



Scheda a cura di: Samsara, Centro del Tuo Benessere e [www.ilFiloRosso.com](http://www.ilFiloRosso.com)

# Olio essenziale di *Petit grain*

**NOME BOTANICO:** *Citrus aurantium* var. *amara*; **ESTRAZIONE:** dai fiori, dalle gemme e dai rametti; **PROCESSO:** distillazione; **PROVENIENZA:** bacino del Mediterraneo.

Estratto dai rametti e dalle foglie degli agrumi porta con sé **la forza e la freschezza** che non si trovano nel frutto.

Dalla pianta di arancio si ottengono tre tipi diversi di essenza, a seconda della parte fresca utilizzata: Dai fiori si ricava il Neroli con il metodo dell'enfleurage. Dalla buccia si ottiene per spremitura l'essenza di Arancio dolce o amaro, mentre dalle foglie fresche e dai giovani ramoscelli si distilla il Petit grain che un tempo si estraeva per distillazione dei semi oggi non più usati. [Marina Ferrara Pignatelli - *Viaggio nel mondo delle essenze* - Franco Muzzio Editore - Pag. 183]

**PROPRIETÀ:** Antisettico, antispastico, deodorante, digestivo, rilassante, tonico.

**INDICAZIONI:** Affaticamento, cura della pelle grassa, disturbi digestivi, insonnia, ipersudorazione, stress. [Francesco Padriani, Maria Teresa Luccheroni - *Il Grande libro degli oli essenziali* - De Vecchi Editore - Pag. 104]

**AROMATERAPIA SOTTILE:** **Rende positivi**, calma la rabbia e il nervosismo. **Dona allegria e gioia**. Purifica l'anima per ritrovare l'innocenza.

**Calmante, rasserena e solleva il morale.** Indicato nei disturbi del sonno (insieme all'Achillea), problemi di pelle e casi di **shock e apprensioni**. [Beate Rieder, Fred Wollner - *Dizionario degli Oli Essenziali* - Daigo Press - Pag. 89]

**USO:** Ottimo usato in camera da letto, in salotto o in ufficio, prova 5 gocce di oe di Petit grain nella lampada per aromi o nel vaporizzatore.

Dopo una **giornata stressante** la cosa migliore da fare è un bel bagno caldo con sale del Mar Morto, sale dell'Himalaya o sale marino integrale a cui aggiungi a un cucchiaino di olio vegetale con 5 gocce di olio essenziale di Petit grain prima di entrare in vasca. Puoi aggiungere a tua scelta altre 5 gocce di oe di Ylang-ylang per un maggior rilassamento o 5 gocce di oe di Arancio amaro per drenare.

**Per il viso:** in presenza di acne in 30ml di olio di Jojoba aggiungi 5 gocce di olio essenziale di Petit grain e 5 gocce di oe di Lavanda, puoi usare questa miscela come detergente e al posto della crema in piccole quantità non unge e controlla la carica batterica.

L'olio essenziale di Petit grain si può usare per un **massaggio rilassante**. A una base vegetale di 50ml di olio Sesamo o Mandorle aggiungi 5 gocce di oe di Petit grain, 10g di oe di Lavanda e 5g di oe di Ylang-ylang.

Miscela per le **gambe pesanti** aggiungi a 50ml olio di Jojoba 5 gocce di olio essenziale di Petit grain, 5g di oe di Cipresso e 5g di oe di Ginepro.

Per un **olio sensuale** su 50 ml olio vegetale aggiungi 7 gocce di olio essenziale di Petit grain, 5 gocce di olio essenziale di Legno di rosa e 5 gocce di olio essenziale di Ylang-ylang.

