

Metabolismo dos óleos essenciais

Imediatamente após a massagem, inalação ou ingestão, a maior parte dos óleos essenciais já é absorvida pelo sangue. Conseguimos detectar níveis consideráveis de óleo essencial no sangue após 5 minutos da sua aplicação. O pico normalmente ocorre após 20 minutos. O destino principal dos óleos é o fígado, que metaboliza (modifica) os componentes do óleo através de enzimas. Os componentes modificados são redistribuídos aos músculos e tecidos adiposos. Vale ressaltar que os componentes mais solúveis em água tendem a permanecer um tempo maior circulando no sangue e músculos, mas a seguir são destinados primariamente aos rins, onde serão excretados pelo trato urinário. Há pequena quantidade de excreção também pela boca, fezes e pele. Os componentes mais lipossolúveis atingem rapidamente o sistema nervoso central, o fígado e tecidos adiposos em geral, onde tendem a ser armazenados por prazo maior.

Respeitando-se os níveis de concentração máximos sugeridos neste livro, e aplicados na forma de massagem, inalação ou simplesmente como aromatizantes alimentícios, os óleos essenciais não devem ser fonte de preocupação ao usuário.

MOLÉCULAS HIDROSSOLÚVEIS (POLARES)		MOLÉCULAS LIPOSSOLÚVEIS (APOLARES)	
Aldeídos		Ésteres	Moléculas
Cetonas	Moléculas	Sesquiterpenos	negativas
Cumarinas	negativas		
Lactonas		Óxidos	Moléculas
Fenóis	Moléculas	Terpenos	positivas
Álcoois	positivas	Fenóis	
Tendem a permanecer mais tempo no sangue e a seguir são excretadas. O destino final são os músculos.		Tendem a ser armazenadas por mais tempo no organismo. Atuam diretamente sobre o sistema nervoso central (doenças psicossomáticas e de ordem emocional)	