

Ficha divulgativa sobre Aromaterapia

Identificación

Nombre	Naranja
Especie botánica	<i>Citrus sinensis</i>
Parte de la planta destilada	Corteza del fruto
Origen	España
Método de extracción	Por expresión

Datos Específicos

Quimiotipo	D-limoneno
Principales Principios Activos	Limonene, b-Myrcene, a-Pinene, Sabinene, n-Decanal

De manera histórica el AE de Naranja dulce se ha valorado por sus propiedades como: Ambientador. También se le atribuyen propiedades antisépticas a nivel bacteriano, tranquilizante, tónico digestivo y antiesmásmódico.

Así mismo, su utilización se ha extendido en las siguientes aplicaciones:

Aplicaciones

	<u>Posología</u>	<u>Modo de empleo</u>
Ambientes cargados	1-4 veces al día	Difusor o vaporización
Ansiedad o nerviosismo	1-5 veces al día	Aplicación directa en Plexo solar o planta de los pies. Difusión atmosférica. Vía olfativa
Problemas digestivos	2-3 veces al día	Masaje zona digestiva. Oral. Vía Olfativa
Insomnio	1 vez al día	Masaje Plexo solar. Baño. Vía olfativa. Difusión ambiental
Úlceras Bucles	3 veces al día	Enjuagues

Precauciones

Este AE contiene compuestos naturales que pueden generar algún tipo de manifestación cutánea en personas sensibles a dichos compuestos. Puede realizarse un test aplicando una pequeña cantidad en una zona sensible como el anverso de la muñeca o el pliegue del anverso del codo.

El AE de naranja dulce es potencialmente fotosensible, se recomienda no aplicar en zonas de la piel que serán expuestas al Sol.

**Nota: La información que aparece en esta ficha referente a este aceite esencial y sus diferentes apartados, ha sido compilada por Terpenic Labs a partir de publicaciones, estudios y referencias profesionales del mundo de la aromaterapia científica. La misma se facilita con carácter meramente informativo y a título divulgativo, no pretende poseer carácter médico ni farmacéutico, y derivamos cualquier responsabilidad. Para nada debe utilizarse como pauta médica, y mucho menos sustituir un diagnóstico alopático ni su tratamiento. Consulte siempre a un profesional de la salud (alópata, aroma terapeuta) si pretende utilizar aceites*

esenciales con carácter terapéutico.

Nota: Los aceites esenciales deben usarse con precaución. En caso de duda consulte a su médico, farmacéutico o terapeuta profesional.



Formas de uso de los aceites esenciales

Existen diferentes formas de uso de los aceites esenciales en función de la patología a tratar y de la zona de la anatomía donde los queramos aplicar.

Masaje / Aplicación diluido	El aceite esencial debe disolverse en una base o portador. Normalmente un aceite vegetal o una crema neutra libre de parafinas. Recomendamos cualquiera de nuestra línea EVO
Baño	Emulsionar previamente 8-10 gotas de aceite esencial en un vaso con lecitina de soja o leche entera y añadirlo al baño. Cabe recordar que los ae no se disuelven en agua.
Baños locales	Añadir 4-5 gotas en agua caliente para baños de asiento, lavados genitales, pediluvios etc
Vaporización	3-4 gotas en el receptáculo del vaporizador / humidificador
Inhalaciones	Poner 2-3 gotas en un recipiente con agua hirviendo (vahos) o utilizar sobre el hervor otro recipiente del mismo tamaño y mantenerlo al baño maría. Al realizar las inhalaciones mantener los ojos cerrados para evitar posibles irritaciones
Compresas	Añadir 2-4 gotas en agua fría o caliente. Sumergir un paño de hilo, escurrir posteriormente y aplicar sobre la zona a tratar, repitiendo el proceso tantas veces como sea necesario
Aplicación local directa	Aplicar 1 gota sobre la zona a tratar, sobretodo teniendo en cuenta que hay aceites esenciales que son irritantes y dermocáusticos
Enjuagues y toques en la boca	Poner 1-2 gotas en un vaso de agua tibia para enjuagues y gargarismos. Para toques en la boca poner 1 gota en un bastoncillo de algodón. No enjuagar posteriormente
Lavado del cabello	Añadir 1-2 gotas a la dosis del champú
Aclarado del cabello	Una vez aclarado el cabello, poner 2-3 gotas en la mano, aplicar en fríega, dejar reposar 3 minutos y aclarar ligeramente
Dosis infantiles	Para dosis infantiles y como norma general hay que reducir a la mitad la dosis normal tanto en masaje como en baño. Evitar las inhalaciones directas

Vía oral

La vía oral es de gran eficacia en diversas patologías, pero sólo puede ser prescrita por facultativos (médicos o farmacéuticos), ya que los aceites esenciales son sustancias muy potentes y pueden provocar efectos secundarios graves. La posología en el caso oral varía en función del aceite, de la edad del paciente y de la gravedad de la patología a tratar. Sugerimos que cualquier tratamiento oral sea supervisado por un profesional.