

InBlends

UMA ESSÊNCIA PARA CADA MOMENTO

Os óleos essenciais são substâncias complexas, voláteis e de fragrâncias variáveis, caracterizados por um odor marcante, sendo sintetizados por plantas aromáticas durante o seu metabolismo secundário. Eles são capazes de interagir com o organismo humano, produzindo ações por mecanismo olfativo, cutâneo e até mesmo sistêmico.

Um aspecto importante dos óleos essenciais é a sua forma de obtenção. Eles podem ser extraídos das sementes, flores, frutos, folhas, cascas e raízes de plantas que normalmente são encontradas em países quentes, como na região do mediterrâneo e dos trópicos. Existem inúmeras técnicas de extração dos óleos, e as suas propriedades estão diretamente relacionadas a estas técnicas. As propriedades farmacológicas atribuídas aos óleos essenciais (OE) são diversas, tais como: depuração, desintoxicação e hepatoprotetor; problemas de circulação e drenagem; auxílio na digestão, redução de gases, melhora da prisão de ventre; antiespasmódico; calmante e ansiolítico; tônico que ajuda no alívio do cansaço e fadiga mental; e ainda possuem uma vantagem importante quando comparado a outros medicamentos, a sua volatilidade. Isso os torna ideal para uso em nebulizações, banhos de imersão ou simplesmente em inalações, promovendo o efeito terapêutico desejado, sem a necessidade de metabolização do mesmo pelo fígado.

Os óleos essenciais representam parte importante da farmacopeia tradicional, podendo ser utilizados em terapias naturais, de forma alternativa ou complementar, e estão inseridos na política de saúde pública através da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares da Saúde - PNPICS.

A ciência que estuda o olfato e os odores é chamada de Osmologia. Essa disciplina estuda desde as partículas responsáveis pela característica de odor, até a forma como as células do sistema olfativo captam estas partículas e as interpretam. Esses odores têm a capacidade de atuar no sistema nervoso e endócrino, promovendo ações fisiológicas no organismo de acordo com a natureza de cada molécula. Por exemplo, moléculas de éteres, fenóis, aldeídos e, em menor quantidade as moléculas de cetonas e ácidos, estão mais presentes em aromas com perfil de estímulo da área emocional; enquanto terpenos e óxidos estão mais envolvidos com aromas da área mental. De uma forma geral, todas as moléculas aromáticas citadas se fazem presente em maior ou menor quantidade dentro das grandes áreas da Osmologia, a saber:

- Área mental: aromas estimulantes, refrescantes, sedativos, relaxantes, ansiolíticos
- Área emocional: aromas atraentes, confortantes, sedutores, envolventes
- Área física: aromas purificadores, antimicrobianos, respiratórios

A Osmologia está diretamente relacionada à técnica terapêutica conhecida como Aromaterapia. Enquanto a Osmologia aborda a parte científica e técnica, a Aromaterapia se destina a parte prática, ou seja, quando estes aromas são utilizados para promover uma ação terapêutica.

A Aromaterapia, através dos OE, promove efeitos fisiológicos em diversos sistemas do organismo através do olfato. As moléculas dos óleos são absorvidas pelos nervos olfativos, os quais têm uma ligação direta com o sistema nervoso central e levam o estímulo ao sistema límbico, sendo este o responsável pelos sentimentos, memórias, impulsos e emoções. Isso faz com que o cérebro libere neurotransmissores que, por sua vez, têm a função de conectar o sistema nervoso a outros sistemas do corpo, garantindo a ação terapêutica desejada e proporcionando uma sensação de alívio. Por exemplo, a serotonina e a endorfina são liberados pelo uso de óleos calmantes, enquanto a noradrenalina é liberada por óleos com ação estimulante, para proporcionar o efeito esperado na mente e no corpo.

