

A young green seedling with several leaves, growing out of a mound of dark, rich soil. The background is a solid dark green color.

Elixir

Óleos Essenciais

O poder da Natureza na palma da mão.

O que são óleos essenciais?

Propriedades terapêuticas, emocionais
e de embelezamento.

O óleo essencial, apesar de ser chamado de “óleo”, não é um óleo propriamente dito. Foi assim chamado antigamente pelo fato de não se misturar à água.

É uma substância aromática, volátil, extraída de diversas partes das plantas, como folhas, raiz, flor, caule e casca.

Por ser extremamente concentrado, a maioria dos óleos essenciais não podem ser aplicados diretamente na pele. Necessitando ser diluído em alguma base para aplicação tópica.

Apresenta diversas propriedades terapêuticas por atuarem no sistema límbico, o sistema das emoções.

O que são?

Substâncias ricas em ácidos graxos essenciais, vitaminas, lecitinas, minerais e outras substâncias. São extraídas, principalmente, das sementes das plantas.

Funcionam como antioxidantes e reconstituintes da camada superficial da pele. Ajudam a manter a elasticidade e combate o envelhecimento precoce da pele.

Dão brilho à pele e aos cabelos deixando-os flexíveis, macios e tonificados.

Pode ser utilizado puro na pele e nos cabelos ou como base para diluir os óleos essenciais.

Elixir Óleos Essenciais



Óleos vegetais

Como escolher o seu difusor?

Difusor ultrassônico

Ele é o único apropriado para o uso de óleos essenciais, pois não promovem o aquecimento, preservando as propriedades terapêuticas.

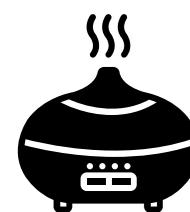
Formação da névoa

Invista em difusores ultrassônicos que emitem uma boa quantidade de névoa (vapor), pois isso permite a melhor dispersão dos óleos essenciais no ambiente.

Reservatório de água

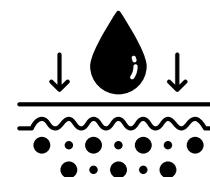
Quanto maior a capacidade de água, maior o tempo de duração do difusor. Então, se você quer utilizá-lo para dormir, procure aqueles que tem uma duração de 6 a 8h.

Modo de uso



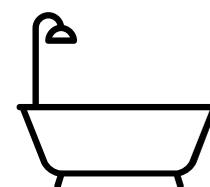
Inalação (difusor ultrassônico)

Pingue de 6 a 15 gotas em 400 a 500 ml de água no seu difusor ultrassônico.



Uso tópico (pele e couro cabeludo)

Pode ser utilizado em diferentes concentrações. Veja como diluir em óleo vegetal na próxima página.



Banheira

6-12 gotas de óleo essencial com água ou xampu. Misture e coloque na banheira.



Escalda pés

3-6 gotas de óleo essencial na água.

Diluição para aplicação tópica (pele)

Para cada 10 ml (= 1 colher de sopa) de óleo vegetal

1 gota - Bebês e uso facial

2 gotas - Crianças e grávidas

4 gotas - Idosos e adultos com peles sensíveis

6 gotas - Adultos

8 gotas - Massagem corporal

10 gotas - Dores e inflamações

Atenção

*Cuidado com o uso de óleos essenciais em grávidas, lactantes e crianças pequenas. Nem todos os óleos são permitidos!



A tree with a thick trunk and roots, standing in a grassy field under a cloudy sky. The tree is split vertically: the left side is bare, showing a complex network of branches, while the right side is covered in dense, dark green leaves. The word "Emoções" is written in large white letters across the middle of the tree.

Emoções

Sinta o efeito dos óleos essenciais para modular as suas emoções.

Ansiedade

Antecipar o futuro sem viver o presente.

Estresse

Nervos à flor da pele.

Insônia

Só dormir quando o dia amanhecer.

Óleos essenciais

Lavanda

Vetiver

Bergamota

Camomila romana

Laranja doce

Olíbano

Rosa

Ylang ylang

Melissa

Abeto

Mirra

Néroli

Patchouli

Estimulante sexual e amor

Uma pitada de sedução e prazer.

Óleos essenciais

Canela

Ylang ylang

Rosa

Patchouli

Jasmin

Cardamomo

Néroli

Gerânio

Damiana

Medo

Alerta de luta e fuga.

