

## PEDILUVIO AL TIMO BIO



[midascosmesi.it](http://midascosmesi.it)

## Indice

<i>Ingredienti – INCI.....</i>	<i>3</i>
<i>Proprietà benefiche degli ingredienti.....</i>	<i>4</i>
<i>Thymus vulgaris oil (olio essenziale di timo) .....</i>	<i>4/5</i>
<i>Mentha piperita oil (olio essenziale di menta piperita).....</i>	<i>6/7/8</i>
<i>Pinus sylvestris twig leaf oil (olio essenziale di pino silvestre) .....</i>	<i>9/10</i>
<i>Utilizzi del pediluvio al timo bio.....</i>	<i>11/12</i>
<i>IN CASO DI PIEDI SECCHI O TRASCURATI.....</i>	<i>11</i>
<i>IN CASO DI MICOSI, FUNGHI O ALTRE INFEZIONI AI PIEDI .....</i>	<i>11</i>
<i>IN CASO DI STANCHEZZA O DOPO L'ATTIVITÀ FISICA .....</i>	<i>11</i>
<i>IN CASO DI INFLUENZA, RAFFREDDORE, MAL DI GOLA O TOSSE .....</i>	<i>12</i>
<i>IN CASO DI CATTIVO ODORE AI PIEDI .....</i>	<i>12</i>

## *I.N.C.I.*

*(International Nomenclature of Cosmetic Ingredients)*

### ***Ingredients:***

*Aqua, Decyl glucoside, Cocamidopropyl betaine, Sodium cocoamphoacetate, Sodium chloride, Benzyl alcohol, Thymus vulgaris oil (\*), Mentha piperita oil (\*), Pinus sylvestris twig leaf oil, Glycolic acid, Sodium benzoate, Potassium sorbate, Limonene.*

***(\*)*** *ingrediente proveniente da agricoltura biologica*

## Proprietà benefiche degli ingredienti

### **Thymus vulgaris oil (olio essenziale di timo)**

L'olio essenziale di timo ha un'azione antibatterica, antimicrobica, espettorante, balsamica e anti-fermentativa; risulta, quindi, utile in caso di problemi alle prime vie respiratorie (come tosse, pertosse e bronchite), ma anche in caso di cefalea e contro molti disturbi dell'apparato gastrointestinale (come diarrea e meteorismo) e delle vie urinarie.

Essendo un tonico del sistema nervoso e uno stimolante intellettuale, l'olio essenziale di timo rafforza lucidità, memoria e concentrazione, e favorisce inoltre il sonno ed il relax.

Il timo viene utilizzato per le sue proprietà astringenti, le quali aiutano a riequilibrare il sebo presente nel cuoio capelluto e il pH della cute grassa, aiutando così nel trattamento di acne, brufoli e punti neri; inoltre, viene usato per le sue proprietà diuretiche, le quali permettono all'organismo di auto-depurarsi, eliminando le tossine attraverso la diuresi e drenando i liquidi che causano ritenzione idrica, gonfiore addominale ed inestetismi della cellulite. Essendo un potente antisettico, questo olio essenziale dà sollievo alla pelle interessata da eczemi, dermatiti, herpes ed infezioni micotiche.

Proprietà per la pelle: il timo viene utilizzato per rimarginare ferite, piaghe, bruciate e per calmare l'irritazione causata dalle punture d'insetto;

Proprietà per i capelli: grazie alle sue proprietà antibatteriche, l'olio essenziale di timo può essere aggiunto agli shampoo Midas per una pulizia profonda del cuoio capelluto e per limitare le secrezioni di sebo; inoltre, l'essenza di timo lenisce la cute arrossata e pruriginosa di coloro che soffrono di dermatite seborroica, e dona vigore, elasticità e lucidità ai capelli fragili;

Proprietà per il cavo orale: il timo viene utilizzato come fungicida in molti colluttori per sfiammare afte, gengiviti e stomatiti.

#### PRINCIPALI UTILIZZI:

- In caso di tosse, mal di gola, raffreddore o influenza può essere applicato nella zona del petto e della gola (2/3 gocce diluite in un cucchiaino di olio vegetale);
- Per disinfettare l'aria: diluire qualche goccia di olio essenziale nei diffusori ambientali;
- Per un effetto antidolorifico in caso di dolori reumatici o di debolezza muscolare: diluire alcune gocce di olio essenziale di timo nella crema dermoprotettiva arnica e artiglio Midas e massaggiare.
- In caso di cattivo odore ai piedi: versare in acqua ed effettuare un pediluvio rigenerante.

