

GENERIAMO SALUTE

***FITOEMBRIOTERAPIA  
IN PEDIATRIA***



***CEMON***  
GENERIAMO SALUTE

***Secondo incontro***

**Dottoressa Paola Beria**

# ALLERGIA

È un disturbo del sistema immunitario che provoca una reazione di ipersensibilità verso sostanze di per se innocue (allergeni) che il sistema immunitario identifica come nemiche.

Gli allergeni più comuni sono il polline, il pelo animale, la polvere, i medicinali, alcune sostanze chimiche, alcuni metalli (nichel), gli alimenti.



# PREVENZIONE

È molto importante agire in prevenzione con un'azione di preparazione e fortificazione dell'organismo verso l'evento che provoca la reazione allergica.

In caso di allergia stagionale o comunque quando si conosce il momento in cui si manifesta iniziamo una terapia 3 mesi prima.

Se l'allergia si presenta in qualunque momento si consiglia di fare dei cicli di trattamento durante l'anno.



## Ribes nero



Antinfiammatorio  
Antiallergico  
Stimola corteccia surrenale  
Cortison-simile

## Rosa canina



Vitaminizzante  
Antinfiammatorio  
Immunistimolante

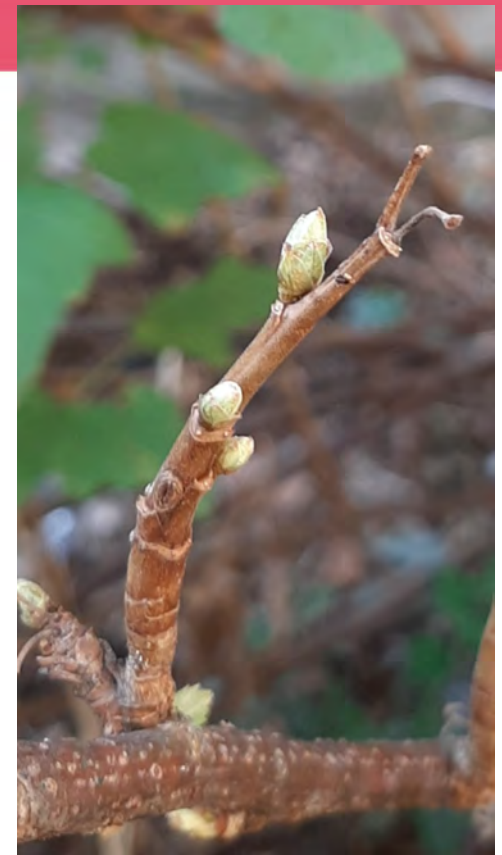
## Rosmarino



Fegato e vie Biliari  
Drenante epatico

## Ribes nero

- Famiglia delle Saxifragaceae.
- Arbusto 2m; Europa e Asia centro-nord.
- Pianta pioniera, cresce all'ombra in terreno umido.
- Dall'arabo Ribas, nome di un rabarbaro acidulo.
- La droga utilizzata sono le gemme e i giovani getti non lignificati.
- Agisce su infiammazioni acute e croniche di ogni natura e origine.
- Nel XVIII secolo era noto come “panacea universale” per le sue proprietà terapeutiche antiallergiche, antidolorifiche, antinfiammatorie, è stimolante immunitario e ha azione cortison-simile con attività diretta sulla corteccia surrenalica.
- Migliora la resistenza alla fatica, al freddo, allo stress, all'infiammazione.
- L'azione antinfiammatoria è molto vasta, rapida e non comporta gastro lesività tipica dei FANS e dei derivati cortosteroidi.





## Rosa canina

- Famiglia delle Rosaceae.
- Arbusto spinoso di 3m; Europa.
- Antenata del roseto moderno.
- Il nome “canina” deriva da Plinio il Vecchio: un soldato romano curato dalla rabbia con il decotto delle radici.
- La droga sono i giovani getti.
- È antinfiammatoria, agisce sulla flogosi localizzata e recidivante, è antiossidante, immunostimolante, antiallergica, vitaminizzante.
- Agisce sulle patologie apparato respiratorio. Sulle mucose delle prime vie respiratorie. Faringiti, otiti, tonsilliti, coliti che non si risolvono.
- Vitamina C nelle bacche fresche è 20 volte maggiore degli agrumi ma di difficile assunzione.
- Favorisce assorbimento Ca e Fe.



## Rosmarino

- Famiglia delle Lamiacee.
- Arbusto di 2m; Europa, Asia, Africa. Tipico della macchia mediterranea. Vive tra il livello del mare e gli 800 m.
- Era già noto nell'antico Egitto. I romani lo usavano per purificare al posto dell'incenso. Carlo Magno lo mise nel "Capitulare de villis", lo rende obbligatorio nei monasteri.
- Vive in terre secche e pietrose, non teme la siccità.
- Dal latino Rosmarinus, rugiada di mare.
- Organotropismo su fegato, colecisti, vie biliari, surrenali, gonadi maschili e femminili, metabolismo, sistema nervoso centrale.
- Depurativo, drena fegato e vie biliari, migliora la funzionalità intestinale.
- È antiossidante, epatoprotettore, colagogo, coleretico, antispasmodico.
- È efficace in tutte le forme allergiche croniche, intolleranze alimentari.
- È indicato anche come stimolante del sistema nervoso centrale, es memoria.



## *Tisana per l'allergia in generale:*

Elicriso	Sommità	40g	<i>antistaminico, funzionalità epatica e polmonare</i>
Ribes nigrum	Foglia	40g	<i>antinfiammatorio, diuretico</i>
Piantaggine	Sommità	20g	<i>antistaminica (sinergia con Elicriso e Ribes)</i>

Fare un infuso al 2%. Lasciare in infusione 10 minuti. Bere 2 tazze da tè al giorno.





## *Oli essenziali*

**Niaouli, Eucalipto, Limone**      Proprietà antivirali, antibatteriche e fluidificanti.



# FASE ACUTA

Qualunque sia l'allergia è fondamentale aiutare il bambino a migliorare la sua reattività individuale e a contrastare i sintomi e i disturbi dell'allergia come il naso che cola, il raffreddore, la tosse, i disturbi respiratori e cutanei.

L'allergia si manifesta ogni volta che il bambino viene a contatto con la sostanza sensibilizzante, l'allergene, anche in minima quantità che può entrare nell'organismo per via inalatoria, digestiva o per contatto, dando luogo ai noti sintomi.

I rimedi fitoterapici sono molto efficaci anche quando il fenomeno allergico si è già manifestato sostenendo la capacità di reazione dell'organismo e agendo sui sintomi



## Betulla bianca



Immunostimolante  
Remineralizzante  
Antistamminica  
Azione tonico-stimolante  
Drenaggio

## Faggio



Antistamminica  
Diuresi  
Drenaggio renale

## Ribes nero



Antinfiammatorio  
Antiallergico  
Stimola corteccia  
surrenale  
Cortison-simile

## Ginepro



Antinfiammatorio epatico  
Stimolante renale  
Drenante epato-renale

## Betulla bianca

- Famiglia delle Betulaceae.
- Albero 25m; Alpi, Europa atlantica, Asia. Fino 2000m.
- Colonizza terreni incolti rigenerandoli.
- Dal celtico betul. Verrucosa, pendula (per i rami), alba.
- La droga sono le gemme, i semi e la linfa.
- Le gemme agiscono sulla flogosi delle mucose con ipersecrezione, sono attive nei processi infettivi.
- Sono particolarmente indicate per bambini e adolescenti.
- Hanno proprietà immunostimolanti, drenanti, remineralizzanti, tonico-stimolanti e antistamminiche.
- Le gemme sono balsamiche, colagoghe, antisettiche ed efficaci nei casi di astenia e costipazione.





