

Óleos Essenciais vs Químicos Sintéticos

Os óleos essenciais são substâncias bastante concentradas extraídas de plantas aromáticas com propriedades medicinais. A atividade farmacológica dos seus constituintes confere-lhes um potencial curativo enorme, que o homem conhece há milhares de anos. Os apotecários, os alquimistas e os primeiros médicos, usavam óleos e plantas, até que a comunidade científica começou a identificar a constituição química dos óleos essenciais, gerando um enorme entusiasmo em volta destas substâncias. Rapidamente se tornou possível reproduzir artificialmente essas moléculas, originando a moderna indústria de produção massiva de medicamentos, que não precisaria mais das plantas para obter princípios ativos.

O nosso organismo, pouco habituado a decifrar elementos sintéticos e descontextualizados, começa a manifestar vários efeitos colaterais. Após tantos séculos, os laboratórios farmacêuticos ainda não conseguem corrigir esta evidência, como comprovam as longas, e ainda assim incompletas, listas de efeitos secundários que acompanham os medicamentos que compramos. Ao contrário dos medicamentos sintéticos, os óleos essenciais de boa qualidade, usados adequadamente, não apresentam efeitos secundários indesejados e não deixam resíduos tóxicos no organismo. A sua linguagem bioquímica natural é perfeitamente compreendida pelo nosso organismo, que reage positivamente às aplicações. O uso frequente de óleos essenciais promove a ação regeneradora do próprio corpo, estimulando e fortalecendo o nosso sistema imunitário.

Deveríamos refletir seriamente acerca da frequência com que recorreremos às drogas sintéticas, muitas vezes sem sequer tentar outras alternativas. Tomar um comprimido é fácil e rápido, mas o alívio rápido e temporário traz consequências adversas a longo prazo. Os medicamentos sintéticos podem ser úteis em certos casos, mas deveriam ser a última opção, e não a primeira. Estamos todos a pagar o preço deste abuso de drogas legal, tornando-nos numa espécie mais vulnerável, incapaz de reagir a novos vírus e bactérias e, mais grave ainda, gerando-os! O uso negligente de antibióticos, é um exemplo da nossa contribuição para perigosas mutações nesses microrganismos patológicos, que dão origem a novas estirpes resistentes a medicamentos, como no caso da tuberculose multirresistente.

Está na altura de tomarmos responsabilidade pela nossa saúde, em vez de transferirmos essa responsabilidade para o médico ou a caixa de comprimidos. Cabe a cada um de nós pesquisar e aprender novas formas de lidar com a nossa saúde, de maneira mais consciente e empenhada, aliando diferentes abordagens, em estratégias terapêuticas integrativas. Já não se trata apenas de um cuidado individual, mas sim de um sentido de responsabilidade de âmbito global.