

Aria salubre e profumata con gli oli essenziali

Tante le azioni che le essenze possono esercitare sull'organismo umano

Alcune piante contengono complesse miscele di sostanze, dette **oli essenziali**. Una caratteristica di queste sostanze è la volatilità, cioè la tendenza a evaporare già a temperatura ambiente. Nell'Europa rinascimentale la separazione della parte volatile, definita quinta essenza, era vista come un'estrazione del significato essenziale, appunto, della pianta. L'estrazione dell'olio essenziale avviene tramite distillazione in corrente di vapore di organi vegetali, come i frutti di **finocchio**, le foglie di **eucalipto** e i fiori di **camomilla**. Grazie alla presenza di terpenoidi, molecole che svolgono importanti funzioni nelle piante, gli oli essenziali si stanno dimostrando utili per la salute dell'uomo. Le azioni, che le essenze possono esercitare sull'organismo umano, sono tante, ad esempio: antibatterica, antivirale, spasmolitica, analgesica locale, digestiva e insetticida/repellente. I principali metodi di assunzione sono l'inalazione, l'uso topico e orale. Un'altra interessante applicazione è la "**purificazione**" degli ambienti. In farmacia

L'ESTRAZIONE DELL'OLIO ESSENZIALE AVVIENE TRAMITE DISTILLAZIONE IN CORRENTE DI VAPORE

puoi trovare ottime soluzioni spray, o gocce da utilizzare in appositi diffusori, che sfruttano l'azione antimicrobica di essenze, come limone e melaleuca, e permettono di ottenere un'aria salubre e profumata. Bisogna fare attenzione alle quantità utilizzate: questi prodotti possono causare irritazione, specialmente agli occhi e alle mucose. Può essere interessante sapere che studi recenti stanno cercando di mettere in relazione la percezione olfattiva delle essenze con presunti effetti psicologici. A questo proposito, sembra che la piacevolezza (o spiacevolezza) di un odore, in generale, sia determinata dall'appartenenza culturale e dall'evocazione di esperienze individuali passate. ●

a cura di
ROBERTO SCALVINI
Farmacista

