

Equipe Amor ao Próximo

TERCEIRA IDADE

Luiza Cataldo



Thais Mozzer



Myllena Machado



Vanessa Santana



Legislação Brasileira : Acima de 60 anos.

A aromaterapia para idosos pode significar mais qualidade de vida e saúde na terceira idade.

Cuidar da saúde nessa fase da vida vai muito além de consultas médicas, exames e mudanças de hábitos.

É preciso aprender a enxergar o idoso como um ser integral, que precisa ser cuidado de dentro para fora, focando também nos aspectos psicológicos e emocionais, além dos físicos.

Nesse sentido, a aromaterapia contribui tanto para o alívio das dores como para os transtornos de ansiedade, depressão, insônia e estresse, entre outros.



TABELA DE DILUIÇÃO DOTERRA

TABELA DE DILUIÇÃO

10%	400	200	120	100	80	60	40	30	20	10	6	4	2	Doenças crônicas
5%	200	100	60	50	40	30	20	15	10	5	3	2	1	Dor e inflamação
4%	160	80	48	40	32	24	16	12	8	4				Massagem
3%	120	60	36	30	24	18	12	9	6	3	2			Cosméticos
2%	80	40	24	20	16	12	8	6	4	2	1			Pele sensível e idosos
1%	40	20	12	10	8	6	4	3	2	1				Crianças e gravidez
0,5%	20	10	6	5	4	3	2		1					Uso facial e bebês



2% diluição para Idosos

Óleos essenciais mais usados

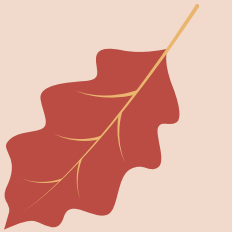
- Copaiba
- Frankincense
- Sândalo
- Lavanda
- ZenGest
- Lemon
- Peppermint
- Alecrim



Questões específicas

- Demência: Doença do cérebro irreversível que causa perturbações progressivas na memória e desintegração da personalidade.
- Úlcera na pele: Lesões de cura lenta : Pele mais fina e frágil.
- Estimulo de Appetite
- Constipação
- Diarréia
- Pneumonia
- Mal de Parkinson
- Alzheimer
- Açúcar no Sangue

Demência e Alzheimer



Suplementar com no mínimo 4 cápsula de ômega 3

Tomar 2 colheres de óleo de coco por dia.

Tomar sol para síntese de vitamina D3

Frankincense: Massagear na testa todos os dias.

Peppermint: Inalação - Oxigenar o cérebro.

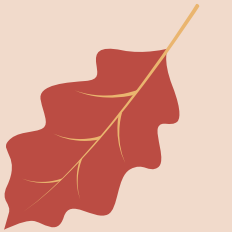
Sandalo: Massagear na testa.

Os efeitos as Aromaterapia foram avaliados em idosos que sofrem de demência, com a maioria diagnosticada com Alzheimer. Eles receberam inalações de **Alecrim** e **Limão** pela manhã, depois **Lavanda** e **Laranja** à noite.

- Por meio de vários testes e formas de análise, os pacientes demonstraram uma **melhora significativa na orientação pessoal**, sem quaisquer efeitos colaterais deletérios.



Demência e Alzheimer



ALZHEIMER

Globalmente mais de 10 milhões de pessoas serão diagnosticadas com demência a cada ano. E se espera que duplique esse número até 2025.

Quase 50 milhões de pessoas por todo o mundo são afetadas com a doença de Alzheimer.

- Para ajudar a acalmar um cérebro superestimulado e colocar os pensamentos ruminantes para descansar: **Olíbano, Lavanda, Camomila Romana ou Vetiver podem ser utilizados.**
- **Difunda de 4 a 6 gotas do óleo calmante antes de dormir**, para ajudar a ter um **boa noite de sono.**
- **Pode-se aplicar os óleos sempre diluídos, nos pulsos ou atrás do joelho ou nas têmporas ao longo do dia.** Ou usar no difusor pessoal.

- Aplicar um pouco do **OE de Hortelã Pimenta diluído, no peito e na nuca antes de fazer o exercício**, para estimular o fluxo de sangue e abrir as vias respiratórias.
- Também aplicar nas juntas cansadas e doloridas nas pessoas que sofrem com Alzheimer, para ajudá-las a se movimentar mais.
- após Deep blue



Úlcera e feridas.

Blend:

1 gota melaleuca

1 gota camomila romana ou Lavanda

1 gota Mirra

1 gota Sempre - Viva

10ml de óleo carreador.