Óleos essenciais

Gerânio

Lavanda

Capim limão

Olíbano

Cedro

Tomilho

Abeto

Bergamota

Tristeza

Ausência da alegria.

Óleos essenciais

Bergamota

Gerânio

Canela

Angélica

Grapefruit

Limão siciliano

Mirra

Néroli

Concentração

Foco e atenção.

Estudos

Adquirir conhecimento.

Trabalho

Produzir.

Óleos essenciais

Alecrim

Hortelã pimenta

Cravo

Limão siciliano

Sálvia espanhola

Abeto

Sono **tranquilo**

500 ml de água

6 gotas de óleo essencial de Lavanda

4 gotas de óleo essencial de Bergamota

Modo de uso: utilizar a sinergia destes 2 óleos essenciais no seu difusor ultrassônico para ter um sono tranquilo e revigorante.



Massagem afrodisíaca

10 ml de óleo vegetal de semente de uva ou amêndoas doces

6 gotas de óleo essencial de Néroli

4 gotas de óleo essencial de Ylang ylang

Modo de uso: aplicar no corpo, massageando. Não utilizar em mucosas.



A photograph of a person's back and neck, with a hand resting on the neck. A red glow highlights the area of the neck and upper back, indicating pain or discomfort. The background is a solid dark green color.

Terapêutico

Alívio com óleos essenciais.

Imunidade

Ativar nossos soldadinhos do bem.

Óleos essenciais

Limão siciliano

Bergamota

Canela

Cravo

Tea tree (Melaleuca)

Louro

Eucalipto

Abeto

Angélica

Laranja doce

Olíbano

Blend 4 Iadrões Laszlo

Ciclo menstrual

Funcionando igual a um relóginho.

TPM

Não mexe com quem tá quieta.

Menopausa

Ondas de calor.

Óleos essenciais

Anis estrelado

Angélica

Alcarávia

Aipo

Artemísia

Canela

Cipreste

Davana

Funcho doce

Gerânio

Néroli

Dores

Experiência sensorial desagradável.
Dor de cabeça, articulação, muscular.

Óleos essenciais

Alecrim

Capim limão

Eucalipto

Hortelã pimenta

Funcho

Limão

Manjericão

Sálvia

Lavanda

Buddha wood “Buddahawood”

Gengibre

Respiração

Expectorar, colocar para fora.

Óleos essenciais

Hortelã pimenta

Eucalipto

Alecrim

Capim limão

Gengibre

Limão siciliano

Tea tree (Melaleuca)

Abeto

Massagem esportiva

Dor muscular

10 ml de óleo vegetal de semente de uva
3 gotas de óleo essencial de Lavanda
2 gotas de óleo essencial de Hortelã pimenta
3 gotas de óleo essencial de Eucalipto

Modo de uso: aplicar na região a ser tratada, massageando até permeação do óleo.



Massagem relaxante

10 ml de óleo vegetal de semente de uva
8 gotas de óleo essencial de Lavanda

Modo de uso: aplicar no corpo, massageando.



Cólica **menstrual**

10 ml de óleo vegetal de semente de uva
6 gotas de óleo essencial de Lavanda
2 gotas de óleo essencial de Camomila romana

Modo de uso: aplicar na região abdominal, massageando.



A top-down view of various natural beauty products arranged on a light-colored wooden surface. The products include a large clear spray bottle with a white pump, a small amber glass bottle with a black cap, a round glass jar containing green powder, and two round white jars with light green cream. The scene is decorated with several types of fresh green leaves and ferns, creating a natural and organic aesthetic.

Embelezamento

A beleza que vem da Natureza.

ÓLEOS VEGETAIS

Seco

Coco

Abacate

Rosa mosqueta

Argan

Copaíba

Oleoso

Coco

Jjoba

Rícino

Rosa mosqueta

Pele facial e couro cabeludo

Escolha o óleo vegetal de acordo com o seu tipo de pele e cabelo.

ÓLEOS ESSENCIAIS

Oleosa e acne

Tea tree (Melaleuca)

Lavanda

Sândalo

Salvia esclareia

Seca

Lavanda

Gerânio

Palmarosa

Antiidade

Olíbano

Rosa

Mirra

Patchouli

Gerânio

Pele facial

Sua pele merece os melhores cuidados.

Cabelos e couro cabeludo

Turbine o seu xampu ou faça umectação capilar com óleos essenciais.