## ***Mentha piperita oil (olio essenziale di menta piperita)***

### PROPRIETÀ DELL'OLIO ESSENZIALE DI MENTA PIPERITA:

- Antibatteriche: grazie alla sua attività battericida, la menta piperita è in grado di neutralizzare diversi ceppi batterici, come quelli responsabili di tifo, tubercolosi, enterocoliti e infezioni delle vie urinarie; risulta, inoltre, utile in caso di foruncoli e dermatosi;
- Antiparassitarie: favorisce l'espulsione in breve tempo dei parassiti intestinali;
- Antisettiche ed antipiretiche: l'olio essenziale di menta piperita aiuta a trovare giovamento in caso di malattie da raffreddamento ed influenza, febbre, stomatiti e afte;
- Antinfiammatorie: se massaggiato localmente, l'olio di menta piperita è utile per tutti i tipi di mal di testa, da quelli digestivi a quelli provenienti dal cambio di pressione;
- Antipruriginose: grazie alla sua azione calmante, la menta piperita viene efficacemente usata come rimedio contro le punture di insetti;
- Analgesiche e antireumatiche: l'olio essenziale di menta piperita dona sollievo in caso di dolori mestruali, tensioni cervicali, distorsioni, dolori muscolari e reumatismi;
- Antistress: se inalato, questo olio essenziale ha un effetto rinfrescante e rigenerante sulla psiche. Viene efficacemente impiegato per favorire la concentrazione durante lo studio o per migliorare il rendimento in ufficio. L'olio essenziale di menta piperita svolge, inoltre, un'azione tonificante in caso di affaticamento psico-fisico e problemi di tipo neurovegetativo dovuti a stati di stress, come ansia, insonnia o depressione;

- Antiemetiche: le proprietà calmanti di quest'essenza aiutano a diminuire nausea e vomito; è, dunque, consigliabile portare con sé l'olio essenziale di menta piperita durante i viaggi per contrastare il mal d'auto;
- Digestive: l'olio essenziale di menta piperita è considerato uno dei migliori digestivi presenti in aromaterapia: esso esplica un'azione antispasmodica, risultando utile in caso di meteorismo, flatulenza, indigestioni, colite, diarrea, spasmi, dispepsie e altri disturbi legati all'apparato digerente;
- Rinfrescanti e purificanti: l'olio essenziale di menta piperita viene utilizzato nella preparazione di dentifrici e collutori per disinfettare il cavo orale e deodorare l'alito, nella formulazione di bagnoschiuma e shampoo come aromatizzante, e nella preparazione di deodoranti; in associazione alla canfora, è spesso impiegato in creme da massaggio, maschere purificanti e prodotti per l'igiene dei piedi;
- Aromatizzanti.

#### PRINCIPALI UTILIZZI DELL'OLIO ESSENZIALE DI MENTA PIPERITA:

- In caso di nevralgia: miscelare 6/8 gocce di olio essenziale di menta piperita in 200 ml di acqua; immergere una pezzuola e applicarla sulla parte dolente, cambiando l'impacco non appena si sarà riscaldato. Ripetere un paio di volte al giorno finché il disturbo non si sarà attenuato o non sarà scomparso;
- In caso di sinusite, asma e bronchite: miscelare 8/10 gocce di olio in una bacinella di acqua bollente; coprire il capo con un asciugamano e inspirare per tre minuti consecutivi; interrompere e riprendere a inspirare per tutto il tempo in cui l'acqua sprigionerà vapore;

- Per calmare i crampi addominali: diluire 4/6 gocce di olio in una noce di crema arnica e artiglio ed esercitare un massaggio sulla parte dolente fino al completo assorbimento; coprire con un panno caldo di lana e stendersi fino alla scomparsa del dolore;
- In caso di mal di testa: diluire 2 gocce di olio essenziale in una noce di crema arnica e artiglio; massaggiare sulla fronte e sulle tempie e stendersi al buio per 15-20 minuti;
- In caso di gonfiore agli arti inferiori o problemi di fragilità capillare: effettuare dei bendaggi immergendo le bende in una bacinella di acqua fredda con 8/10 gocce di olio essenziale di menta piperita; procedere al bendaggio e lasciare in posa finché non si sarà riscaldato, quindi ripetere.

