

IL LIBRO DI ROSELLA RASORI

ni L'utilizzo pratico delle acque aromatiche nel campo della salute

Parla dell'utilizzo pratico delle acque aromatiche nel campo della salute il libro «Iniziazione all'uso degli Idrolati», scritto dalla biellese Rosella Rasori, che lo presenterà domani alle 19 alla libreria Il Libro di via Losana 6. «Gli idrolati sono più conosciuti in Francia, mentre in Italia il loro uso è di solito limitato alla cosmesi – spiega Rasori -. Nel libro dimostro invece, attraverso i progetti che ho portato avanti, come la stimolazione olfattiva possa avere effetti benefici sui disturbi psicosomatici, facendoci prendere coscienza delle nostre emozioni».

Esperienze pratiche sono state portate avanti dall'autrice anche su persone colpite da deficit cognitivi. «Ho potuto verificare come il loro umore cambiasse e la loro mimica facciale si distendesse. Non possiamo naturalmente parlare di una cura, ma nel momento in cui respira le acque aromatiche il malato si può tran-



La scrittrice Rosella Rasori

quillizzare, stimolando memorie, ricordi. Gli idrolati non hanno poi controindicazioni. E' una terapia complementare e sicura, applicabile in qualsiasi ambito».

L'autrice si è avvicinata agli idrolati durante un corso di distillazione. «Mi ha subito colpito il concetto di aromaterapia, fatta non con oli essenziali ma con le acque aromatiche. E' un tema che viene studiato fin dall'antichità». M.ZO.—