

AROMATERAPIA OLFATTIVA & SANIFICAZIONE DELL'ARIA

Come utilizzare gli Oli Essenziali e i Diffusori per ottenere i migliori benefici psico-fisici

*Scopri i consigli pratici e i rimedi naturali
per purificare, profumare e sanificare l'aria
in casa e negli ambienti di lavoro.*



DEA SALUS



Questa piccola guida nasce dall'esperienza quotidiana delle professioniste Dea Salus a contatto con le richieste e le esigenze dei loro clienti. Dea Salus è conosciuta Parafarmacia, Erboristeria e Sanitaria presente a Padova e Online.

Introduzione

Esistono diversi modi con cui utilizzare i nostri preziosi alleati, gli oli essenziali, i quali negli ultimi periodi sono diventati i protagonisti di richieste, curiosità e dubbi da parte di moltissimi nostri clienti (sia in negozio che online), tanto che abbiamo deciso di prendere nota delle domande più frequenti e di riportare nelle pagine che stai per scorrere tutte le risposte che abbiamo fornito in questi mesi. In questo modo, ne siamo certe, potremo aiutare un numero ancora più alto di persone a trarne **i migliori vantaggi per corpo e mente.**

Se anche tu nutri curiosità su **tipologie, benefici, modalità di utilizzo e impiego di essenze e diffusori,** questa piccola guida fa proprio al caso tuo.

Per qualsiasi ulteriore informazione, il nostro team di specialisti è a tua completa disposizione, non esitare a contattarci per una consulenza su misura per te.

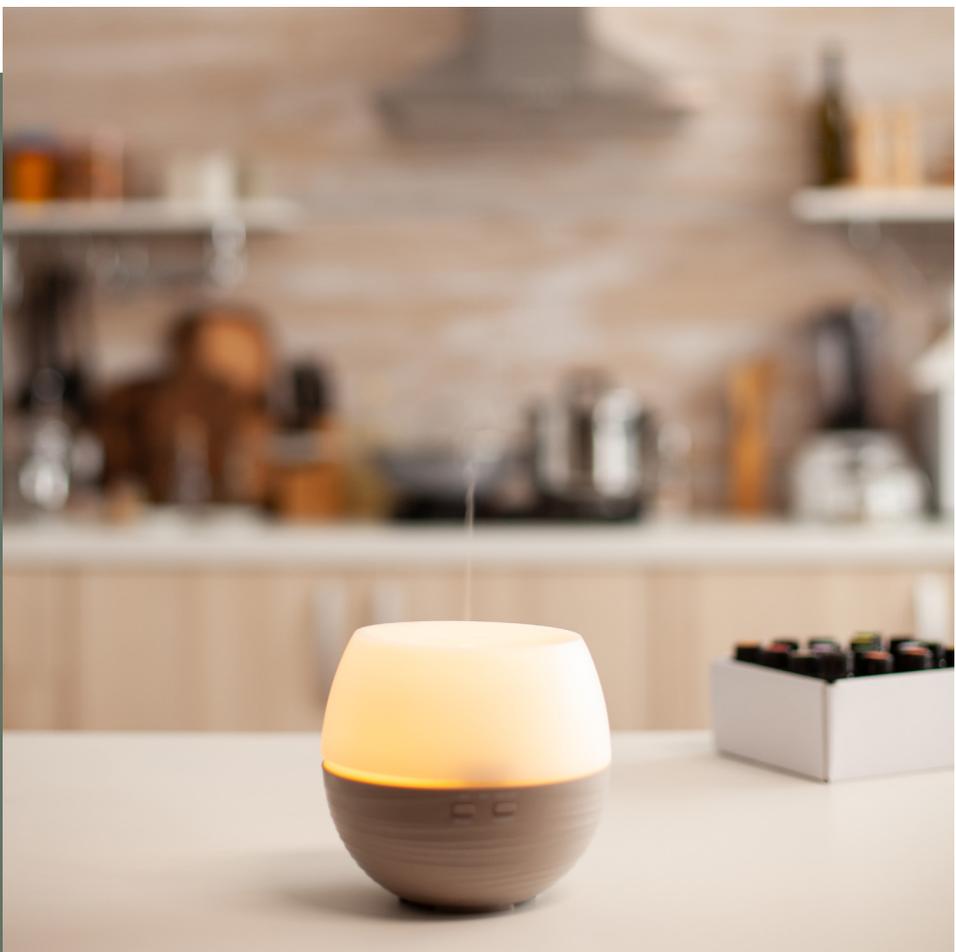
E ora bando agli indugi, immergiamoci subito nel rigenerante e purificante regno degli oli essenziali e delle loro modalità di diffusione in casa e nell'ambiente di lavoro.



