

Modulo I

Aromaterapia Profesional

Introducción



Graciela A. Domínguez

Directora Divia Gandha

Lic. Lourdes M. Chiurazzi

Comunicadora Social UBA





Este curso de 10 Módulos está orientado a todos los interesados con o sin experiencia previa.

- ❖ Los Módulos I, II, III y IV son introductorios y correlativos. El interesado puede adquirir cualquiera de los mismos según su interés, pero para su mayor comprensión, recomendamos se mantenga el orden correspondiente de los Módulos mencionados, como de la secuencia que le sigue.
- ❖ Cada Módulo incluye material teórico y visual que se entregará al envío de su ticket de pago por los medios indicados en la web.
- ❖ El o la participante tendrá derecho a una comunicación virtual gratuita con una duración de 30 a 45 minutos con el objetivo de afianzar conceptos fundamentales y elaboración de productos donde se le responderán las preguntas correspondientes al Módulo en curso, dentro de un plazo de 30 días a partir de su adquisición y se le enviará la certificación parcial correspondiente al Módulo adquirido.
- ❖ Los alumnos cursantes pueden solicitar los kits de productos, correspondientes a cada módulo. Divia Gandha le ofrece un descuento del 15% en aceites esenciales y materias primas durante el desarrollo del mismo. Costo de envío a cargo del comprador.

Opcional: Certificación de capacitación formativa como “Experto en Aromaterapia Bioenergética”.

- ❖ El o la participante que desee obtener la certificación al finalizar cada módulo (del II al X), podrá solicitar a través de la web un turno para una reunión virtual de exanimación, luego del correspondiente pago que incluye el derecho de evaluación y certificación sobre los conceptos teóricos y prácticos.
- ❖ Al finalizar los 10 Módulos y obtenidas las certificaciones parciales a cada Módulo, se le extenderá el Certificado de “Experto en Aromaterapia Bioenergética”, emitido por el Instituto de Terapias Armonizadoras y Divia Gandha.



Temario Curso de Aromaterapia Profesional:

- 1. Tras las huellas de los aromas.** Fundamentos, historia. Destilación. Envío gratuito.
- 2. Guía completa de los 40 Aceites Esenciales más utilizados.**
- 3. Sinergias de Aceites. Fórmulas aromáticas** de aplicaciones funcionales en la vida cotidiana: el despertar, el estudio, el trabajo, la memoria y el buen descanso. Ejercicios bioenergéticos.
- 4 Aromas de Botica.** Elaboración de bases, Excipientes y Extractos vegetales
- 5. Jardines en la piel.** Cuidados y Biotipos. Cuidados rejuvenecedores y esenciales. Elaboración de productos faciales. Guía de aceites esenciales y plantas medicinales activas para el cuidado de la piel.
- 6. Jardines en el cabello.** Biotipos. Cuidados esenciales. Elaboración de productos. Guía de aceites esenciales y plantas Medicinales para el cabello.
- 7. Un cuerpo de Aromas.** Aplicaciones al Masaje, Relajantes, descontracturantes, circulatorios, anticelulíticos, respiratorios, etc. Primeros auxilios. Guía de aceites esenciales y plantas Medicinales para el cuidado corporal.
- 8. Higiene corporal.** Desarrollo de productos: jabones, champú, enjuagues, de cabello líquidos, gelificados y sólidos; reparador de puntas, baños capilares. Sales de baño simples y efervescentes. Desodorantes líquidos y compactos. Materias primas amigables.
- 9. Mi hogar el Edén.** Perfumantes, difusores. Guía de aceites esenciales, plantas e insumos amigables eficaces para la limpieza del hogar. Elaboración de jabones, polvos de lavado de ropa, enjuagues, limpiadores antisépticos.
- 10. Bioaroma.** El arte de realizar perfumes emocionales y vibracionales. Perfumes corporales naturales, energéticos y aromacológicos, líquidos y sólidos. Notas. Elaboración. Campos de energía, Chakras y correspondencias aromáticas.



5 Beneficios para elegir el Curso de Aromaterapia Profesional Divia Gandha

1. No requiere experiencia previa y está destinado al público y a profesionales.

2. Experiencia y trayectoria: Abordamos la Aromaterapia desde 1989, y desde entonces estamos dedicados a la enseñanza y capacitación de esta maravillosa técnica, a través de nuestra Institución de Terapias Armonizadoras, como al desarrollo de nuestra línea de productos Divia Gandha.