## *Pinus sylvestris twig leaf oil (olio essenziale di pino silvestre)*

*L'olio essenziale di pino silvestre stimola la circolazione e allevia i dolori muscolari; infatti, è noto principalmente per le sue proprietà analgesiche, antibatteriche, antimicotiche, antinfiammatorie, antisettiche, balsamiche, espettoranti e tonificanti.*

*In aromaterapia, l'olio essenziale di pino silvestre è consigliato in combinazione con gli oli essenziali di timo e di eucalipto in caso di tosse e congestione; inoltre, viene consigliato in caso di stress e di cistite.*

### *PRINCIPALI UTILIZZI DEL PINO SILVESTRE:*

- *Rimedio naturale contro l'affaticamento: grazie alle sue proprietà tonificanti, l'olio essenziale di pino silvestre è utile per chi fatica ad alzarsi dal letto al mattino; diffuso in camera da letto, viene impiegato per allontanare la stanchezza; inoltre, è consigliato per chi soffre di affaticamento cronico.*
- *Rimedio naturale contro le affezioni delle vie respiratorie: grazie alle sue proprietà espettoranti, l'essenza di pino è ideale per lenire le affezioni delle vie respiratorie, come sinusite, influenza, laringite, allergia e asma. Questo olio essenziale svolge la sua azione massimale se inalato in combinazione con l'olio essenziale di eucalipto. In caso di tosse, l'olio essenziale di pino silvestre può essere associato all'olio essenziale di timo.*
- *Rimedio naturale in caso di affezioni alle vie urinarie: grazie alle sue proprietà antisettiche e antinfiammatorie, l'olio essenziale di pino viene utilizzato per dare sollievo ai disturbi delle vie urinarie.*

- Coadiuvante nel trattamento della cellulite: l'essenza di pino silvestre può essere usata nella preparazione di unguenti tonificanti da massaggiare sulla pelle.

#### SUFFIMIGI CON GLI OLI ESSENZIALI:

- 2 gocce di olio essenziale di eucalipto
- 2 gocce di olio essenziale di timo
- 2 gocce di olio essenziale di pino silvestre
- acqua bollente
- una ciotola
- asciugamani

Portare a ebollizione l'acqua e riempire per metà una ciotola; attenderne il raffreddamento e aggiungere gli oli essenziali; appoggiare la testa sopra la ciotola mentre l'acqua evapora.

Le inalazioni dovrebbero durare 5 – 10 minuti e si dovrebbero ripetere 2 volte al giorno.

## Utilizzi del PEDILUVIO AL TIMO BIO

### IN CASO DI PIEDI SECCHI O TRASCURATI

Riempire una bacinella con acqua calda, versare un cucchiaino di pediluvio al timo e immergere i piedi per circa 15 minuti. Terminare il trattamento massaggiando una noce di crema piedi Midas.

Il trattamento va eseguito tutte le sere.

### IN CASO DI MICOSI, FUNGHI O ALTRE INFEZIONI AI PIEDI

Riempire una bacinella con acqua calda, versare un cucchiaino di pediluvio al timo con 5 gocce di olio tea tree e immergere i piedi per circa 15 minuti. Terminare il trattamento massaggiando una noce di crema dermoprotettiva tea tree Midas.

Il trattamento va eseguito tutte le sere.

### IN CASO DI STANCHEZZA O DOPO L'ATTIVITÀ FISICA

Riempire una bacinella con acqua calda, versare un cucchiaino di pediluvio al timo con 5 gocce di olio 99 erbe e immergere i piedi per circa 15 minuti. Terminare il trattamento nebulizzando la crema spray gambe pesanti Midas, massaggiandola anche sui piedi (in caso di attività fisica, anziché utilizzare la crema spray gambe pesanti, massaggiare su gambe e piedi l'unguento balsamico).

### IN CASO DI INFLUENZA, RAFFREDDORE, MAL DI GOLA O TOSSE

Riempire una bacinella con acqua calda, versare un cucchiaio di pediluvio al timo con 5 gocce di olio eucalipto e immergere i piedi per circa 15 minuti. Terminare il trattamento applicando la crema dermoprotettiva al timo Midas sotto la pianta dei piedi, sul petto e dietro la nuca; in alternativa, massaggiare sul petto l'unguento balsamico Midas.

Il trattamento va eseguito tutte le sere.

### IN CASO DI CATTIVO ODORE AI PIEDI

Riempire una bacinella con acqua calda, versare un cucchiaio di pediluvio al timo e 5 gocce di olio 99 erbe e immergere i piedi per circa 15 minuti. Terminare il trattamento applicando la crema piedi e l'acqua deodorante piedi Midas.

Il trattamento va eseguito tutte le sere.

→ È scientificamente dimostrato che gli estratti vegetali e marini vantano proprietà terapeutiche. Tutti i prodotti *Midas Eco Bio Cosmesi* sono formulati esclusivamente con estratti vegetali e marini.