## Faggio

- Famiglia delle Fagaceae.
- Albero 40m; 400anni. Fino 2000m. Europa, Americhe, Giappone, Cina. Principale albero dei boschi montani in Italia eccetto in Sardegna.
- Vive in climi umidi, all'ombra.
- Cresce in altezza velocemente ma non si radica bene.
- Forse dal greco faghein = mangiare, per i frutti di cui sono i ghiotti i maiali e gli orsi.
- La droga son le gemme.
- Ha organotropismo sul rene, apparato respiratorio, il tessuto adiposo, il tessuto interstiziale.
- È molto efficace nel drenaggio renale, è diuretico e antisclerosi.
- Nelle allergie riduce la liberazione di istamina.
- Stimola il sistema immunitario.



## Ribes nero

- Famiglia delle Saxifragaceae.
- Arbusto 2m; Europa e Asia centro-nord.
- Pianta pioniera, cresce all'ombra in terreno umido.
- Dall'arabo Ribas, nome di un rabarbaro acidulo.
- La droga utilizzata sono le gemme e i giovani getti non lignificati.
- Agisce su infiammazioni acute e croniche di ogni natura e origine.
- Nel XVIII secolo era noto come “panacea universale” per le sue proprietà terapeutiche antiallergiche, antidolorifiche, antinfiammatorie, è stimolante immunitario e ha azione cortison-simile con attività diretta sulla corteccia surrenalica.
- Migliora la resistenza alla fatica, al freddo, allo stress, all'infiammazione.
- L'azione antinfiammatoria è molto vasta, rapida e non comporta gastro lesività tipica dei FANS e dei derivati cortosteroidi.



## Ginepro

- Famiglia delle Cupressacee.
- Arbusto, fino 15m, fino 2000m; Europa, dall'Asia SW fino Himalaya, Africa nord, America nord.
- Vive in terreni paludosi e pietrosi, resiste a freddo e siccità, vuole la luce.
- Dal celtico junepus = acre, aspro, per il sapore dei frutti.
- Catone nel "de re rustica" parla dell'azione diuretica se infuso nel vino.
- La droga sono i giovani getti.
- Ha un'azione a livello epatico, renale, del sangue e sistema osteo articolare.
- È antinfiammatorio e drenante della funzionalità epatica, elimina le scorie con alleggerimento epato-renale.
- È disintossicante degli epatociti, utile in caso di allergia.
- È tonico del rene, aumenta la diuresi e riduce uremia e uricemia.
- È indicato nell'aerofagia e ha azione regolatrice sul sistema neuro-vegetativo digestivo.





## *Tisana - decotto*

Elicriso	sommità	30g	<i>antistaminico, funzionalità epatica e polmonare</i>
Tarassaco	radice	20g	<i>depurativo, detossinante, agisce sul fegato</i>
Ortica	pianta	20g	<i>antiallergica, tonica, astringente</i>
Achillea	sommità	20g	<i>antinfiammatorio (azulene), spasmolitica</i>
Liquirizia	radice	10g	<i>antinfiammatorio polmonare</i>

Fare un decotto al 3%. Far bollire per 2 minuti, lasciare in infusione per 10 minuti e bere 2 tazzine al giorno.







## *Oli essenziali*

**Camomilla, Chiodi di garofano, Lavanda, Cipresso, Maggiorana, Pino silvestre.** Possiedono una forte azione antistaminica, unitamente a proprietà balsamiche, decongestionanti, lenitive e antinfiammatorie.



# RINITE

È l'infiammazione della mucosa nasale dovuta a ipersensibilità di agenti allergenici come ad esempio i pollini.



Determina gonfiore delle mucose nasali, prurito al naso, alla gola, arrossamento e lacrimazione degli occhi.

Possono manifestarsi anche starnuti, tosse, secrezioni nasali liquide chiare.

Inoltre talvolta si associano sintomi di stanchezza, malessere generale, perdita dell'appetito, insonnia.

## Carpino



Vie aeree  
Antinfiammatorio  
Anticatarrale  
Antispasmodica

## Ribes nero



Antinfiammatorio  
Antiallergico  
Corteccia surrenale  
Cortison-simile

## Rosa canina



Vitamina C  
Antinfiammatoria  
Immunostimolante

## Betulla bianca



Remineralizzante  
Tonico  
Antistamminica  
Crescita tessuti

## Abete bianco



Remineralizzante  
Fissazione Ca  
Metabolismo P-Ca

## Olivello



Tonico  
Rinforza il SI  
Antinfettivo

## Carpino

- Famiglia delle Betulaceae.
- Pianta 10-25m; vive 150-200 anni, nei boschi in Europa fino Caucaso e Iran.
- Albero sociale, sempre con faggi e querce.
- Dal celtico car=legno, pin=testa. Veniva usato per i giochi dei bovini. Betulus= le foglie sono come quelle delle betulle
- La droga sono le gemme.
- L'organospecificità è diretta al rinofaringe, alla trachea, alle mucose respiratorie, ai bronchi, ai polmoni, al midollo osseo e al fegato.
- Ha azione antinfiammatoria e antiscarroccale.
- Riduce gli spasmi delle prime vie respiratorie.
- È sedativo della tosse e cicatrizzante delle mucose affette da processi flogistici.
- Agisce anche in caso di piastrinopenia.





## Ribes nero

- Famiglia delle Saxifragaceae.
- Arbusto 2m; Europa e Asia centro-nord.
- Pianta pioniera, cresce all'ombra in terreno umido.
- Dall'arabo Ribas, nome di un rabarbaro acidulo.
- La droga utilizzata sono le gemme e i giovani getti non lignificati.
- Agisce su infiammazioni acute e croniche di ogni natura e origine.
- Nel XVIII secolo era noto come “panacea universale” per le sue proprietà terapeutiche antiallergiche, antidolorifiche, antinfiammatorie, è stimolante immunitario e ha azione cortison-simile con attività diretta sulla corteccia surrenalica.
- Migliora la resistenza alla fatica, al freddo, allo stress, all'infiammazione.
- L'azione antinfiammatoria è molto vasta, rapida e non comporta gastro lesività tipica dei FANS e dei derivati cortosteroidi.



## Rosa canina

- Famiglia delle Rosaceae.
- Arbusto spinoso di 3m; Europa.
- Antenata del roseto moderno.
- Il nome “canina” deriva da Plinio il Vecchio: un soldato romano curato dalla rabbia con il decotto delle radici.
- La droga sono i giovani getti.
- È antinfiammatoria, agisce sulla flogosi localizzata e recidivante, è antiossidante, immunostimolante, antiallergica, vitaminizzante.
- Agisce sulle patologie apparato respiratorio. Sulle mucose delle prime vie respiratorie. Faringiti, otiti, tonsilliti, coliti che non si risolvono.
- Vitamina C nelle bacche fresche è 20 volte maggiore degli agrumi ma di difficile assunzione.
- Favorisce assorbimento Ca e Fe.



## Betulla bianca

- Famiglia delle Betulaceae.
- Albero 25m; Alpi, Europa atlantica, Asia. Fino 2000m. In Italia cresce sulle Alpi, in Abruzzo e sull'Etna.
- Colonizza terreni incolti rigenerandoli.
- Dal celtico betul. Verrucosa, pendula (per i rami), alba.
- La droga sono le gemme, i semi e la linfa.
- Le gemme agiscono sulla flogosi delle mucose con ipersecrezione, sono attive nei processi infettivi.
- Sono particolarmente indicate per bambini e adolescenti.
- Hanno proprietà immunostimolanti, drenanti, remineralizzanti, tonico-stimolanti e antistamminiche.
- Le gemme sono balsamiche, colagoghe, antisettiche ed efficaci nei casi di astenia e costipazione.



