

OLIO ESSENZIALE DI PINO SILVESTRE



FONTE: Pinus sylvestris (famiglia delle Pinaceae). Distillazione a vapore di rametti e aghi..

PROPRIETÀ: Tonificante, espettorante e antisettico.

PROFUMO: fresco, legnoso, terrestre, balsamico.

CONTROINDICAZIONI: Sconsigliato in gravidanza e allattamento. Si consiglia di evitarne l'uso esterno qualora siano presenti delle irritazioni cutanee.

USO IN DIFFUSIONE AMBIENTALE

1 goccia nell'acqua del diffusore per ogni mq.

Sostiene e rinforza, aiuta a ritrovare la fiducia e a resistere alle avversità. Ottimo in caso di debilitazione, stress, affaticamento e tensione, depressione, neurastenia, affaticamento.

Aumenta l'ossigenazione sanguigna, purifica e stimola la rigenerazione cellulare.

L'aroma fresco e balsamico **aiuta a purificare l'aria** degli ambienti.

USO INTERNO

2 gocce in un cucchiaino di miele assunto per via orale.

Contro ritenzione idrica, infezioni delle vie urinarie e reumatismi, 3 volte al giorno dopo i pasti principali.

USO ESTERNO

Olio: 1 goccia ogni 4 gocce di olio vegetale

Allevia i disturbi della **tosse**, se massaggiato su petto e gola. Ottimo per **scabbia**, piaghe, tagli, parassiti e pidocchi.

Calmante dei **dolori muscolari**, artrite, artrosi, sciatica o lombalgia. Cortisonico naturale.

Incrementa l'eliminazione di CO₂, **migliora l'ossigenazione** dell'ambiente e del corpo.

Bagno: 10-20 gocce in una vasca d'acqua.

Rinvigorente e tonificante, aiuta a sentirsi subito efficienti al risveglio, indicato nei casi di ipotensione e insufficienza cardiaca.

Lenisce i sintomi di bronchite, **bronchite** cronica, tosse, asma, raffreddore, influenza, otite, laringite.

SUFFUMIGI

15 gocce in una bacinella d'acqua bollente. Copri il capo con un asciugamano e inspira col naso.

Interrompi di tanto in tanto, e continua finchè c'è vapore

Espettorante, fluidifica il catarro facilitandone l'eliminazione. Viene perciò utilizzato in caso di raffreddore, sinusite, influenza, tosse, laringite, bronchiti acute e croniche, nelle sindromi influenzali, asma.