Passar ao redor da ferida 3x ao dia.





Estimulo de Apetite:

- Bergamota
- Erva Doce
- Gengibre
- Cítricos

Constipação:

- Wild Orange
- ZenGest
- Manjericão
- Black Pepper
- Gengibre



Constipação:

- Diarréia
- Manjerona
- Wild Orange
- Peppermint
- Cravo
- Gerânio
- Lemon



Mal de Parkinson

Os óleos essenciais nos cuidados integrativos de Mal de Parkinson

- O Mal de Parkinson é uma doença degenerativa do Sistema nervoso que se define por perda de movimento intencional e comprometimento do funcionamento motor. Isso significa que os sintomas da doença afetam os movimentos naturais e suaves do corpo, dificultando a execução de tarefas diárias, como falar, engolir, caminhar e dormir.
- Um sintoma bem característico do Mal de Parkinson é a notória tremedeira dos membros superiores.



Mal de Parkinson

- Acredita-se que seja causado por fatores genéticos e ambientais, e **Não há causa conhecida específica, mas alguns fatores agravantes incluem toxicidade e inflamação no cérebro.**
- **A pessoa com Parkinson recebe menos dopamina no cérebro do que uma pessoa normal.**
- **Esse neurotransmissor, além de estar relacionado com a **motivação e o humor, também coordena os movimentos corporais adequados e o aprendizado.****

- Já existem muitos **estudos relacionando a inflamação como fator prejudicial** e precursor de quase todas as doenças catalogadas. **Má alimentação, deficiências nutricionais, alergias alimentares e hábitos inadequados como consumo de álcool, cigarro e drogas** podem ocasionar esse tipo de inflamação.
- **O Parkinson não tem cura conhecida,** e o seu tratamento mais utilizado se consiste em **medicamentos disponíveis para elevar a dopamina, e assim, gerenciar os sintomas.**
- Porém, como todo medicamento químico sintético, causa dependência e depois de um tempo o efeito pode ser reduzido.

Água Saborizada com Tangerina e Peppermint ajuda a aumentar o nível de dopamina

Mal de Parkinson

- Acredita-se que seja causado por fatores genéticos e ambientais, e **Não há causa conhecida específica, mas alguns fatores agravantes incluem toxicidade e inflamação no cérebro.**
- **A pessoa com Parkinson recebe menos dopamina no cérebro do que uma pessoa normal.**
- **Esse neurotransmissor, além de estar relacionado com a **motivação e o humor, também coordena os movimentos corporais adequados e o aprendizado.****

- Já existem muitos **estudos relacionando a inflamação como fator prejudicial** e precursor de quase todas as doenças catalogadas. **Má alimentação, deficiências nutricionais, alergias alimentares e hábitos inadequados como consumo de álcool, cigarro e drogas** podem ocasionar esse tipo de inflamação.
- **O Parkinson não tem cura conhecida,** e o seu tratamento mais utilizado se consiste em **medicamentos disponíveis para elevar a dopamina, e assim, gerenciar os sintomas.**
- Porém, como todo medicamento químico sintético, causa dependência e depois de um tempo o efeito pode ser reduzido.

Água Saborizada com Tangerina e Peppermint ajuda a aumentar o nível de dopamina

Mal de Parkinson

Devido à sua base carbônica e química única, os óleos essenciais conseguem atravessar a barreira hematoencefálica e amenizar sintomas de:

- Dores de cabeça e Enxaquecas,
- Vertigem
- Problemas de equilíbrio
- Emoções e humor

Certos óleos essenciais constituídos de sesquiterpenos, como o **Olíbano (Frankincense)** e **Sândalo** tem uma afinidade particular com o cérebro.

- Óleos essenciais com propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias também são importantes para manter um cérebro saudável. **COPAÍBA**