## Abete bianco



- Famiglia delle Abietaceae.
- Albero 65m. Conifera antica, vive 250 anni, in Europa, tra i 500- 2000m.
- Rigenera il terreno e protegge con il sottobosco acido lamponi, mirtilli e sorbi.
- Il tronco cresce rapidamente verso l'alto, poi i rami, la radice centrale è profonda, le radici laterali delimitano il territorio. Non si radica.
- Pectinatus=aghi come un pettine, restano sulla pianta 7-10 anni.
- La droga sono le gemme.
- Ha organotropismo sull'apparato scheletrico, midollo osseo, tessuto linfatico.
- Remineralizzante, stimola la crescita, aiuta la fissazione del calcio nelle ossa. Per i disturbi della dentizione.
- Indicato in pediatria soprattutto per adenoiditi, tonsilliti, rinofaringiti recidivanti.



## Olivello spinoso

- Famiglia delle Eleagnaceae.
- È un arbusto di 3m; Eurasia.
- Ha fiori maschili e femminili su piante diverse, rami spinosi.
- Specie pioniera di terreni difficili e acidi, si adatta al freddo e caldo intensi.
- Le bacche sono ricche di vitamina C.  
Detto limone dei paesi nordici.
- Hippophae da hippos = ippopotamo phos= luce,  
antica Grecia era usato come foraggio per i cavalli per rendere il pelo lucido.
- Rinforza e stimola il sistema immunitario.
- Ha azione tonica, vitaminizzante, antinfiammatoria e antinfettiva.
- In convalescenza, per contrastare i colpi di freddo, le infezioni delle vie respiratorie recidive, le allergie.
- Aiuta nell'adattamento nei cambi di stagione.



## *Tisana per sulfumigi e inalazioni*

Eucalipto	Foglie	10g	<i>alto contenuto oli essenziali, espettorante</i>
Pino	Turioni	10g	<i>mucolitico per seni nasali e frontali, balsamico</i>
Timo	Erba	5g	<i>facilita la respirazione</i>
Salvia	Foglie	5g	<i>diuretica, balsamica</i>

Decotto al 5%, far bollire per 7 minuti. Per aumentare vapore aggiungere 1g di bicarbonato di sodio.



## *Tisana*

Eufrasia	Pianta	35 g	<i>antiallergica, astringente, contrasta il muco</i>
Maggiorana	Sommità	35 g	<i>stimolante, tonica, immunostimolante del S Resp</i>
Sambuco	Fiori	30 g	<i>antipiretico, anticatarrale</i>

Mettere 10 g in 300 ml di acqua, lasciare in infusione 10 minuti. Bere 2 tazzine al giorno e fare irrigazioni nasali con il rimanente.





## *Oli essenziali*

**Dragoncello** antiallergico, **Niauli** per bronchi e antivirale, **Camomilla romana** calmante, antiallergico, **Eucalipto**, antinfiammatorio, anticatarrale, decongestionante respiratorio, **Limone**, disinfettante, drenante, rinfrescante .





# ASMA



Affezione delle vie respiratorie caratterizzata da difficoltà più o meno gravi nella respirazione.

Provoca costrizione ed edema delle vie aeree e un aumento della secrezione di muco che ostruisce le vie respiratorie più piccole.

L'aria entra ed esce dai polmoni in modo difficoltoso e il respiro diventa affannoso.

Può essere molto pericoloso perché la difficoltà di respirazione determina una scarsa ossigenazione del sangue.

## Viburno



Apparato respiratorio  
Regola tono bronchiale  
Spasmolitico  
Inibisce broncospasmo  
Antiallergico

## Ribes nero



Antinfiammatorio  
Antiallergico  
Corteccia surrenale  
Cortison-simile

## Rosa canina



Vitamina C  
Antinfiammatoria  
Immunostimolante

## Abete bianco



Remineralizzante  
Fissazione Ca  
Crescita tessuti

## Rosmarino



Fegato e vie biliari  
Drenante epatico

## Ontano nero



Processi febbrili  
Antinfiammatorio

## Viburno

- Famiglia delle delle Caprifogliaceae.
- Arbusto 3m, Eurasia temperata.
- Zone umide, limite boschi e siepi.
- Le foglie in autunno virano al rosso, i fiori sono bianchi come palle di neve sui rami, le drupe sono nere e tossiche.
- Dal latino Vincio= intrecciare, per i rami flessibili.
- La droga sono le gemme.
- Ha azione sulla muscolatura liscia, l'apparato respiratorio e sistema neurovegetativo.
- Ha proprietà antiallergiche respiratorie e cutanee.
- Inibisce il broncospasmo, rimedio di eccellenza per asma allergico, tosse, dispnea, rinite cronica.
- Sedativo polmonare.



## Ribes nero

- Famiglia delle Saxifragaceae.
- Arbusto 2m; Europa e Asia centro-nord.
- Pianta pioniera, cresce all'ombra in terreno umido.
- Dall'arabo Ribas, nome di un rabarbaro acidulo.
- La droga utilizzata sono le gemme e i giovani getti non lignificati.
- Agisce su infiammazioni acute e croniche di ogni natura e origine.
- Nel XVIII secolo era noto come “panacea universale” per le sue proprietà terapeutiche antiallergiche, antidolorifiche, antinfiammatorie, è stimolante immunitario e ha azione cortison-simile con attività diretta sulla corteccia surrenalica.
- Migliora la resistenza alla fatica, al freddo, allo stress, all'infiammazione.
- L'azione antinfiammatoria è molto vasta, rapida e non comporta gastro lesività tipica dei FANS e dei derivati cortosteroidi.





## Rosa canina

- Famiglia delle Rosaceae.
- Arbusto spinoso di 3m; Europa.
- Antenata del roseto moderno.
- Il nome “canina” deriva da Plinio il Vecchio: un soldato romano curato dalla rabbia con il decotto delle radici.
- La droga sono i giovani getti.
- È antinfiammatoria, agisce sulla flogosi localizzata e recidivante, è antiossidante, immunostimolante, antiallergica, vitaminizzante.
- Agisce sulle patologie apparato respiratorio. Sulle mucose delle prime vie respiratorie. Faringiti, otiti, tonsilliti, coliti che non si risolvono.
- Vitamina C nelle bacche fresche è 20 volte maggiore degli agrumi ma di difficile assunzione.
- Favorisce assorbimento Ca e Fe.



## Abete bianco



- Famiglia delle Abietaceae.
- Albero 65m. Conifera antica, vive 250 anni, in Europa, tra i 500- 2000m.
- Rigenera il terreno e protegge con il sottobosco acido lamponi, mirtilli e sorbi.
- Il tronco cresce rapidamente verso l'alto, poi i rami, la radice centrale è profonda, le radici laterali delimitano il territorio. Non si radica.
- Pectinatus=aghi come un pettine, restano sulla pianta 7-10 anni.
- La droga sono le gemme.
- Ha organotropismo sull'apparato scheletrico, midollo osseo, tessuto linfatico.
- Remineralizzante, stimola la crescita, aiuta la fissazione del calcio nelle ossa. Per i disturbi della dentizione.
- Indicato in pediatria soprattutto per adenoiditi, tonsilliti, rinofaringiti recidivanti.

## Rosmarino

- Famiglia delle Lamiacee.
- Arbusto di 2m; Europa, Asia, Africa. Tipico della macchia mediterranea. Vive tra il livello del mare e gli 800 m.
- Era già noto nell'antico Egitto. I romani lo usavano per purificare al posto dell'incenso. Carlo Magno lo mise nel "Capitulare de villis", lo rende obbligatorio nei monasteri.
- Vive in terre secche e pietrose, non teme la siccità.
- Dal latino Rosmarinus, rugiada di mare.
- Organotropismo su fegato, colecisti, vie biliari, surrenali, gonadi maschili e femminili, metabolismo, sistema nervoso centrale.
- Depurativo, drena fegato e vie biliari, migliora la funzionalità intestinale.
- È antiossidante, epatoprotettore, colagogo, coleretico, antispasmodico.
- È efficace in tutte le forme allergiche croniche, intolleranze alimentari.
- È indicato anche come stimolante del sistema nervoso centrale, es memoria.





