

## TRADICIÓN HERBAL



➤ **Bergamota:** Originaria del sureste de Asia, pero muy común en Europa, especialmente en Calabria, sur de Italia, la Costa de Marfil, Marruecos, Túnez y Argelia.

Traído a Europa por Cristóbal Colón de las Islas Canarias a la ciudad de Bérgamo en el norte de Italia, donde se comercializó el aceite esencial de bergamota por primera vez. Aparece ser una cruce entre naranja y una toronja/pomelo pero con forma de pera. Es, junto con el neroli, uno de los aceites esenciales más utilizados en perfumería y uno de los ingredientes principales del agua de colonia. La bergamota es la que le da su sabor distintivo al té "Earl Grey". Un estudio a cargo del Profesor Paoli Rovesti de la Universidad de Milán, realizado en clínicas psiquiátricas, concluyó que entre los efectos psicológicos más importantes del aceite esencial de bergamota se destacaban su capacidad para calmar la ansiedad y aliviar la sensación de miedo y temor.

## MODO DE EMPLEO

- Hornillo/Pebetero
- Almohada/Pañuelo
- Masajes corporales
- Inhalaciones
- Baños
- Compresas



## PRINCIPALES BENEFICIOS ATRIBUIDOS A LOS INGREDIENTES

Un bálsamo para el corazón. Así nos gusta definir al Aceite Esencial de Bergamota con su aroma frutal, dulce y feliz. Cuando perdimos la ilusión y nos cuesta seguir, se transforma en un bastón invisible sobre el cual podemos apoyarnos con confianza y fe de que el dolor y la tristeza no duran para siempre. Todo pasa.

### Acción Emocional:

- Brinda efectos positivos sobre las personas que se sienten deprimidas, tristes, con dificultad para afrontar el día.
- Promueve una actitud positiva, alegre y amigable.
- Mejora el humor de las personas.
- Equilibra las emociones inestables.
- Reduce la ansiedad, el estrés, y la sensación de miedo y temor.
- Brinda confianza y seguridad al tiempo que disminuye la sensación de timidez ante situaciones nuevas.

### Acción sobre la Piel:

- Purifica el ambiente.
- Posee propiedades repelentes de insectos.



## PRINCIPALES USOS Y SUGERENCIAS

- Ideal cuando invade la melancolía y no encontramos las fuerzas para arrancar el día y seguir adelante.
- Ideal para sentirse más liviano cuando la tristeza se lleva como un peso sobre los hombros.
- Ideal para levantar el ánimo y disipar la angustia.
- Ideal para ayudar a sobrellevar períodos de tristeza originados por cualquier motivo, ya sea por pérdida de un ser amado, peleas, rupturas.
- Como muchos aceites esenciales puede ser utilizado como repelente de insectos cuidando de no exponerse al sol si se colocó sobre la piel.

SIN PARABENOS