Mal de Parkinson

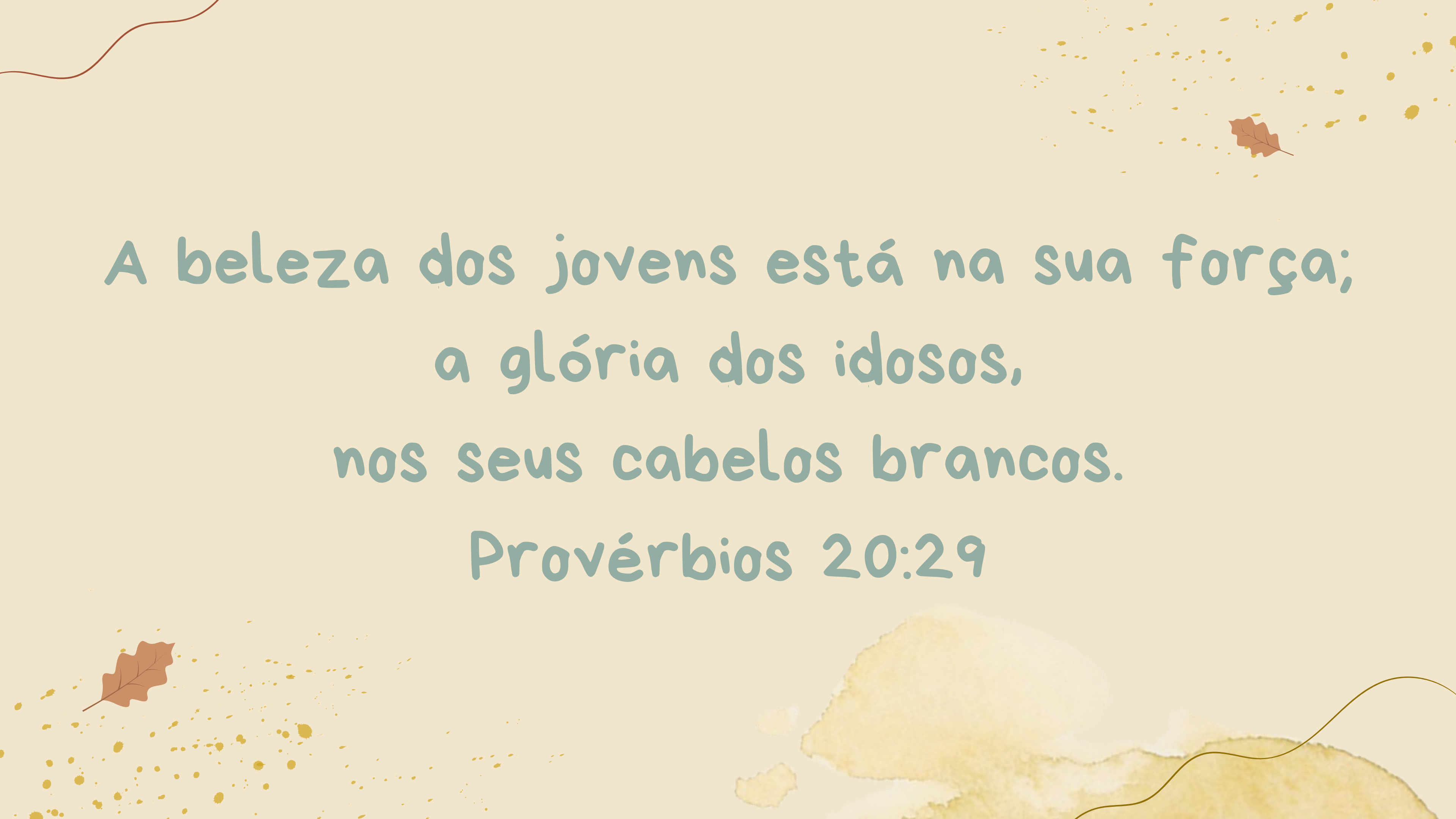
GUIA RÁPIDO DE ÓLEOS ESSENCIAIS PARA PARKINSON

- **Para dor:** manjerona, lavanda, petitgrain, camomila romana, sálvia, capim-limão, sempre viva(helichrysum), hortelã-pimenta, gengibre, pimenta preta.
- **Para o estresse:** olíbano, sálvia, laranja, bergamota, toranja, ylang ylang, sândalo, neroli, manjerona, petitgrain, tangerina, lavanda, gerânio, jasmim.

GUIA RÁPIDO DE ÓLEOS ESSENCIAIS PARA PARKINSON

- **Para Dormir:** lavanda, neroli, jasmim, manjerona, camomila romana.
- **Para uma sensação de bem-estar:** olíbano, lavanda, rosa, tangerina, neroli, sempre viva (helichrysum).
- **Para dores de cabeça:** lavanda, hortelã, manjerona, camomila romana.
- **Para circulação :** alecrim, gengibre, pimenta preta, hortelã-pimenta, erva-doce, gerânio.





A beleza dos jovens está na sua força;
a glória dos idosos,
nos seus cabelos brancos.

Provérbios 20:29