## Ontano nero

- Famiglia delle Betulaceae.
- Pianta 30m; vive 100 anni, vicino ai corsi d'acqua con Salice e Pioppo.
- Pianta pioniera, colonizza terreni alluvionati.
- Dal celtico *Alnus* = presso le rive e *Glutinosum* dal latino attaccaticcio, per rami e gemme vischiose.
- La droga sono le gemme.
- Ha organotropismo sulle mucose orali e digerenti, app cardio-vascolare, sistema nervoso centrale, app. osteoarticolare e app cutaneo.
- È attivo in tutte le infiammazioni subacute respiratorie, digestive, orali, vascolari, cardiache, osteoarticolari e cuanee.
- Agisce su ogni tipo di tessuto infiammato. È un rimedio particolarmente efficace nei processi febbrili.





## *Tisana-Decotto*

Eucalipto	Foglie	20g	<i>espansione polmonare</i>
Liquirizia	Radice	10g	<i>antinfiammatoria polmonare</i>
Timo	Sommità	10g	<i>antinfettivo, antibiotico</i>
Maggiorana	Sommità	30g	<i>coadiuva il Timo</i>

Mettere in 500ml di acqua 10g della miscela e bollire per 7 minuti. Bere 1 tazza da tè 2 volte/ giorno.



## *Tisana – infuso di Camomilla per asma lieve*

Fare un infuso al 3% di Camomilla. Lasciare in infusione per 10 minuti in una pentola chiusa con un coperchio. Rimuovere il coperchio inalando il vapore. Quindi filtrare e bere la bevanda.

La Camomilla facilita il respiro e riduce l'infiammazione.



quellicheseminano2014

Dottoressa Paola Beria

## *Oli essenziali*

**Dragoncello** antiallergico, **Niauli** per bronchi e antivirale, **Camomilla romana** calmante, antiallergico, **Tanaceto**, antinfiammatorio, antistaminico, soprattutto in caso di asma e prurito, **Lavanda**, antisettica, sedativa, per il nervosismo e l'agitazione.



Dottoressa Paola Beria

# ECZEMA



È un'inflammatione della pelle che provoca la formazione di macchie rosa-rosse spesso pruriginose, secche, caratterizzate da perdita di squame, oppure aree umide e trasudanti.

Quando l'eczema diventa cronico la cute infiammata può diventare spessa e squamosa.

Non è contagioso e può comparire in qualunque parte del corpo.

Può essere acuto se ha una breve durata o cronico se dura anni con dei periodi di arresti



## Ribes nero



Antinfiammatorio  
Antiallergico  
Cortison-simile

## Olmo



Cute  
Diuretico  
Depurativo  
Antinfiammatorio  
Regola secrezione  
ghiandole sebacee

## Cedro



Dermatosi  
Eczemi

## Noce



Mucose  
Antisettico  
Antinfiammatorio

## Rosa canina



Vitaminizzante  
Immunostimolante  
Antinfiammatoria

## Ribes nero

- Famiglia delle Saxifragaceae.
- Arbusto 2m; Europa e Asia centro-nord.
- Pianta pioniera, cresce all'ombra in terreno umido.
- Dall'arabo Ribas, nome di un rabarbaro acidulo.
- La droga utilizzata sono le gemme e i giovani getti non lignificati.
- Agisce su infiammazioni acute e croniche di ogni natura e origine.
- Nel XVIII secolo era noto come “panacea universale” per le sue proprietà terapeutiche antiallergiche, antidolorifiche, antinfiammatorie, è stimolante immunitario e ha azione cortison-simile con attività diretta sulla corteccia surrenalica.
- Migliora la resistenza alla fatica, al freddo, allo stress, all'infiammazione.
- L'azione antinfiammatoria è molto vasta, rapida e non comporta gastro lesività tipica dei FANS e dei derivati cortosteroidi.



## Olmo

- Famiglia delle Ulmaceae.
- Albero di 50m; 500 anni; Europa, Asia mediterranea, America nord.
- Nei boschi, siepi, zone incolte, vicino torrenti, fino a 1200m.
- Sacro per greci e romani; Plinio scrive dell'uso delle fibre della corteccia per cicatrizzare ferite, ulcere, ustioni, piaghe, ascessi, lebbra.
- La droga sono le gemme.
- Ha organotropismo per la cute, le mucose, il fegato.
- È dermoprotettivo e normalizza la secrezione delle ghiandole sebacee, agisce in svariate affezioni.
- È indicato nelle sindromi cutanee di tipo infiammatoria, soprattutto a carico delle ghiandole sebacee.
- Nell'acne giovanile e rosacea, dermatite seborroica, dermatiti e dermatosi umide e eczema con infiammazione e vesciche.
- Normalizza la secrezione seborroica del cuoio capelluto.



## Cedro

- Famiglia delle Abietaceae.
- Albero 40m, fino 2000anni. Foreste montuose del Libano, Turchia SW.
- Dal greco Kedro = una specie di ginepro.
- Vitruvio scrive che i templi dell'Asia erano ricoperti del suo legno. Statua di Diana in Efeso. Plinio scrive che con l'olio si ungevano i libri per conservarli. Gli antichi Egizi usavano l'olio nelle imbalsamazioni e come incenso.
- La droga sono i giovani getti.
- È il gemmoderivato delle sindromi cutanee e mucosali di origine allergica o dismetabolica.
- Sindromi dermatologiche con eczemi secchi, recidivanti, dermatosi croniche con ipercheratosi da cute disidratata. Psoriasi.
- Anche per dermatiti allergiche squamose, seborroiche, infettate.
- Efficace in caso di prurito di vario genere.
- Inoltre è antisettico, espettorante, disinfettante respiratorio





## Noce

- Appartiene alla famiglia delle Juglandaceae.
- Albero 30-40m. Maestoso, vive fino 400 anni.  
Europa, America, Asia.
- Solitario. Lo iuglone impedisce ad altre piante di crescere.
- Il frutto è ricco di acidi grassi insaturi, omega 3.
- Dal latino Iovis glans= ghianda di Giove.
- La droga sono le gemme.
- Ha organotropismo per cute, mucose, intestino, pancreas, le ghiandole linfatiche e il sistema immunitario.
- È antinfettivo, antinfiammatorio, antisetico, antibatterico.
- Indicato nelle mucose respiratorie infiammate, anche croniche, come sinusiti, mal di gola, otiti croniche suppurate.
- Migliora la flora batterica, agisce sulle disbiosi intestinali e parassitosi.



## Rosa canina

- Famiglia delle Rosaceae.
- Arbusto spinoso di 3m; Europa.
- Antenata del roseto moderno.
- Il nome “canina” deriva da Plinio il Vecchio: un soldato romano curato dalla rabbia con il decotto delle radici.
- La droga sono i giovani getti.
- È antinfiammatoria, agisce sulla flogosi localizzata e recidivante, è antiossidante, immunostimolante, antiallergica, vitaminizzante.
- Agisce sulle patologie apparato respiratorio. Sulle mucose delle prime vie respiratorie. Faringiti, otiti, tonsilliti, coliti che non si risolvono.
- Vitamina C nelle bacche fresche è 20 volte maggiore degli agrumi ma di difficile assunzione.
- Favorisce assorbimento Ca e Fe.



