

LA RICERCA

## L'ARIA PROFUMATA FA BENE ALLA SALUTE E FACILITA IL RELAX

L'aria non è solo da igienizzare. Quando è profumata, può far bene alla salute. Secondo uno studio pubblicato sulla rivista internazionale "Complementary therapies in medicine", buoni risultati si registrano associando, ai processi di sanitizzazione standard, la diffusione di oli essenziali nell'aria.

Gli esiti dell'applicazione pratica in una residenza socio-assistenziale sul lago d'Iseo lo dimostrano: riduzione dei farmaci somministrati addirittura dell'80%, novanta giorni di trattamenti risparmiati e totale igienizzazione degli ambienti sono stati i benefici riscontrati. Tra gli autori dello studio, Fabrizio Gelmini, tossicologo dell'ambiente dell'Università di Milano, referente regionale per la

Società italiana di ricerca sugli oli essenziali (Siroe) e Cristian Testa, medico, biologo e naturopata, direttore sanitario del laboratorio di microbiologia e virologia Functional Point di Bergamo. Secondo i risultati di un'altra ricerca condotta da Initial, un'azienda specializzata in igiene professionale per le aziende, il 91% delle persone è influenzato positivamente dalla presenza di una fragranza piacevole e il 67% dichiara che un buon profumo è in grado di farli sentire più rilassati e pazienti. È consigliabile, in questo periodo di prolungata permanenza tra le quattro mura domestiche, scegliere delle profumazioni naturali, come mandarino, menta e legno di sandalo, che possono aiutare a contrastare tensione e irrequietezza.