Oleosidade

Tea tree (Melaleuca)

Lavanda

Hidratação

Lavanda

Ylang ylang

Copaíba

Crescimento

Alecrim

Cedro

ÓLEOS VEGETAIS

Urucum

Buriti

Amêndoas doces

Andiroba

Macadâmia

Girassol

Gérmen de trigo

Semente de uva

Rosa mosqueta (pequenas regiões ressecadas e estrias)

Corporal

Aplicação do óleo vegetal puro na pele ou combinado com óleos essenciais e outros óleos vegetais.

CORPORAL

DISFUNÇÕES ESTÉTICAS

ÓLEOS ESSENCIAIS

Hidratação

Lavanda

Gerânio

Gordura localizada e celulite

Grapefruit

Alecrim

Laranja doce

Máscara facial secativa

Argila verde + água (textura pastosa)
1 gota de óleo essencial de Lavanda
1 gota de óleo essencial de Melaleuca

Modo de uso: aplique no rosto limpo, deixe por 15 min e remova com água corrente. Não deixar secar no rosto e caso necessário umidifique usando um borrifador com água.



Sérum facial antiidade

Frasco de vidro âmbar com gotejador
20 ml de óleo vegetal de jojoba
10 ml de óleo vegetal de rosa mosqueta
4 gotas de óleo essencial de gerânio ou olíbano

Misture os óleos no frasco e já está pronto para utilizar.

Modo de uso: aplicar 1 ou 2x ao dia no rosto após a higienização.



Xampu turbinado

Crescimento capilar

10 ml de xampu básico

1 gota de óleo essencial de alecrim ou cedro

Prepare a quantidade adequada para único uso. Pode ser utilizado até 3x por semana.

Modo de uso: aplicar normalmente igual a xampu, deixar agir por 5 min e remover com água corrente.



Umectação capilar

Brilho e maciez

5 ml de óleo vegetal de coco
2,5 ml de óleo vegetal de jojoba
2 gotas de óleo essencial de ylang ylang
2 gotas de óleo essencial de lavanda

Prepare a quantidade adequada para único uso. Pode ser utilizado 1x ao mês

Modo de uso: aplicar em toda a extensão do cabelo e no couro cabeludo. Deixar agir por 2h e lavar normalmente.



Óleo lipolítico

Gordura localizada e celulite

10 ml de óleo vegetal de amêndoas doces
2 gotas de óleo essencial de laranja doce
3 gotas de óleo essencial de alecrim
3 gotas de óleo essencial de grapefruit

Prepare a quantidade adequada para único uso. Pode ser utilizado 3x por semana.

Modo de uso: aplicar na região para tratamento, massageando até permear os ativos.



Óleo hidratante

Pele corporal ressecada

10 ml de óleo vegetal de gérmen de trigo
4 gotas de óleo essencial de olíbano
4 gotas de óleo essencial de patchouli

Prepare a quantidade adequada para único uso.

Modo de uso: aplicar na região para tratamento, massageando até permear os ativos. Utilizar após o banho com a pele ainda umida e remover o excesso com água corrente.



Autora

Profa. MSc. Andréa Farias
Biomédica, professora e empreendedora

Sou uma grande apaixonada pelo Universo dos óleos essenciais desde 2016.

Aplico bastante nas minhas aulas de Tricologia e no meu dia a dia para regulação das emoções e em cosméticos.

Junto com a minha irmã, Thais Farias, fundamos a Elixir Óleos Essenciais com o objetivo de trazer bem estar e autoestima para as pessoas.

Quem utiliza os recursos da Natureza ao seu favor, tem o poder de transformar a sua vida e de quem está ao seu redor.

 [@dra.andreafarias](https://www.instagram.com/dra.andreafarias)





Nos siga nas redes sociais

 [@oleos.essenciais_elixir](https://www.instagram.com/_oleos.essenciais_elixir)

 [/oleos.essenciais.elixir](https://www.facebook.com/oleos.essenciais.elixir)

 [Contato: Andréa](https://www.whatsapp.com/contact?phone=5511999999999)



**Semear o futuro
é importante.**
**Cuidar da natureza
é essencial.**

Referências

BIBLIOGRÁFICAS

- Técnicas de aplicação de óleos essenciais - Terapias de saúde e beleza, Fernando Amaral. São Paulo: Cengage Learning, 2016.
- Aromaterapia e as Emoções - Como usar óleos essenciais para equilibrar o corpo e a mente, Shirley Price. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 12ª ed, 2020.
- Artigos científicos referenciados no site da Laszlo.