## *Tisana per uso esterno*

Camomilla	fiori	30g	<i>calmante cute, antinfiammatorio (azulene)</i>
Achillea	sommità	10g	<i>antinfiammatorio (azulene)</i>
Elicriso	sommità	10g	<i>antistamminico</i>

Mettere 10g della miscela in 400ml di acqua e far bollire per 10 minuti. Filtrare e applicare per 15 minuti con garze imbevute sulla parte più volte al giorno.



## *Oli essenziali*

**Camomilla romana** e **Lavanda off.** sono calmanti, antidolorifici, cicatrizzanti, **Geranio rosato** per micosi.

Mettere 2 gocce di un olio essenziale in 2 cucchiaini di oleolito di **Calendula** per velocizzare guarigione pelle.





# APPARATO DIGERENTE

L'apparato digerente è l'insieme degli organi e delle strutture deputate all'assunzione, all'elaborazione e all'assorbimento del cibo e all'eliminazione delle sue parti non digerite.

È formato dalla bocca, dall'epiglottide, dalla faringe, dall'esofago, dallo stomaco, dal fegato, dal pancreas, dall'intestino tenue e dall'intestino crasso.

## APPARATO DIGERENTE



# COLICHE

La colica è la contrazione spasmodica della muscolatura liscia di visceri.

La colica gassosa intestinale è dovuta a fenomeni di tipo fermentativo che dilatano le anse dell'intestino e del colon provocando coliche dolorose.

Irritabilità, pianto inconsolabile, soprattutto nelle ore pomeridiani e serali; si contrae tirando le gambe verso l'addome e ha ripetute emissioni anali di gas probabilmente dovute all'ingestione di aria durante la poppata e alla fermentazione intestinale del latte.

Possibili cause sono l'im maturità del tratto gastro-intestinale, l'intolleranza a lattosio e/o proteine del latte, aerofagia, disfunzione intestinale.

I lattanti soffrono spesso di coliche addominali, che solitamente spariscono dopo i 3-4 mesi di età.

Il problema può presentarsi anche in età più avanzata.

Dottorressa Paola Beria



## Fico



Mucose digestive  
Cicatrizzante mucosa  
Succo gastrico  
Somatizzazione nerv.

## Tamarice



Tensione addominale  
Coliche flautolente  
Aerocolia

## Tiglio



Sedativo miorilassante  
Spasmolitico  
Somatizzazione nerv

## Fico

- Famiglia delle Moraceae.
- Albero di 12m, tipico del Mediterraneo. Originario dell'Asia minore.
- Vive tra 0-800m, radici profonde, il fiore è piriforme, il frutto zuccherino, simbolo di fertilità.
- Albero biblico con Ulivo e Vite. Citato nel vecchio testamento come medicinale.
- Dal greco Sikos= fico; carica perché arriva dalla Caria, regione dell'Asia minore.
- La droga sono le gemme.
- Agisce sulle funzioni digestive e ha azione regolatrice sulle dinamiche viscerali rette dall'asse cortico-diencefalico.
- Normalizza la secrezione dei succhi gastrici.
- Mantiene la funzionalità e permeabilità dell'intestino e ripristina la flora batterica.
- Per gastriti, dispepsie, disfagie, bruciore di stomaco, turbe dispeptiche, gastroduodeniti ...
- È efficace anche nelle manifestazioni psicosomatiche viscerali con spasmi a livello gastrointestinale.





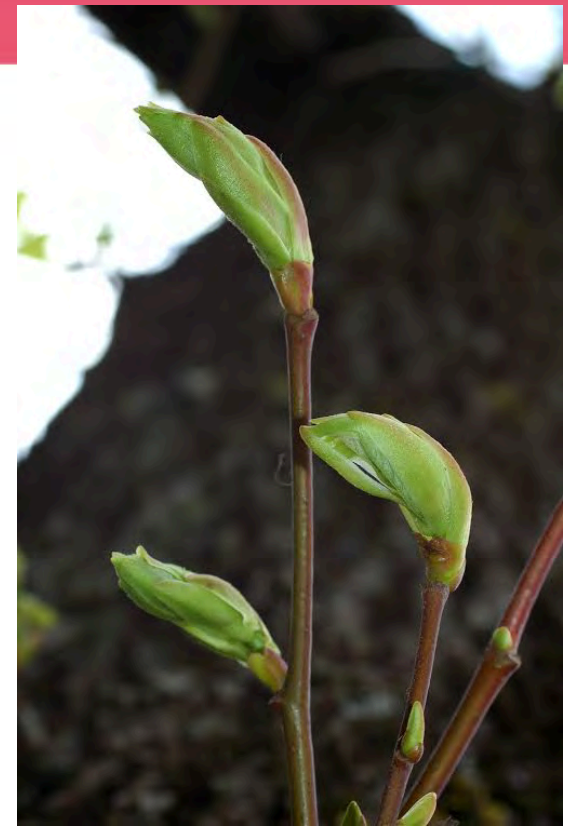
## Tamarice

- Famiglia delle Tamaricaceae.
- Arbusto di 5m, Mediterraneo occid. fino 300m.  
Cresce in tutta l'Italia eccetto al nord lontano dal mare e Umbria.
- Cresce vicino a corsi d'acqua e il mare.
- La radice scende in profondità, dopo un incendio rinasce dalle sue ceneri.
- Tamarix forse dal fiume Tamaris, vicino ai Pirenei dove cresceva abbondante. Gallica per la regione francese.
- Gli Egizi lo riportano nel papiro di Ebers, 1550aC, Dioscoride lo consigliava per occhi, bocca, emorragie, apparato respiratorio.
- La droga sono i giovani getti.
- Ha organotropismo per il midollo osseo e la milza.
- Aumentano la formazione di piastrine e globuli rossi e intervengono nei problemi della milza.
- Prevengono e curano i problemi dei neonati come la flatulenza, le coliche addominali, la tensione addominale.



## Tiglio

- Famiglia delle Tiliaceae.
- Albero di 35m, 600anni, in tutto emisfero boreale.
- Dal greco Ptilon= ala, ala del peduncolo che porta l'inflorescenza e i frutti.
- Noto x le sue proprietà presso gli antichi greci  
Filira in greco = tiglio, nome della madre del centauro Chirone, esperto in arte medica.
- La droga sono le gemme.
- È sedativo, agisce sul tono dell'umore, ansia, agitazione, insonnia, paure, stress, iperemotività.
- Tonifica ed equilibra il sistema nervoso.
- È attivo su tutte le patologie legate allo stress.
- È antinfiammatorio, diuretico, antispasmodico, emicranie e cefalee muscolo-tensive, antispastico cardiaco.
- Efficace nelle coliche gassose e nei dolori della prima dentizione.



## *Tisane – infusi*

Finocchio, Melissa, Camomilla      *carminative, spasmolitiche.*



Fare un infuso al 3%. Lasciare in infusione per 5 minuti. Bere 2 tazzine al giorno.

Finocchio: *digestivo, depurativo e antinfiammatorio.*

Melissa: *antinfiammatoria, calma il SN e rilassa la muscolatura.*

Camomilla: *miorilassante, migliora la funzionalità gastroenterica, protegge le mucose, antinfiammatoria, decongestionante.*



quellichese/minera2014





## *Oli essenziali*

**Maggiorana** e **Camomilla** sono carminative e spasmolitiche, **Menta piperita**, calmante, disintossicante, antispasmodica.



seminano2014





# METEORISMO



È il gonfiore addominale dovuto all'eccessivo accumulo di gas nell'intestino o nello stomaco.

I gas composti da ossigeno, anidride carbonica e metano, si formano in modo naturale durante la digestione per azione della flora batterica intestinale, che fermenta zuccheri o carboidrati non digeribili e amminoacidi.

