

## **Aromaterapia: dalla millenaria tradizione empirica al rigore della scienza moderna**

Dott. Daniele Grassi

Centro di Urologia Funzionale integrata con Agopuntura, Hesperia Hospital, Modena

*Intervista rilasciata in occasione del corso ECM su "Menopausa e oltre, in salute: sfide e opportunità", organizzato dalla Fondazione Alessandra Graziottin per la cura del dolore nella donna Onlus, Milano, 16 settembre 2021*

### **Sintesi del video e punti chiave**

L'aromaterapia medico-scientifica consiste nello studio e nell'utilizzo di oli essenziali di derivazione vegetale per la tutela della salute e la cura delle malattie. Dopo millenni di uso empirico, oggi questa disciplina conosce una seconda giovinezza grazie alle ricerche che, a partire dalla metà del Novecento, ne hanno dimostrato il fondamento chimico e la riproducibilità in laboratorio.

In questo video, il dottor Grassi illustra:

- che cosa sono gli oli essenziali;
- come da diversi decenni se ne studino la composizione chimica e le proprietà terapeutiche;
- gli effetti estremamente diversificati delle piante aromatiche: antibatterici, antifungini, antivirali, antidolorifici, antispastici, antinfiammatori, decontratturanti, digestivi;
- le principali vie di somministrazione: olfattazione, transcutanea, orale (solo per alcune essenze e sempre sotto controllo medico);
- come l'olfattazione consenta una diretta trasmissione delle molecole all'amigdala, che nella parte più arcaica del cervello governa i ricordi e le emozioni;
- i possibili effetti calmanti o stimolanti di questa modalità di assunzione;
- l'opportunità di trattare, per via transcutanea, contratture, lombalgie, cervicalgie, torcicollo e cefalea.

Realizzazione tecnica di **Monica Sansone**