

OLIO ESSENZIALE DI LIMONE



FONTE: Citrus limonum (famiglia delle Rutaceae). Distillazione a vapore dalla scorza dei frutti di Limone.

PROPRIETÀ: Antibatterico, espettorante, rilassante.

PROFUMO: agrumato, fresco e balsamico.

CONTROINDICAZIONI: fotosensibilizzante si raccomanda di non esporsi al sole nelle 24 ore successive all'utilizzo. Sconsigliato in gravidanza e allattamento.

USO IN DIFFUSIONE AMBIENTALE

10 gocce nell'acqua del diffusore.

Profuma gradevolmente gli ambienti ed elimina i cattivi odori grazie alle sue funzioni antibatteriche.

Favorisce buon umore, concentrazione e respirazione. Allontana la stanchezza e rende attivi. Aiuta i timidi ed i titubanti.

Migliora la capacità di calcolo, aiuta il pensiero razionale e la capacità di risolvere i problemi.

USO INTERNO

1-2 gocce in un cucchiaino di miele o zolletta di zucchero assunto per via orale.

Aiuta il metabolismo, attivando le funzioni organiche dell'apparato gastro-intestinale.

Può essere usato anche **in cucina** per aromatizzare biscotti, torte e confetture.

USO ESTERNO

Olio: 10 gocce in un cucchiaio di olio vegetale (mandorle, girasole, oliva) frizionato dolcemente.

Previene le rughe e le macchie solari o senili, favorisce il rinnovamento cellulare dell'epidermide.

Anticellulite, favorisce la circolazione, previene la comparsa di capillari e migliora la ritenzione idrica.

Rinforza le unghie fragili e lenisce il dolore e il fastidio causato dai geloni.

Su schiena e torace, lenisce i sintomi del raffreddore.

Gel: 1 goccia in un cucchiaino di gel di aloe vera.

Rinforzante sui capillari è adatto a combattere la couperose.

Astringente: efficace in caso di pelle grassa, sebo in eccesso, impurità.

Collutorio: Qualche goccia in un bicchiere d'acqua per fare gargarismi.

Combatte l'alito cattivo, in caso di stomatiti o gengiviti.

Maschera per capelli: Qualche goccia in uno shampoo NEUTRO.

Anticaduta, antiforfora e per capelli grassi.

USO PER PULIZIE ECOLOGICHE

20-30 gocce in un bicchiere di aceto di vino bianco con un litro d'acqua.

Detergente antibatterico e profumato efficace per la pulizia di pavimenti in ceramica, sanitari e rubinetti.