Oli Essenziali e Aromaterapia Olfattiva

Davvero versatili, gli oli essenziali trovano diversi impieghi tutti molto utili, dalla pulizia per la casa, alla cura della persona, sino alla cosmesi; in particolar modo, sono da sempre conosciuti e utilizzati per migliorare e purificare l'aria nelle nostre case o nei luoghi di lavoro.

L'**Aromaterapia olfattiva** è divenuta ormai sempre più importante e conosciuta ai più, potremmo dire che è entrata a pieno titolo a far parte della nostra vita e delle nostre case in maniera trasversale grazie ai suoi **innumerevoli benefici**.





Tra le varie medicine alternative, l'**Aromaterpia** si basa sull'utilizzo degli oli essenziali per apportare un benessere generale alla persona sia a livello fisico che a livello mentale attraverso un'esperienza **sensoriale diretta**: semplicemente inalando l'aria intrisa di essenza, le molecole entrano in contatto con i tantissimi recettori del naso arrivando alle fibre nervose e al nostro cervello ed in particolare al sistema limbico, area che controlla i ricordi, gli istinti e le funzioni vitali; al contempo, respirando, gli oli si diffondono anche tramite gli alveoli polmonari e i capillari entrando in circolo (NB: al contrario dei farmaci, gli oli vengono eliminati in poche ore).

Da qui si intuisce l'importanza che può avere una buona diffusione delle molecole aromatiche al fine di **regalarci momenti di relax e di energia, lenire un dolore o uno stato d'animo, piuttosto che semplicemente togliere un cattivo odore o alleviare un'influenza.**

*„regalarci
momenti
di relax e
di energia”*



Come diffondere nell'aria gli oli essenziali in modo efficace e gradevole?

Nelle prossime righe vediamo come diffondere gli oli essenziali nell'ambiente e con quali strumenti è possibile farlo.

Esistono diversi dispositivi per emanare le essenze, molto diversi tra loro per modalità di utilizzo, costo e resa.

Partiamo quindi analizzando da vicino le tipologie che usualmente si possono trovare in vendita: in questo modo, **una volta conosciute le caratteristiche principali, sarà facile scegliere il mezzo e perciò il metodo che fa al caso nostro** in vista dell'uso che vogliamo farne.

In commercio si trovano facilmente **tre tipologie di strumenti**, che possiamo scegliere sulla base delle loro prestazioni:

✿ **Diffusori Brucia Essenze a Candela**

✿ **Diffusori Brucia Essenze Elettrici**

✿ **Diffusori a Ultrasuoni**

Vediamoli ora uno per uno.



Pro e contro per ogni tipologia di Diffusore

Brucia essenze con candela (tealight)

Definiti anche comunemente col nome di **lampade brucia essenze** o **lampade per aromi**, sono il modello più conosciuto e utilizzato, in commercio da tantissimi decenni.

Di varie forge e fatture, si possono acquistare in ceramica, in vetro o terracotta, anche se quest'ultima è sconsigliata per la sua natura fragile.





Utilizzo: molto semplice! È sufficiente accendere la candelina che si alloggia nella parte bassa e, nella parte alta dello strumento (dove solitamente c'è una conca, un incavo), versare 5/6 gocce di olio essenziale puro e aggiungere l'acqua.

Quanta acqua? Tanta o poca in base a quanto tempo desideriamo duri la diffusione. Per un periodo prolungato, si dovrà rabboccare spesso l'acqua che evapora velocemente.



