPIE EXACTEMENT

Pierre Franchomme





PRANARŌM 
international

Aromaterapia
Científica

G r a c i a s

Más información sobre nuestros productos en
www.pranarom.com