Si manifesta con flatulenza, con emissione di gas attraverso la bocca o l'ano, gonfiore, senso di oppressione all'addome, gorgoglio addominale, dolore addominale e crampi.

Può essere causato da un'esagerata deglutizione d'aria, cattive abitudini alimentari e stress.

## Noce



Tropismo intestino  
Sindromi malassorbimento

## Mirtillo rosso



Astringente  
Antisettico  
Intestino irritabile

## Rosmarino



Fegato e vie biliari  
Drenante epatico

## Noce

- Appartiene alla famiglia delle Juglandaceae.
- Albero 30-40m. Maestoso, vive fino 400 anni.  
Europa, America, Asia.
- Solitario. Lo iuglone impedisce ad altre piante di crescere.
- Il frutto è ricco di acidi grassi insaturi, omega 3.
- Dal latino Iovis glans= ghianda di Giove.
- La droga sono le gemme.
- Ha organotropismo per cute, mucose, intestino, pancreas, le ghiandole linfatiche e il sistema immunitario.
- È antinfettivo, antinfiammatorio, antisetico, antibatterico.
- Indicato nelle mucose respiratorie infiammate, anche croniche, come sinusiti, mal di gola, otiti croniche suppurate.
- Migliora la flora batterica, agisce sulle disbiosi intestinali e parassitosi.



## Mirtillo rosso

- Famiglia delle Ericaceae.
- Arbusto 60cm, Eurasia sett, fino circolo polare, Groenlandia, Russia, Giappone, America nord. In Italia sulle Alpi tra 1000-2000m raro su Appennini
- Vitis idaea = vite del monte Ida, a Creta, luogo sacro dove è nato Giove, dove in realtà non è presente.
- La droga sono i giovani getti.
- Ha organotropismo per l'intestino, vie urinarie, vasi arteriosi, apparato genitale femminile e osteoarticolare.
- È antinfiammatorio, remineralizzante, normalizzante della funzione intestinale.
- Agisce quando l'intestino è perturbato, in caso di diarrea e di stitichezza.
- Ha proprietà astringenti e antisettiche, antispastiche e toniche.





## Rosmarino

- Famiglia delle Lamiacee.
- Arbusto di 2m; Europa, Asia, Africa. Tipico della macchia mediterranea. Vive tra il livello del mare e gli 800 m.
- Era già noto nell'antico Egitto. I romani lo usavano per purificare al posto dell'incenso. Carlo Magno lo mise nel "Capitulare de villis", lo rende obbligatorio nei monasteri.
- Vive in terre secche e pietrose, non teme la siccità.
- Dal latino Rosmarinus, rugiada di mare.
- Organotropismo su fegato, colecisti, vie biliari, surrenali, gonadi maschili e femminili, metabolismo, sistema nervoso centrale.
- Depurativo, drena fegato e vie biliari, migliora la funzionalità intestinale.
- È antiossidante, epatoprotettore, colagogo, coleretico, antispasmodico.
- È efficace in tutte le forme allergiche croniche, intolleranze alimentari.
- È indicato anche come stimolante del sistema nervoso centrale, es memoria.



## *Tisana – infuso*

Anice	semi	5g	<i>aiuta digestione, riduce fermentazione</i>
Finocchio	semi	5g	<i>antispasmodica, carminativa, calmante</i>
Cumino	semi	5g	<i>digestivo, carminativo, riduce gas intestinale</i>

Mettere in infusione in 1l di acqua bollente i semi contusi per 10 minuti. Bere ben caldo 2 tazze da tè al giorno lontano dai pasti.





## *Oli essenziali*

**Anice**, digestivo, carminativo, **Bergamotto**, digestivo, agisce sull'ansia, **Finocchio dolce**, digestivo, carminativo, **Lavanda**, rilassante, antispastica, antisettica **Menta piperita**, antisettica, digestiva, spasmolitica, **Zenzero**, digestivo, carminativo, antinfiammatorio, antisettico.



Dottoressa Paola Beria

# DIARREA



È l'emissione frequente di feci acquose più di 3 volte al giorno, rappresenta la reazione di difesa dell'organismo al contatto con tossine o sostanze nocive.

Può essere acuta, se dura meno di 2 settimane, cronica se dura più a lungo.

Non è una vera e propria malattia ma un sintomo comune a varie patologie, infatti, può essere causata da malattie infettive, intossicazioni, disturbi stagionali, eruzione dentaria nel lattante

Spesso è associata a vomito, dolore gastrico, crampi addominali.

Talvolta è associata a febbre, disidratazione.



# DIARREA

## Noce



Antisettico  
Antinfiammatorio  
Dopo antibiotici

## Mirtillo rosso



Tropismo intestino  
Riequilibra intestino

## Rosmarino



Fegato e vie biliari  
Drenante epatico

## Noce

- Appartiene alla famiglia delle Juglandaceae.
- Albero 30-40m. Maestoso, vive fino 400 anni.  
Europa, America, Asia.
- Solitario. Lo iuglone impedisce ad altre piante di crescere.
- Il frutto è ricco di acidi grassi insaturi, omega 3.
- Dal latino Iovis glans= ghianda di Giove.
- La droga sono le gemme.
- Ha organotropismo per cute, mucose, intestino, pancreas, le ghiandole linfatiche e il sistema immunitario.
- È antinfettivo, antinfiammatorio, antisetico, antibatterico.
- Indicato nelle mucose respiratorie infiammate, anche croniche, come sinusiti, mal di gola, otiti croniche suppurate.
- Migliora la flora batterica, agisce sulle disbiosi intestinali e parassitosi.



## Mirtillo rosso



- Famiglia delle Ericaceae.
- Arbusto 60cm, Eurasia sett, fino circolo polare, Groenlandia, Russia, giappone, America nord.  
In Italia sulle Alpi tra 1000-2000m raro su Appennini
- Vitis idaea = vite del monte Ida, a Creta, luogo sacro dove è nato Giove, dove in realtà non è presente.
- La droga sono i giovani getti.
- Ha organotropismo per l'intestino, vie urinarie, vasi arteriosi, apparato genitale femminile e osteoarticolare.
- È antinfiammatorio, remineralizzante, normalizzante della funzione intestinale.
- Agisce quando l'intestino è perturbato, in caso di diarrea e di stitichezza.
- Ha proprietà astringenti e antisetliche, antispastiche e toniche.

## Rosmarino

- Famiglia delle Lamiacee.
- Arbusto di 2m; Europa, Asia, Africa. Tipico della macchia mediterranea. Vive tra il livello del mare e gli 800 m.
- Era già noto nell'antico Egitto. I romani lo usavano per purificare al posto dell'incenso. Carlo Magno lo mise nel "Capitulare de villis", lo rende obbligatorio nei monasteri.
- Vive in terre secche e pietrose, non teme la siccità.
- Dal latino Rosmarinus, rugiada di mare.
- Organotropismo su fegato, colecisti, vie biliari, surrenali, gonadi maschili e femminili, metabolismo, sistema nervoso centrale.
- Depurativo, drena fegato e vie biliari, migliora la funzionalità intestinale.
- È antiossidante, epatoprotettore, colagogo, coleretico, antispasmodico.
- È efficace in tutte le forme allergiche croniche, intolleranze alimentari.
- È indicato anche come stimolante del sistema nervoso centrale, es memoria.





## *Tisana*

Rubus frut	foglie	40g	<i>tannini, astringente</i>
Alchemilla	erba	30g	<i>antinfiammatoria, antispastica, tonica</i>
Timo serpillio	erba	30g	<i>antibiotico, antisettico</i>

Fare un infuso al 5%. Lasciare in infusione 5 minuti e bere una tazza da tè 1-2 volte al giorno.