Vantaggi: molto economico (dagli 8 ai 20€ c.a), diffonde in maniera veloce la profumazione, **adatto per brevi emanazioni.**

Ideale con l'uso di cere profumate (Tart). La Luce soffusa che si sprigiona dai forellini crea un'atmosfera romantica.



Svantaggi: raggiunge temperature alte, tanto che dal nome stesso si evince che **BRUCIA** gli oli rovinando un po' e snaturando le molecole e i benefici degli stessi; la ceramica si scalda e bisogna stare attenti a non scottarsi o versare i liquidi.

Non è adatto per lunghe diffusioni in quanto gli oli bruciano velocemente e il calore non è costante o controllabile a causa della fiamma che si alza o abbassa, e in ogni caso il brucia essenze **deve essere supervisionato.**



Brucia essenze elettrico



Utilizzo: il meccanismo di azione è simile a quello descritto sopra, ma con una sostanziale differenza: **la candela è sostituita da una lampadina.** In dotazione troviamo il filo per raggiungere la presa elettrica, basta inserire la spina e con l'interruttore per accendere e spegnere regolare l'utilizzo.

Solitamente la **lampada per aromi elettrica** è un po' più grande della precedente descritta, ma è anche più **ornamentale**; i materiali sono i medesimi, si possono trovare in aggiunta lampade di sale himalayano. Il costo è leggermente più alto, ma rimane comunque economico (attorno ai 20 / 30 euro).



Rispetto ai brucia essenze, in questo caso **la nebulizzazione degli oli è diretta e migliore** in quanto il calore della lampadina, delicato e costante, brucia meno velocemente, tant'è che **non è necessario aggiungere l'acqua**: è sufficiente versare alcune gocce di olio essenziale. Molti consigliano 1 goccia al metro quadrato, ma secondo la nostra esperienza è un metro di misura alquanto dispendioso e azzardiamo anche eccessivo. Solitamente **sono sufficienti un minimo di 5, fino a 10/12 gocce di olio essenziale per una stanza di medie dimensioni.**



DEA SALUS



Vantaggi: costo contenuto, valido se si vuole utilizzare per un tempo sia breve che medio, non necessita di sorveglianza continua, **comodo e pratico** se fornito anche di interruttore. Crea una bella atmosfera di una luce soffusa solitamente bianca. Adatto anche nell'impiego di Tart o cere profumate che dureranno molte ore anche se inizialmente impiegano un po' più tempo a sciogliersi rispetto a un brucia essenze con candela.



Svantaggi: non è molto agevole se utilizzato per tutta la giornata in quanto bisogna rinnovare ogni tanto le essenze.



Altri diffusori elettrici

Tra i diffusori elettrici, se ne possono trovare di efficacissimi, sicuramente meno scenografici ma più compatti, stiamo parlando di emanatori formati solamente da un piccolo serbatoio (ricarica) che contiene un mix di oli e una spina da inserire nella presa a muro e con un piccolo tasto acceso/spento (on/off). Si trovano miscele di oli puri già formulate per esempio per respirare meglio, tipo il balsamico, o antizanzara.



Vantaggi: economico (15-20 euro), se si pensa che mediamente dura 200 ore.



Svantaggi: copre stanze medio piccole di circa 15/20 mq. Non esistono tantissime varietà disponibili.



Diffusori ad ultrasuoni



Conosciuti anche col nome **Lampade ad ultrasuoni**, i diffusori ad ultrasuoni sono **veramente efficienti**, tanto da aver via via sostituito nel mercato gli antichi brucia essenze; possono essere in ceramica, vetro, o plastica per un uso più smart. Ad eccezione di qualche raro modello a batteria, prevalentemente sono collegati a una presa elettrica o usb e hanno diversi optional.