A aplicação tópica dos óleos essenciais também se mostra eficaz, pois eles possuem baixo peso molecular e característica lipossolúvel, facilitando a permeação pela derme e promovendo benefício na área afetada. Desta forma, a absorção pode ser potencializada através de massagens durante a sua aplicação.

Além da ação local promovida pela aplicação tópica, a neurociência tem estudado o vínculo entre a pele e o cérebro, e estabelece que a superfície cutânea e o sistema nervoso podem ser estimulados simultaneamente com a finalidade de se obter uma ação terapêutica, uma vez que compartilham a mesma origem embriológica, permitindo assim uma abordagem integrativa de cuidado com a saúde. Estudos comprovam que a pele possui atividade neuronal, produzindo substâncias que regulam as atividades das células. Com base nessa correlação e na existência de um sistema neuro-imune-endócrinocutâneo, é aceitável que esses fatores (neuromediadores) sejam considerados quando se trata da utilização dos óleos para fins terapêuticos.

Quando utilizados de forma correta, os óleos essenciais possuem um grande potencial terapêutico, superando a maioria das opções conhecidas como tratamentos convencionais. São substâncias 100% naturais, muito seguras e eficientes na aplicação. Os principais métodos de administração desses óleos são por via de inalação, aplicação local de forma pura ou diluído em óleos vegetais, bases creme/gel e em banhos.

Desde 2001 a Organização Mundial da Saúde (OMS) adotou uma nova definição de saúde: "Saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social." Ou seja, se algum desses pilares estiver em desequilíbrio ele irá afetar de forma negativa a saúde do indivíduo.

A aromaterapia consegue atuar nesses desequilíbrios, e resgatar, acima de tudo, o ser humano, ou melhor, a essência humana. Assim, a terapia aromática utilizando os óleos essenciais nos mostra um caminho na busca por um cuidado com a saúde de forma integral e natural, utilizando o que a natureza nos proporciona para uma conexão harmoniosa entre o ser e o meio.

Conheça a linha **InBlends** composta por óleos essenciais naturais da Infinity Pharma®.

INBLENDS DIGEST

ÓLEO ESSENCIAL DE LARANJA-DOCE E ERVA-DOCE

InBlends Digest é indicado para aliviar os sintomas de má digestão causados por patologias do trato gastrointestinal ou por maus hábitos alimentares. Refeições com grande volume de proteína animal e/ou alimentos gordurosos são de difícil digestão e, por isso, passam mais tempo dentro do estômago, o que pode ocasionar desconfortos gástricos. Além disso, ingerir líquidos durante a refeição também pode causar má digestão, pois há aumento do volume gástrico e diluição do conteúdo de ácido clorídrico, lentificando o processo digestivo e tornando-o menos efetivo. Os sintomas que indicam má digestão são: sensação de empachamento (estômago pesado), eructação (arrotos), azia, queimação, acúmulo de gases, distensão abdominal, dores abdominais e náuseas.

InBlends Digest é composto por óleo essencial de **laranja-doce** e **erva-doce** e tem a função de preparar o sistema digestivo para receber o alimento ou otimizar o processo digestivo após uma refeição. Em especial, o óleo de laranja-doce é conhecido como um dos melhores do mundo pois se trata de um óleo rico em d-limoneno, que quando inalado é capaz de dissolver cálculos de colesterol na vesícula, descongestionar o fígado, principalmente após a ingestão de grande quantidade de álcool ou alimentos altamente gordurosos, promovendo de forma natural a desintoxicação do organismo através da revitalização do sistema digestivo e permitindo assim que suas funções sejam realizadas de maneira adequada. Por ser rico em vitamina C, o óleo essencial de laranja-doce possui ação antioxidante e aumenta a imunidade. Previne também contra doenças correlacionadas com a má digestão como por exemplo: alergias, artrite, doenças autoimunes, erupções cutâneas, fadiga crônica, transtornos do humor e câncer.