## *Oli essenziali*

**Lavanda** antispasmodico e analgesico, **Timo** antibiotico, **Tea tree** antifungino e antivirale.



# STIPSI

La stipsi è probabilmente il disturbo più comune tra grandi e piccini che crea problemi nella vita di tutti i giorni.

È un malfunzionamento dell'intestino che comporta una difficoltà ad evacuare con regolarità.

Spesso legata ad una alimentazione errata, povera di fibre, ad una insufficiente assunzione di liquidi, ad una vita sedentaria o a fattori psicologici come lo stress e l'ansia.

È associata a meteorismo, gonfiore addominale e crampi allo stomaco.



## Betula pub.



Diuretica  
Depurativa  
Colagoga

## Quercia



Regularizza intestino  
Tonico-stimolante

## Mirtillo rosso



Tropismo intestino  
Riequilibra motilità  
intestinale



## Betulla pubescente

- Famiglia delle Betulacee.
- Albero di 25m, Eurasia, clima freddo, 700-2200m.
- Terreni torbosi e umidi, crea humus.
- Dal celtico Betu o Beth, nome dell'albero. I celti lo dedicarono al primo mese dell'anno celtico. Pubescens per la leggera peluria setosa sulle foglie.
- I romani usavano i rami per fare cerchi ai tini e botti perché resiste all'umidità.
- La droga sono le gemme e gli amenti.
- Le gemme hanno azione sulle ossa, metabolismo generale, sistema reticolo endoteliale.
- Ha intensa attività diuretica e depurativa, per i tessuti infiltrati da eccesso di scorie.
- È antistaminica, antinfiammatoria, epatoprotettrice, tonico stimolante, è un ottimo drenante e prepara l'organismo all'azione di altri rimedi.
- Stimola la peristalsi intestinale.

Dottoressa Paola Beria



## Quercia

- Famiglia delle Fagaceae.
- Albero di 50m, più di 1000anni, tutto emisfero sett., nei boschi, foreste. In Italia ci sono molte specie.
- Cresce lentamente, fruttifica dopo 50 anni, ha bisogno di molto spazio. Terreno umido. Le radici a fittone si radicano bene.
- Dal celtico Kaer quer = bell'albero.
- Nell'Antico Testamento è espressione di potenza divina, era sacra per i Druidi.
- La droga sono le gemme.
- Ha organotropismo per la corteccia delle ghiandole surrenaliche, apparato genitourinario, mucosa intestinale.
- Utile negli stati di affaticamento, convalescenza, è rivitalizzante, in caso di stress.
- Stimola la peristalsi intestinale.



## Mirtillo rosso

- Famiglia delle Ericaceae.
- Arbusto 60cm, Eurasia sett, fino circolo polare, Groenlandia, Russia, Giappone, America nord. In Italia sulle Alpi tra 1000-2000m raro su Appennini
- Vitis idaea = vite del monte Ida, a Creta, luogo sacro dove è nato Giove, dove in realtà non è presente.
- La droga sono i giovani getti.
- Ha organotropismo per l'intestino, vie urinarie, vasi arteriosi, apparato genitale femminile e osteoarticolare.
- È antinfiammatorio, remineralizzante, normalizzante della funzione intestinale.
- Agisce quando l'intestino è perturbato, in caso di diarrea e di stitichezza.
- Ha proprietà astringenti e antisetliche, antispastiche e toniche.





## *Tisana – blanda lassativa*

Tamarindo	frutto	30g
Frassino	manna	25g
Malva	sommità	25g
Liquirizia	radice	20g

*digestivo, lassativo, regolatore intestinale*

*lassativo, diuretico*

*mucillagini, sfiammante, facilita eliminazione feci*

*digestivo, antinfiammatorio*

Fare un decotto al 3% e assumerne 1 tazza da tè 1-2 volte al giorno.





## *Oli essenziali*

**Menta piperita, Camomilla, Basilico** sono coadiuvanti della funzionalità gastroenterica.



quelliche seminano2014



# VOMITO



È un'azione forzata, è il reflusso del contenuto dello stomaco nell'esofago e nella bocca, dovuto ad una contrazione verso l'alto del diaframma e alla pressione dei muscoli addominali contro lo stomaco.

Il vomito è un riflesso complesso, controllato da una zona del cervello che risponde a segnali provenienti da: bocca, stomaco e intestino, apparato circolatorio, centri regolatori dell'equilibrio nell'orecchio.

Può comprendere anche un aumento della produzione di saliva prima dell'episodio.

Il vomito è un disturbo frequente nei bambini, nella maggior parte dei casi la causa è un'infezione gastrointestinale di natura virale.

Nei bambini distinguiamo il vomito dal rigurgito perché quest'ultimo è una risalita del contenuto gastrico nella bocca che avviene senza la contrattura dei muscoli dell'addome.

## Limone



Regolano eq acido-base  
Turbe dispeptiche  
Intossicazioni

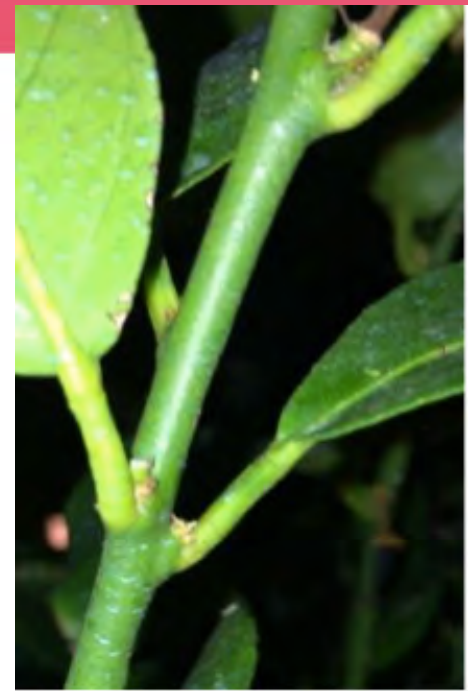
## Fico



Asse cortico-diencefalico  
Disturbi gastrici

## Limone

- Famiglia delle Rutaceae.
- Albero di 10m, in tutto il mondo sub tropicale pare arrivi dall'Himalaya.
- È un ibrido, dall'incrocio tra arancio amaro e cedro.
- Citrus da Citro, antica città della Giudea; Limon dal persiano limun nome con cui chiamavano limoni e cedri.
- Era noto ai romani come da raffigurazioni nei mosaici a Cartagine e affreschi a Pompei.
- La droga sono le gemme e la scorza interna di giovane ramo.
- Regola il metabolismo basale e l'equilibrio acido-base.
- È attivo sull'asse cortico-diencefalico.
- Fluidifica il sangue, agisce sul fegato, colesterolo, sull'apparato cardio-vascolare, apparato oculare, sistema nervoso centrale.
- Agisce nelle intossicazioni alimentari e da farmaci.
- Efficace sull'apparato gastroenterico.





## Fico

- Famiglia delle Moraceae.
- Albero di 12m, tipico del Mediterraneo. Originario dell'Asia minore.
- Vive tra 0-800m, radici profonde, il fiore è piriforme, il frutto zuccherino, simbolo di fertilità.
- Albero biblico con Ulivo e Vite. Citato nel vecchio testamento come medicinale.
- Dal greco Sikos= fico; carica perché arriva dalla Caria, regione dell'Asia minore.
- La droga sono le gemme.
- Agisce sulle funzioni digestive e ha azione regolatrice sulle dinamiche viscerali rette dall'asse cortico-diencefalico.
- Normalizza la secrezione dei succhi gastrici.
- Mantiene la funzionalità e permeabilità dell'intestino e ripristina la flora batterica.
- Per gastriti, dispepsie, disfagie, bruciore di stomaco, turbe dispeptiche, gastroduodeniti ...
- È efficace anche nelle manifestazioni psicosomatiche viscerali con spasmi a livello gastrointestinale.