Mediamente le caratteristiche dei vari modelli disponibili in vendita sono molto simili, e qui di seguito elenchiamo le prestazioni che forniscono normalmente:

- ✿ Fungono da delicati umidificatori dell'aria
- ✿ Diffondono le essenze
- ✿ Svolgono anche la funzione di Cromoterapia





Per la tecnologia che impiegano, i diffusori a ultrasuoni sono sicuramente innovativi sia nel modo di diffondere gli oli essenziali sia per le prestazioni diverse che offrono.

Vere e proprie lampade in grado di illuminare gli ambienti, sono nostri grandi alleati per la cromoterapia, l'umidificazione lieve delle stanze e la profumazione e/o purificazione dell'aria, di cui migliorano la qualità.



La propagazione nell'ambiente è molto veloce e adatta anche a spazi grandi. **Permettono di utilizzare al meglio l'olio essenziale senza alterarlo, scaldarlo o rovinarlo; si definisce infatti evaporazione a freddo.**

La tecnologia a ultrasuoni funziona attraverso una piastrina di ceramica che, emettendo ultrasuoni, spacca le molecole di acqua trasformandola in un sottile fumo il quale, tramite una piccola ventola, viene spinto fuori dal diffusore con il tipico fiotto di vapore freddo.



È **vivamente consigliato di utilizzare oli essenziali puri**, i quali galleggeranno nell'acqua quando li verserete, ma non ci sarà alcun problema, in quanto gli ultrasuoni riusciranno a catturare ugualmente - tramite l'acqua - le essenze, senza bisogno di mescolare.



Utilizzo: è molto semplice, basta riempire fino al livello indicato (**e assolutamente non oltre**) il serbatoio di acqua, si può impiegare quella del rubinetto, ma per ridurre il calcare sarebbe opportuno usare l'acqua minerale di bottiglia, e poi aggiungere 8/15 gocce di olio o miscela preferito.

I serbatoi variano a seconda del modello, cosicché anche **l'erogazione** - se si sceglie che sia continua - varia da 3, 4 ore **fino alle 8 ore circa**.

Possono avere più tasti frontali o un bottoncino nascosto alla base tra i piedini per i modelli più di design i quali, avendo la calotta in un pezzo unico di vetro o ceramica, permettono l'attivazione a pressione del bottoncino. Ponendo la mano sopra il diffusore e premendo una volta si accende e si illumina; premendo la seconda volta si blocca la luce sul colore preferito; premendo la terza volta si spegne l'apparecchio. In alcuni modelli è possibile col click deselezionare la funzione della luce.



In tutti i modelli per far accendere la luce è necessario inserire l'acqua, in quanto non funzionano a secco come una normale lampada.

Nei modelli con i tasti sono presenti più opzioni, possono essere aggiunti dei timer o decidere il tipo di diffusione, se più leggera o più forte.

Tutti i dispositivi hanno un sistema di protezione, e terminata l'acqua si spengono in automatico.

*Guarda il Video
della Dott.ssa
Giulia Borella di
Dea Salus su come
utilizzare i Diffusori a
Ultrasuoni:*





Vantaggi: il dispositivo e l'acqua non diventano mai caldi, un buon risparmio nella quantità di oli essenziali utilizzati, una erogazione omogenea; non serve controllare in continuazione la lampada.

Si beneficia maggiormente delle potenzialità delle essenze perchè vengono diffuse senza alterarne la qualità.



Svantaggi: il costo un po' più elevato, varia da un minimo di € 30 per i modelli in plastica fino ai 50/80 euro circa per la versione in altri materiali.



Dal nostro punto di vista, i diffusori a ultrasuoni sono dei veri alleati per migliorare il benessere psico-fisico della persona, sia in casa che durante l'attività lavorativa!



Desideri ulteriori consigli sui diffusori elettrici, gli oli essenziali e l'Aromaterapia?



I nostri Esperti in rimedi naturali sono a tua completa disposizione. Contattaci senza impegno:

email: info@deasalus.shop

telefono: 049 7991284

Per ricevere comodamente a casa prodotti naturali, parafarmaci, integratori e dermo-cosmetici, entra su:

www.deasalus.shop



DEA SALUS

Ci trovi anche a
Padova:

Via Guizza, 223
35125 Padova