Já o óleo essencial de erva-doce é excelente para preparar o organismo para uma digestão mais tranquila e equilibrada, pois é rico em (E)-anetol, sendo responsável por promover o alívio das cólicas estomacais, possui ação calmante e relaxante, alivia o estresse que se projeta no estômago e no baixo-ventre. Assim como o óleo de laranja-doce, este óleo essencial também possui propriedade desintoxicante e estimula o bom funcionamento do intestino, auxiliando o alívio de prisão de ventre/constipação. Pessoas com problemas digestivos sentem alívio e bem-estar imediatamente com o uso do óleo essencial de erva-doce.

Benefícios

- Melhora a digestão;
- Reduz a constipação;
- Reduz náuseas;
- Reduz a azia e queimação;
- Reduz a distensão abdominal;
- Reduz o acúmulo de gases;
- Reduz as dores abdominais;
- Ação antioxidante.

Composição: *Foeniculum vulgare*, *Citrus aurantium* e Caprylic/Capric Triglyceride.

Modos de uso:

- Aplicar de 1 a 2 gotas no pulso ou mão, esfregar e inalar o aroma antes ou após a refeição;
- Aplicar de 1 a 2 gotas na região do estômago ou intestino e massagear antes ou após a refeição. Aplicação tópica pode ser realizada a cada 4h ou 6h, conforme necessário;
- Fazer compressa com toalha mergulhada em água quente com gotas de **InBlends Digest**, após a refeição;
- Pode ser adicionado em óleos vegetais, bases creme/gel.

Precauções:

- Evitar exposição ao sol da região da pele em que aplicou o óleo essencial, para evitar foto-sensibilidade.

Apresentação: Frasco com 30ml.

INBLENDS RELIEF

ÓLEO ESSENCIAL DE LAVANDA, MELALEUCA, CIPRESTE E ALECRIM

InBlends Relief alivia desconfortos físicos ocasionados por tensão, cansaço, má postura, movimentos repetitivos e exercícios intensos, promovendo o relaxamento do corpo. No mundo moderno, em que muitas pessoas trabalham em frente ao computador várias horas ao dia, é comum sentir desconfortos em diversas regiões do corpo, principalmente pescoço, ombros, coluna e pulsos. Além disso, sob condição de estresse, essas dores podem ser agravadas, pois quando o cortisol está elevado é comum causar a contração muscular de forma involuntária por longos períodos de tempo gerando tensão muscular ou os chamados "nós".

Até mesmo atividades de lazer como a prática de exercícios físicos podem ocasionar dores musculares e articulares, em caso de má execução do movimento, treinos de alta intensidade ou ainda quando o volume de treino é grande.

InBlends Relief contém óleos essenciais de **lavanda, melaleuca, cipreste e alecrim**. Esse *blend* reúne os óleos mais utilizados na aromaterapia, em alto grau de pureza e combinados nas devidas proporções para que sua ação seja imediata.

O óleo essencial de lavanda promove uma sensação de relaxamento e diminui sintomas como nervosismo, ansiedade, insegurança, melancolia, depressão, raiva, medo, culpa, apatia, mudança de humor, confusão e timidez. Além do relaxamento mental, o óleo de lavanda também se mostra um excelente relaxante muscular, atuando no alívio de dores físicas. O óleo essencial de melaleuca, também chamada de *tea tree*, tem importante ação bactericida e antifúngica, auxilia na regeneração celular do tecido cutâneo, tem alto poder antioxidante, promove uma sensação refrescante e, ainda potencializa o efeito da lavanda, em relação ao alívio de dores no corpo e equilíbrio das emoções. Já os óleos essenciais de cipreste e alecrim são muito utilizados para dores reumáticas, musculares e articulares. Possuem ação analgésica e anti-inflamatória, atuam no sistema circulatório promovendo sensação energizante e revigorante, aliviando o cansaço físico.



