

HORTELÃ-PIMENTA

O **ÓLEO ESSENCIAL DE HORTELÃ-PIMENTA** É EXTREMAMENTE EFICAZ PARA ALIVIAR DORES DE CABEÇA, MÁ DIGESTÃO E NARIZ ENTUPIDO. ALÉM DISSO, É ÓTIMO PARA DAR UMA ANIMADA DE MANHÃ OU APÓS O ALMOÇO, AJUDA A ACORDAR E MANTER O FOCO.

óleos
{SÃO}
essenciais
DIFUNDINDO BEM-ESTAR

FICHA TÉCNICA

NOME CIENTÍFICO: *Mentha piperita*

ORIGEM: planta híbrida, cultivada no mundo todo

PARTE DA PLANTA: folhas e ramos

EXTRAÇÃO: destilação a vapor d'água

RENDIMENTO: 40 a 60 kg de planta produz 1kg de O.E.

PRINCIPAL COMPONENTE QUÍMICO: mentol

AROMA: herbal forte, fresco e mentolado

DIFERENCIAL: pode ser aplicado diretamente na pele em pequenas áreas, com precaução

AÇÕES PSICOLÓGICAS: Refrescante, estimulante mental, restaurador, tônico dos nervos, revigorante, renovador, energizante. Estimula a atenção e abranda temperamentos impulsivos e explosivos.

PROPRIEDADES MEDICINAIS: analgésico, anti-inflamatório, antisséptico, antiespasmódico, antiviral, antimicrobial, bactericida, adstringente, carminativo (anti-gases), cefálico, descongestionante, expectorante, antitérmico, hepático, nervino, estimulante, estomáquico, sudorífero, vasoconstritor, vermífugo.

INDICAÇÕES: Dor nos músculos e nas articulações, contusões, luxação, hematomas, torcicolo. Celulite, varizes, inchaço (*massagem com óleo carreador*). Irritações, coceiras e picadas na pele (diluição de 1%), acne, dermatite, micose (*aplicação local diluído em óleo carreador*). Febre, gripes, resfriados, congestão nasal, sinusite, rinite, asma, bronquite, tosse espasmódica (*difusão aérea*). Cólicas, espasmos, gastrite, dispepsia, flatulência, náusea, enjoo, vômito, mal-estar (*compressa morna*). Dores de cabeça, enxaqueca, fadiga mental, desmaios, estresse nervoso, vertigem, labirintite, tontura (*inalar direto do frasco ou difusor pessoal*). Mau hálito, aftas (*bochecho diluído em água*). Caspa, oleosidade (*gotas no frasco de xampu*).

CONTRA-INDICAÇÕES: o mentol pode causar sensibilidade. Não usar em grávidas ou em pessoas em tratamento homeopático, epiléticas ou com histórico de cardiopatia. Nunca usar em recém-nascidos e crianças menores de 5 anos. Não usar à noite, pois pode causar insônia.

ATENÇÃO! A Aromaterapia não é um substituto da Medicina, e sim um complemento dela. As dicas dadas aqui referem-se a pequenos problemas e de curta duração. Em casos de doenças crônicas, dores agudas ou acidentes graves, procurem um médico! Além disso, tratamentos com óleos essenciais a longo prazo devem ser ministrados e supervisionados por um aromaterapeuta profissional, que analisará caso a caso levando em consideração as particularidades de cada cliente.

Dados extraídos dos livros a seguir: [Guia Completo de Aromaterapia](#) [Joanna Hoare], [Tudo Sobre Aromaterapia](#) [Adão Roberto da Silva], [A Bíblia da Aromaterapia](#) [Gill Farrer-Halls] e [Técnicas de Aplicação de Óleos Essenciais](#) [Fernando Amaral] | Vídeo no YouTube com dicas de uso deste óleo essencial [aqui](#) | Compre [aqui](#) | Fichas técnicas de outros óleos [aqui](#) | Todos os direitos reservados a oleosessenciais.com