## *Tisana*

Camomilla	capolini	20g
Finocchio	frutti	20g
Menta pip	foglie	20g
Melissa	foglie	20g
Centaurea	sommità	20g

*antinfiammatoria, miorilassante  
digestivo, carminativo, stimolante  
carminativa, depurativa, alito  
antispasmodica, ansia e stress  
digestiva, tutti disturbi stomaco*

Fare un infuso al 2%. Lasciare in infusione 5 minuti e bere 2 tazze al giorno.



quellidayseminario2014

## *Oli essenziali*

**Menta piperita, Limone, Zenzero** sono digestivi, antibatterici, antiparassitari.



# INAPPETENZA



È lo scarso desiderio di mangiare, è un sintomo che può nascondere problemi più o meno seri.

Nel bambino come nell'adulto può essere legata alla presenza di patologie quali ad esempio febbre, malattie esantematiche, malattie dell'apparato respiratorio, etc., o essere la manifestazione di un disagio psicologico.

In generale è dovuta a malattie virali o infettive, situazioni di stress psico-fisico o alterazione dei processi digestivi.



## Fico



Remineralizzante  
Fissazione Ca  
Metabolismo P-Ca  
Crescita tessuti

## Betulla



Remineralizzante  
Tonico  
Antistamminica

## Tiglio



Sedativo miorilassante  
Spasmolitico  
Somatizzazione nervosa

## Fico

- Famiglia delle Moraceae.
- Albero di 12m, tipico del Mediterraneo. Originario dell'Asia minore.
- Vive tra 0-800m, radici profonde, il fiore è piriforme, il frutto zuccherino, simbolo di fertilità.
- Albero biblico con Ulivo e Vite. Citato nel vecchio testamento come medicinale.
- Dal greco Sikos= fico; carica perché arriva dalla Caria, regione dell'Asia minore.
- La droga sono le gemme.
- Agisce sulle funzioni digestive e ha azione regolatrice sulle dinamiche viscerali rette dall'asse cortico-diencefalico.
- Normalizza la secrezione dei succhi gastrici.
- Mantiene la funzionalità e permeabilità dell'intestino e ripristina la flora batterica.
- Per gastriti, dispepsie, disfagie, bruciore di stomaco, turbe dispeptiche, gastroduodeniti ...
- È efficace anche nelle manifestazioni psicosomatiche viscerali con spasmi a livello gastrointestinale.



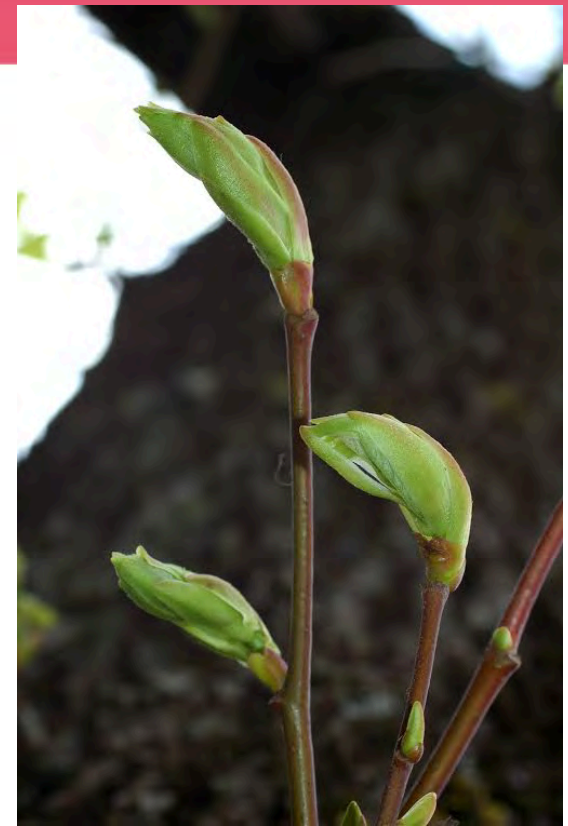
## Betulla bianca

- Famiglia delle Betulaceae.
- Albero 25m; Alpi, Europa atlantica, Asia. Fino 2000m.
- Colonizza terreni incolti rigenerandoli.
- Dal celtico betul. Verrucosa, pendula (per i rami), alba.
- La droga sono le gemme, i semi e la linfa.
- Le gemme agiscono sulla flogosi delle mucose con ipersecrezione, sono attive nei processi infettivi.
- Sono particolarmente indicate per bambini e adolescenti.
- Hanno proprietà immunostimolanti, drenanti, remineralizzanti, tonico-stimolanti e antistamminiche.
- Le gemme sono balsamiche, colagoghe, antisettiche ed efficaci nei casi di astenia e costipazione.



## Tiglio

- Famiglia delle Tiliaceae.
- Albero di 35m, 600anni, in tutto emisfero boreale.
- Dal greco Ptilon= ala, ala del peduncolo che porta l'inflorescenza e i frutti.
- Noto x le sue proprietà presso gli antichi greci  
Filira in greco = tiglio, nome della madre del centauro Chirone, esperto in arte medica.
- La droga sono le gemme.
- È sedativo, agisce sul tono dell'umore, ansia, agitazione, insonnia, paure, stress, iperemotività.
- Tonifica ed equilibra il sistema nervoso.
- È attivo su tutte le patologie legate allo stress.
- È antinfiammatorio, diuretico, antispasmodico, emicranie e cefalee muscolo-tensive, antispastico cardiaco.
- Efficace nelle coliche gassose e nei dolori della prima dentizione.





## Il Fieno greco



- Trigonella foenum-graecum è una leguminosa.
- Originario dell'Asia, è coltivato in India, nord Africa e Mediterraneo.
- Trigonella perché il seme ha 3 lati.
- Gli antichi Egizi lo usavano per le proprietà toniche, ricostituenti e rinvigorenti, per curare l'inappetenza e la magrezza eccessiva.
- I Romani lo mettevano nell'alimentazione dei gladiatori e i Greci lo davano agli atleti.
- Stimola l'appetito perché ha sostanze che agiscono sul senso di fame.
- Ha vitamine A, B, C, proteine, fibre, ferro e calcio.
- Inoltre è ipoglicemizzante, abbassa il colesterolo e i trigliceridi, aiuta in caso di pelle grassa e acne.
- In infuso mettere 1 cucchiaino di semi contusi in 300 ml di acqua bollente, lasciare in infusione 15 minuti e assumere in 2 tazzine al giorno.
- Oppure mettere 1 cucchiaino di farina dei semi nel cibo o nel miele.

## *Tisana*

Fare infuso di **Origano** al 2% o di **Menta piperita** al 2%. Lasciare in infusione 5 minuti e bere una tazza 2 volte al giorno.

*Origano digestivo, aumenta la secrezione gastrica stimolando l'appetito.*

*Menta piperita digestiva, calmante, antispastico digerente, aumenta i succhi digestivi e la bile.*





## *Oli essenziali*

Per stimolare l'appetito mettere nel diffusore qualche goccia di olio essenziale di **Santoreggia**, stimolante, aromatica, e **Ginepro**, tonico digestivo.

Mescolare olio essenziale di **Dragoncello** 1 goccia, sedativo digestivo e antispasmodico, olio essenziale di **Mandarino** 1 goccia, rilassante e calmante, olio essenziale di **Limone** 1 goccia, rinfrescante, antinfiammatorio, in olio vegetale.

Massaggiare delicatamente sul torace e sull'addome 2 volte al giorno.



*Ogni cosa che puoi immaginare,  
la natura l'ha già creata.*

*Albert Einstein*