Benefícios

- Alívio de tensão e dores musculares;
- Alívio de dores reumáticas e articulares;
- Ação antimicrobiana, antifúngica e antisséptica;
- Ação antioxidante;
- Ação analgésica e anti-inflamatória;
- Ativa a circulação;
- Promove sensação refrescante.

Composição: *Lavandula angustifolia*, *Melaleuca alternifolia*, *Cymbopogon schoenanthus*, *Cupressus sempervirens* e Caprylic/Capric Triglyceride.

Modos de uso:

- Aplicar de 1 a 2 gotas na região dolorida e massagear. Aplicação tópica pode ser realizada a cada 4h ou 6h, conforme necessário;
- Fazer compressa com toalha mergulhada em água quente ou gelada com gotas de **InBlends Relief**;
- Adicionar algumas gotas de óleo em banho quente;
- Aplicar de 1 a 2 gotas no pulso ou mão, esfregar e inalar o aroma;
- Pode ser adicionado em óleos vegetais, bases creme/gel.

Precauções:

- Evitar exposição ao sol da região da pele em que aplicou o óleo essencial, para evitar foto-sensibilidade.

Apresentação: Frasco com 30ml.

INBLENDS ENERGY

ÓLEO ESSENCIAL DE ALECRIM, LEMONGRASS, MENTHA ARVENSIS, LIMÃO SICILIANO

InBlends Energy tem ação energizante, capaz de proporcionar mais disposição no dia a dia, melhorar o humor e a cognição e aliviar dores de cabeça. A indisposição e o esgotamento mental são queixas bastante comuns, tanto que o consumo de café e bebidas energéticas é cada vez mais frequente entre a população. Essas bebidas são conhecidas como estimulantes e, apesar de parecerem inofensivas, vêm acompanhadas do excesso de açúcar e cafeína que, em grande quantidade, pode ocasionar efeitos colaterais como insônia, ansiedade, tremedeira e taquicardia. No entanto, é possível melhorar a performance mental de forma natural e segura através do uso de óleos essenciais.

InBlends Energy é composto pelos óleos essenciais de **alecrim, lemongrass (capim limão), mentha arvensis e limão siciliano**, que juntos possuem ação estimulante da mente e do corpo, proporcionando maior disposição e benefícios importantes para a função cognitiva, como aumento do foco e melhora da aprendizagem.

O óleo de alecrim é um poderoso estimulante que age de forma positiva sobre o esgotamento físico e mental, e tem sua ação potencializada pelo lemongrass. É utilizado também em tensões e fadiga mental, alivia dores de cabeça e enxaqueca, combate o negativismo, a irritabilidade e raiva, principalmente para quem tem dificuldade de expor os sentimentos. Além de melhorar a concentração e a criatividade, tanto no trabalho quanto os estudos. Já os óleos essenciais de menta piperita e limão siciliano, são óleos muito versáteis, utilizados especialmente para melhorar a concentração, restaurar a energia, melhorar a respiração, também possuem capacidade de aliviar dores de cabeça e reduzir o estresse oxidativo.



Benefícios

- Ação energética e revigorante;
- Melhora performance mental;
- Melhora as funções cognitivas;
- Melhora a memória, criatividade e concentração;
- Ativa a circulação;
- Antioxidante;
- Melhora da insônia;
- Alivia o estresse.

Composição: *Rosmarinus officinalis* leaf oil, *Cymbopogon schoenanthus* oil, *Mentha arvensis* leaf oil, *Citrus limonum*, Caprylic/Capric Triglyceride.

Modos de uso:

- Aplicar de 1 a 2 gotas no pulso ou mão, esfregar e inalar o aroma;
- Aplicar de 1 a 2 gotas na região das têmporas, fronte ou atrás das orelhas e massagear;
- Adicionar algumas gotas de óleo em banho quente;
- Pode ser adicionado em óleos vegetais, bases creme/gel;
- Pode ser adicionado em aromatizadores pessoais ou de ambiente.

