

# Óleo Essencial Pimenta Rosa

## Propriedades terapêuticas

Este óleo tem actividade antimicrobiana forte, é antibacteriano, antiviral, anti-micótico e fungicida. Também apresenta propriedades analgésicas e anti-inflamatórias a nível da derme. Há estudos que confirmam mesmo que este óleo surtiu efeitos relevantes em vários fungos tais como :

-*Candida albicans* que provoca candidíase,

-*Alternaria* (bolor), que se desenvolve no interior das habitações e causa febre do feno ou reacções de hipersensibilidade que por vezes levam à asma,

-*Fusarium*, que provoca infecções cutâneas principalmente por baixo das unhas dos pés e mãos.

Resumindo, é recomendado em caso de infecção e inflamação da derme provocada por organismos patogénicos, picadas de insecto, micoses, verrugas, pêlos encravados e borbulhas. As suas propriedades antimicrobianas tornam o uso deste óleo também muito eficaz na desinfecção de ambientes domésticos.

Nestes estudos os principais componentes que foram isolados da *S.molle* são cetoácidos triterpenóides. O óleo essencial de *Schinus molle* tem efeitos antibacterianos fortes sobre bactérias Gram-positivas. Os componentes maioritários têm bastante influência sobre esses efeitos antibacterianos, reagindo sinergicamente entre eles e potenciando os efeitos. O que se encontra em maior quantidade é o sabineno, no entanto a maior inibição bacteriana encontrada não foi provocada apenas pelo sabineno, mas pela interacção entre este composto e os pinenos. Existem estudos sobre a atividade antifúngica, antimicrobiana, antioxidante, inseticida e repelente do óleo essencial de *S. molle*.

## Sugestões de uso para o óleo essencial de Pimenta Rosa

-**Massagens:** Diluir 1 a 2 gotas de óleo essencial para 10ml de um óleo vegetal (ex: azeite, óleo de amêndoas).

-**Queimadores de óleo e aromatizadores elétricos próprios para óleos essenciais:** Misturar 1 a 2 gotas para 10ml de água.

-**Velas:** Deitar 1 a 2 gotas mas com cuidado para não molhar o pavio pois os óleos essenciais são inflamáveis.

-**Colares e pulseiras aromáticas:** Utilizar 1 a 2 gotas para usufruir dos benefícios do óleo essencial durante todo o dia.

-**Banho de imersão ou banho para os pés:** 2 a 3 gotas diluídas em 10ml de óleo vegetal proporcionam sensação de bem estar e além disso é bastante desinfectante.



**-Aspirador:** Pode deitar 1 a 2 gotas no filtro para afastar e eliminar insectos, fungos, bactérias, ácaros e vírus, além de deixar um cheiro agradável.

**-Roll-ons:** Aplicar nos pontos do corpo de maior absorção: Pulsos, têmporas, orelhas e pescoço, axilas, virilhas e umbigo.

**-Bolas de algodão, madeira e barro:** Deitar algumas gotas e colocar em armários, gavetas, etc, para perfumar e afastar insetos.

**-No caso de pontos negros, borbulhas, pelos encravados, fungos, verrugas ou micoses:** aplicar 1 gota diretamente na zona a tratar.

**-No caso de candidíase,** diluir 3 a 4 gotas de óleo essencial para 10ml de óleo vegetal ou um creme neutro e aplicar na zona afectada. Também pode deitar algumas gotas na água quando for fazer a sua higiene íntima na mesma proporção.

**-Uso capilar:** Pode juntar algumas gotas ao seu shampoo, amaciador, creme ou spray de pentear, sérum capilar, etc (10 gotas para 100ml). Além de deixar um aroma agradável é antimicrobiano.

**-Uso facial:** Elimina bactérias impurezas, acne, pontos negros e controla a produção de gordura. Diluir 1 gota para 10ml de água micelar ou desmaquilhante, embeber a solução em algodão e limpar o rosto. Tem propriedades **antibacterianas e antioxidantes**, é um bom tónico de limpeza facial e anti-rugas pois elimina bactérias e radicais livres que aceleram o processo de envelhecimento da pele. Diluir 1 gota para 10ml de água micelar ou desmaquilhante, embeber a solução em algodão e limpar o rosto. Pode usar puro sobre alguma zona do rosto que queira tratar (aplicar apenas 1 gota com um cotonete).

**Higiene oral:** para reduzir o mau hálito, prevenir cáries e infecções na garganta, tem efeito anti-séptico. Diluir 2 a 3 gotas em meio copo de água e gargarejar.

**Uso gastronómico:** O óleo essencial de pimenta rosa é muito apreciado na confecção de doçaria, dá um toque requintado a bolos, bolachas, chocolates etc. Também faz a diferença quando utilizado em bebidas (cocktails).

**Influência energética e emocional:** O uso do óleo da pimenta rosa promove o bem estar emocional, o seu aroma é doce e envolvente, tem muita influência no humor, sendo aconselhado em casos de ligeira depressão e ansiedade. Proporciona uma boa limpeza energética. A pimenta rosa está associada à perseverança, sendo muito útil quando temos de insistir em determinado comportamento para obtermos algo. Ajuda a não desistir. Trabalha a manifestação do EU com confiança, incentiva novos começos. É considerado o óleo da prosperidade, o seu aroma despoleta sentimento de merecimento da riqueza, auxiliando a permissão do universo para que a riqueza entre. É um aroma afrodisíaco, picante, doce, desperta a sedução e sensualidade. Ajuda o corpo a relaxar e a se entregar ao prazer do toque.

**Curiosidade:** Conhecida pela civilização maia devido aos seus poderes curativos a pimenta rosa é ainda usada hoje na medicina e muito apreciada em perfumaria devido ao seu aroma intenso e frutado com notas de anis.

**Bibliografia\_Pimenta Rosa\_Shinus Molle**

Bhavanani SM, Balow CH 1992. New agents for gram-positive bacteria. *Curr Opin Microbiol* 13: 528-534. [ Links ]

Dikshit A, Naqvi AA, Husain A 1986. Schinus molle: a new source of natural fungitoxicant. *Appl Environ Microbiol* 51: 1085-1088. [ Links ]

Gundidza M 1993. Antimicrobial activity of essential oil from Schinus molle Linn. *Central. Afr J Med* 39: 231-234. [ Links ]

Lawrence B 1984. A discussion of Schinus molle and Schinus terebinthifolius. *Perfumer & Flavorist* 9: 65-69. [ Links ]

<https://ubibliorum.ubi.pt/handle/10400.6/651> - Pombo, Eunice Baltazar 2011. Estudo da actividade antibacteriana dos óleos essenciais: Schinus molle.

<http://sec.sbq.org.br/cdrom/31ra/resumos/T0671-1.pdf>