

# Herboplanet®

## QSA LIMONE

**SINTESI PSICHICA:** Permette di superare la timidezza dovuta alla mancanza di controllo delle proprie azioni-reazioni e alla fragilità in senso lato. *Aiuta nel compimento delle azioni sul piano reale, **permettendo l'acquisizione di un coraggio tonico ma non spavaldo. Favorisce la concentrazione, solleva l'animo dalla depressione e schiarisce le idee.** È risollevante, risveglia le energie vitali, **dona sicurezza, padronanza di sé, fiducia in sé stessi, utile nei periodi di transizione e per mantenere la mente chiara, riduce la fatica mentale, rinfresca i sensi, attenua la confusione, rasserena e solleva il morale.** Porta luce allontanando le tenebre ("... vede tutto nero ..."). **QSA LIMONE** permette di trovare la forza emotiva tramite una purificazione gioiosa di vecchi fardelli emozionali; aiuta a connetterci con l'elemento acqua ed alle nostre antiche origini acquatiche; **facilita la forza d'animo.***

**QUALITÀ:** Yang.

**SEGNAZIONE:** Marte Sole - Ariete Leone.

**NOTE:** L'olio essenziale di **LIMONE** (*Citrus limonum* Burm F.) si ricava tramite spremitura dalla scorza del frutto della pianta. Il limone è un albero da frutto appartenente alla famiglia delle Rutaceae. Il nome comune limone si può riferire tanto alla pianta quanto al suo frutto. Secondo alcuni studi genetici, il limone è un antico ibrido, probabilmente tra il pomelo e il cedro, ma da secoli è una specie autonoma, la quale si riproduce per innesto e talea. Sebbene le origini del limone siano incerte, si pensa che i primi luoghi in cui sia cresciuto siano la Cina. In Europa la prima coltivazione di limoni è stata avviata prima dell'anno Mille in Puglia, sul Gargano e precisamente a Rodi Garganico. La buccia non viene usata solo per fare l'olio essenziale, ma anche per produrre canditi e il liquore nato in Campania e poi diffusosi in tutto il mondo: il Limoncello. L'olio essenziale del limone è un liquido etereo e volatile con un colore che va dal giallo al verde, è costituito prevalentemente da limonene e pineni (*beta-pinene, alfa pinene, gamma terpinene*). Occorrono circa tremila limoni per ottenere almeno 1 kg di essenza, L'olio essenziale di Limone **contribuisce alla funzione digestiva, alla regolare motilità gastrointestinale ed eliminazione dei gas.**

### BIBLIOGRAFIA:

- Ernesto Riva - "L'universo delle PIANTE MEDICINALI trattato storico, botanico e farmacologico di 400 piante di tutto il mondo" - Ghedina & Tassotti editori s.r.l. - Bassano del Grappa (VI), Maggio 1995.
- Tina Cecchini - *Enciclopedia delle erbe medicinali*, ..... - DE VECCHI EDITORE
- Padre Gianfranco Lazzari - *L'Erbario del Frate* - EDIZIONI S. MARCO LITOTIPO
- Alberto Fidi - *Erbe e Piante medicinali* - FRATELLI MELITA EDITORI
- AA.VV. - *Enciclopedia chimica* - USES ed., Firenze
- Benigni R., Capra C., Cattorini P.E. - *Piante medicinali: chimica, farmacologia e terapia* - Inverni della beffa ed, Milano.
- Duraffourd C., D'Ervicourt L., Lapraz J.C. - *Cahiers de Phytoterapie clinique* - Masson ed., Paris 1983
- Maugini E. - *Botanica farmaceutica* - CLUSF ed., Firenze 1976
- Pomini L. - *Erboristeria italiana* - Vitalità ed

- Valnet J., Duraffourd C., Lapraz J.C. – *Phytothérapie et aromatherapie* – Presse de la Renaissance, Paris 1978
- Massari E. – *Erbe in Cina* – Milano 1981
- Penso G. – *Piante medicinali nella terapia medica* – Org. Med. Farm. Ed., Milano
- Enrica Campanili – *Dizionario di fitoterapia e piante medicinali* – Tecniche Nuove - MI
- Larousse - "*Encyclopédie des PLANTES MÉDICINALES identification, préparations, soins*" - Larousse-Bordas – 1997
- Tom Wilsons - "*Guarire con le erbe, i consigli, le malattie, le ricette, le dosi nella più ricca raccolta di erboristeria*" - Fratelli Melita Editori
- Dr. G. Fort - "*Guide de traitement par les plantes médicinales et phytocosmétologie, soins de beauté*" - Editions Heures de France - Paris, 1976

**Avvertenze:** Tenere fuori dalla portata dei bambini al di sotto dei tre anni. Non superare la dose giornaliera consigliata. Il prodotto va utilizzato nell'ambito di una dieta variata ed equilibrata e uno stile di vita sano. L'uso del prodotto è sconsigliato in caso di allergia presunta o accertata verso uno dei suoi componenti. Conservare in un luogo fresco e asciutto, al riparo dalla luce. La data di scadenza si riferisce al prodotto in confezione integra e correttamente conservato.

Le informazioni contenute all'interno di questo file non possono e non intendono porsi in alternativa alla diagnosi e/o alla terapia che sono e rimangono di stretta competenza medica. Il fine della presente applicazione è, infatti, quello di fornire una fonte di consultazione di alcuni integratori alimentari regolarmente notificati presso il Ministero della Salute, senza volontà alcuna di sostituirsi al medico che rimane il referente fondamentale a cui rivolgersi per affrontare i problemi riguardanti la salute personale.