

TABELLA DI DOSAGGIO - OLI ESSENZIALI

Per gli **oli essenziali** vale lo stesso principio della fitoterapia, che comprende anche l'aromaterapia: **"La dose fa il veleno"** - Paracelso
E questo vale a maggior ragione per gli **oli essenziali**, poiché si tratta di sostanze vegetali altamente concentrate che devono essere diluite! Anche a una concentrazione dello 0,5-3%, sono molto efficaci e generalmente ben tollerati dagli adulti sani.

OLIO ESSENZIALE - PERCENTUALE IN %



0,25 %

0,5 %

1 %

2 %

3 %

AREE DI APPLICAZIONE AROMATERAPIA

NEONATI, PELLE MOLTO SENSIBILE,
CURA DEL VISO;

BAMBINI, ANZIANI, DONNE IN
GRAVIDANZA, CURA DEL VISO;

OLI PER IL CORPO E PER IL MASSAGGIO,
MASSAGGI DI BENESSERE;

TRATTAMENTI PARZIALI PER IL CORPO,
IMPACCHI, COMPRESSE;

APPLICAZIONI BREVI, SPRAY PER AMBIENTI;

DILUIZIONE

Si intende una diluizione dell'1% di un olio essenziale in un olio vettore:

1 parte in 100 parti o 1 parte + 99 parti

100ml (1%): 20 gocce (1ml) in 100ml

10ml (1%): 2 gocce in 10ml

Per ottenere concentrazioni più elevate basta una semplice moltiplicazione:

10ml (2%): **Doppia concentrazione** => 2 x 2 gocce = 4 gocce per 10ml

10ml (3%): **Tripla concentrazione** => 3 x 2 gocce = 6 gocce per 10ml

DOSE MASSIMA IN GOCCE



OLIO VETTORE BIO IN ML



10 ML

30 ML

50 ML

100 ML