

Olio di cbd, caratteristiche e benefici

Pubblicato: Lunedì 18 Dicembre 2023



L'olio di CBD è un prodotto a base di cannabis che contiene il cannabidiolo (CBD), uno dei cannabinoidi presenti nella pianta. A differenza del THC, altro cannabinoide presente nella cannabis, il CBD non ha effetti psicotropi, ma ha una serie di proprietà benefiche per la salute. L'olio di CBD è un liquido incolore o giallo pallido, con un sapore leggermente erbaceo. È solitamente disponibile in flaconi da 10, 30 o 60 ml. Il CBD è un composto liposolubile, quindi è solubile in oli e grassi. L'olio di CBD viene solitamente prodotto estraendo il CBD dalla pianta di cannabis utilizzando solventi organici, come l'esano o l'alcool.

Quali sono i benefici

Forniamo ora una panoramica dei vantaggi dell'uso di questa sostanza, per approfondire ulteriormente è possibile leggere [olio Cbd benefici](#). Alcuni vantaggi dell'uso dell'olio di Cbd sono:

- **Antinfiammatorio.** Il CBD ha proprietà antinfiammatorie, che possono essere utili per il trattamento di condizioni infiammatorie, come l'artrite, l'asma e la psoriasi.
- **Antidolorifico.** Il CBD ha proprietà analgesiche, che possono essere utili per il trattamento del dolore, sia lieve che cronico.
- **Ansiolitico.** Il CBD ha proprietà ansiolitiche, che possono essere utili per il trattamento dell'ansia e dello stress.
- **Anticonvulsivante.** Il CBD ha proprietà anticonvulsivanti, che possono essere utili per il trattamento dell'epilessia.

- **Neuroprotettivo.** Il CBD ha proprietà neuroprotettive, che possono essere utili per il trattamento di [malattie neurodegenerative](#), come il morbo di Alzheimer e il morbo di Parkinson.

Il supporto del Cbd per gli esercizi fisici

Il Cbd inoltre, rimedio naturale della pianta di canapa, può fornire un supporto completo durante gli esercizi quotidiani o le sessioni sportive: da un lato, per promuovere gli effetti positivi dell'attività fisica, dall'altro per migliorare la rigenerazione dopo lo sport. Una rigenerazione sufficiente e corretta è importante per il successo sportivo quanto l'allenamento stesso.

Questa peculiarità è legata alla capacità di ridurre l'infiammazione migliorando in questo modo il recupero muscolare. Inoltre, il Cbd può aiutare ad aumentare la produzione di endocannabinoidi, sostanze chimiche prodotte naturalmente dal corpo che hanno effetti antinfiammatori e analgesici. Ciò può aiutare a ridurre il dolore muscolare e migliorare la funzione dei muscoli stessi.

Infine il Cbd può anche avere effetti benefici sulla resistenza e sulla prestazione: alcuni studi hanno dimostrato che il Cbd può aiutare ad aumentare la resistenza e l'endurance. Ciò potrebbe essere dovuto alla sua capacità di ridurre lo stress e l'ansia, che possono influire sulla prestazione atletica.

Come assumere l'olio di Cbd

Chi fa ricorso all'olio di Cbd può assumerlo in vari modi: principalmente si parla di utilizzo sublinguale, applicandolo sotto la lingua e lasciandolo agire per un paio di minuti prima di deglutirlo; di assunzione via orale, aggiungendolo a un bicchiere d'acqua o a una bevanda; ed infine di uso topico, applicandolo sulla pelle.

Per tutti questi motivi, negli ultimi anni, si è assistito ad un [boom della diffusione del Cbd](#), un po' in tutti i settori, da quello cosmetico passando per quello curativo e di integrazione. Una crescita di interesse legata al fatto che l'olio di Cbd è un prodotto naturale che ha una serie di proprietà benefiche per la salute. È comunque sempre consigliato di consultare un medico prima di assumerlo, soprattutto se si stanno prendendo già altri farmaci o se si hanno condizioni mediche preesistenti.

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it