Precauções:

- Evitar exposição ao sol da região da pele em que aplicou o óleo essencial, para evitar foto-sensibilidade.

Apresentação: Frasco com 30ml.

Referências bibliográficas

1. Disponível em: <<http://www.saude.al.gov.br/2020/01/09/doula-do-hm-fala-sobre-importancia-da-aromaterapia-durante-parto/>> Acesso em: 11 fev. 2020
2. Disponível em: <<https://www.ecycle.com.br/3871-aromaterapia>> Acesso em: 11 fev. 2020
3. GNATTA, Juliana Rizzo et al. O uso da aromaterapia na melhora da autoestima. Revista da Escola de Enfermagem da USP, v. 45, n. 5, p. 1113-1120, 2011.
4. COELHO, Meirilane Gonçalves. Oleos essenciais para aromaterapia. 2009. Tese de Doutorado.
5. Disponível em: <https://teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47134/tde-11032010-103420/publico/Lyra_ME.pdf> Acesso em: 13 fev. 2020
6. Disponível em: <<http://www.saude.al.gov.br/2016/07/04/saude-digestiva-poder-ser-cao-de-varios-problemas-e-desconfortos/>> Acesso em: 17 fev. 2020.
7. Disponível em: <<https://www.lojawnf.com.br/oleo-essencial-laranja-doce-10ml.html>> Acesso em: 18 fev. 2020.
8. Disponível em: <<https://www.lojawnf.com.br/oleo-essencial-erva-doce-5ml.html>> Acesso em: 18 fev. 2020.
9. DA SILVEIRA, Sheila Mello et al. Composição química e atividade antibacteriana dos óleos essenciais de *Cymbopogon winterianus* (citronela), *Eucalyptus paniculata* (eucalipto) e *Lavandula angustifolia* (lavanda). Rev Inst Adolfo Lutz, v. 71, n. 3, p. 471-80, 2012.
10. SILVA, Gabriela Lucas da et al. Avaliação da atividade antioxidante, antiinflamatória e antinociceptiva do óleo essencial de lavanda (*Lavandula angustifolia* Mill). 2009.
11. Disponível em: <<https://harmoniearomaterapia.com.br/blog/conheca-o-oleo-essencial-de-cipreste/>> Acesso em: 20 fev. 2020.



12. Disponível em: <<https://www.lojawnf.com.br/oleo-essencial-alecrim-10ml.html>> Acesso em: 20 fev. 2020.
13. Disponível em: <<https://www.lojawnf.com.br/oleo-essencial-lemongrass-10ml.html>> Acesso em: 20 fev. 2020.
14. Disponível em: <<https://www.oleos essenciais.org/oleo-essencial-de-menta-piperita-ou-hortela-pimenta/>> Acesso em: 20 fev. 2020.
15. Disponível em: <<https://draxe.com/essential-oils/peppermint-oil-uses-benefits/>> Acesso em: 20 fev. 2020.
16. Disponível em: <<https://www.oleos essenciais.org/oleo-essencial-de-limao/>> Acesso em: 20 fev. 2020.
17. Disponível em: <<http://revistamedicinaintegrativa.com/aromaterapia-a-acao-dos-oleos-essenciais/>> Acesso em: 27 fev. 2020.
18. MACHADO, Bruna Fernanda Murbach Teles; JUNIOR, Ary Fernandes. Óleos essenciais: aspectos gerais e usos em terapias naturais. Cadernos Acadêmicos, v. 3, n. 2, p. 105-127, 2011.
19. DE LIMA LOPES, Carlos André. AROMOTERAPIA-Espiritualidade e a Emoção do Medo.
20. Disponível em: <http://www.portaldeperiodicos.unisul.br/index.php/Cadernos_Academicos/article/view/718> Acesso em: 02 mar. 2020.

*Última atualização: 20/03/2019 RS
31/03/2020 CB*