3. Amplitud y profundidad: A lo largo de los módulos podrás descubrir una mirada amplia, profunda y actualizada sobre los beneficios de la Aromaterapia, sus aceites esenciales y de las plantas de las que provienen. Sus aplicaciones y modalidades de uso. Podrás elaborar a partir de esta información sólida una multiplicidad de productos que te acompañarán en los distintos momentos y aspectos de tu ser relacionado con tu cuerpo, las emociones y el campo bioenergético. Descubrirás que hay un aroma o un grupo de ellos, capaces de acompañarte en cada una de las etapas existenciales, como vitalizar, proteger y embellecer tus espacios o ámbitos de tu vida hogar, trabajo, estudios, vida social.

4. Abordaje holístico y bioenergético: la Aromaterapia es una parte de un todo abarcativo, por consiguiente, la incorporaremos de forma dinámica desde la piel y la respiración a través de los pasos cosméticos, estéticos, terapéuticos, bioenergéticos y meditativos para que puedas integrar sus beneficios a tu realidad más profunda. Un abordaje único

5. Certificación: Al final del Curso de Aromaterapia Profesional, recibirás tu correspondiente certificación con “Experto en Aromaterapia Energética”, extendido por el Instituto de Terapias Armonizadora y Divia Gandha.



Beneficios adicionales

1. Tienda y descuentos a los alumnos: Ofrecemos aceites esenciales y bases vehiculares con la mejor calidad del mercado con descuentos especiales del 15% a los alumnos durante el proceso de aprendizaje.

2. Formar parte del equipo: Si tu interés está en ofrecer salud y bienestar, Divia Gandha te abre las puertas como consultores en el área de ventas, como capacitar y difundir las bondades de la Aromaterapia.

3. Salida laboral: Al final del curso obtendrás una profunda capacitación a nivel personal y profesional para desempeñarte e integrar la Aromaterapia en diferentes Centros y disciplinas:

- ❖ Realizar tus propios productos.
- ❖ Asistir a Centros de Spa, Gabinetes de Belleza y Masaje con abordaje de técnicas naturales.
- ❖ Aplicarte en tratamientos en Centros de terapias energéticas, corporales y complementarias como Reiki, Biodecodificación, Yoga, bioenergética, etc.
- ❖ Participar en Áreas de Asesoramiento sobre la identificación y conveniencia del uso de la Aromaterapia como complemento para el bienestar y armonía integral del ser.
- ❖ Diseñar el Logo-Aroma de identificación empresarial.
- ❖ Y múltiples campos que se abren y dónde la Aromaterapia tiene un lugar.

4. Actualización Grupo Privado Bioaroma: Allí obtendrás información actualizada y complementaria a las recibida a través de los Módulos del Curso Profesional de Aromaterapia que te posibilitará expandir tus conocimientos y compartir saberes.

“Desde el amanecer la vida,
en cada una de sus etapas o momentos existenciales,
siempre hay una planta medicinal, un aroma, una sinergia que la acompaña
y la ilumina”.

Graciela y Lourdes



Las 10 razones fundamentales para conocer la Aromaterapia

- 1. Estilo de vida saludable:** Cada día son más las personas que confían en la naturaleza y desean cuidarse en forma natural y respetuosa con la piel, la organicidad y el entorno.
- 2. Conocimiento:** Conocer las bondades de los aceites esenciales y de las plantas medicinales, te permitirá escoger entre todas, aquellas más indicadas a tus necesidades emocionales, energéticas y/o corporales, como así también, desarrollar un sinfín de productos nobles, naturales y ecológicos de la más alta calidad, con insumos amigables y no tóxicos.
- 3. Salud integral:** Las plantas medicinales y en particular, la familia de las aromáticas son los regalos exquisitos de la naturaleza que al incorporarlas a diario en cada gota, en cada producto, te llenas de la fuerza vital de los elementos que la contienen, de “su quinta esencia”, para el bien del cuerpo, el placer de los sentidos, el abrazo de las emociones y la conexión con el espíritu.
- 4. Personalizados:** Lejos de usar aquellos productos industrializados y masivos que el mercado eligió por ti, serás tú quien decidirás por aquellos, cuyas materias primas sean efectivas, nobles y seguras; creando texturas y aromas de tu agrado que realcen tu personalidad.
- 5. Autonomía:** Conociendo las bondades de las plantas, disponiendo de un par de sus esencias, más algunas bases, te darán la libertad de hacer una línea completa de productos nobles, eficientes y efectivos, tantos como los que imagines: belleza, bienestar, salud; cuidados, higiene para tu corporeidad, hogar, jardines y mascotas. Todo en el momento, en las proporciones y cantidades necesarias.



6. Excelencia: conforme a tus filosofía de vida, posibilidades, y exigencias, podrás elegir una amplia variedad de productos que ofrece el mercado, entre aquellos que respondan de mejor modo a tus necesidades para decidir un producto final tradicional o vegano, convencional o de excelencia y que logren satisfacerte en: cosmética, perfumería, higiene, limpieza, veterinaria y jardinería.

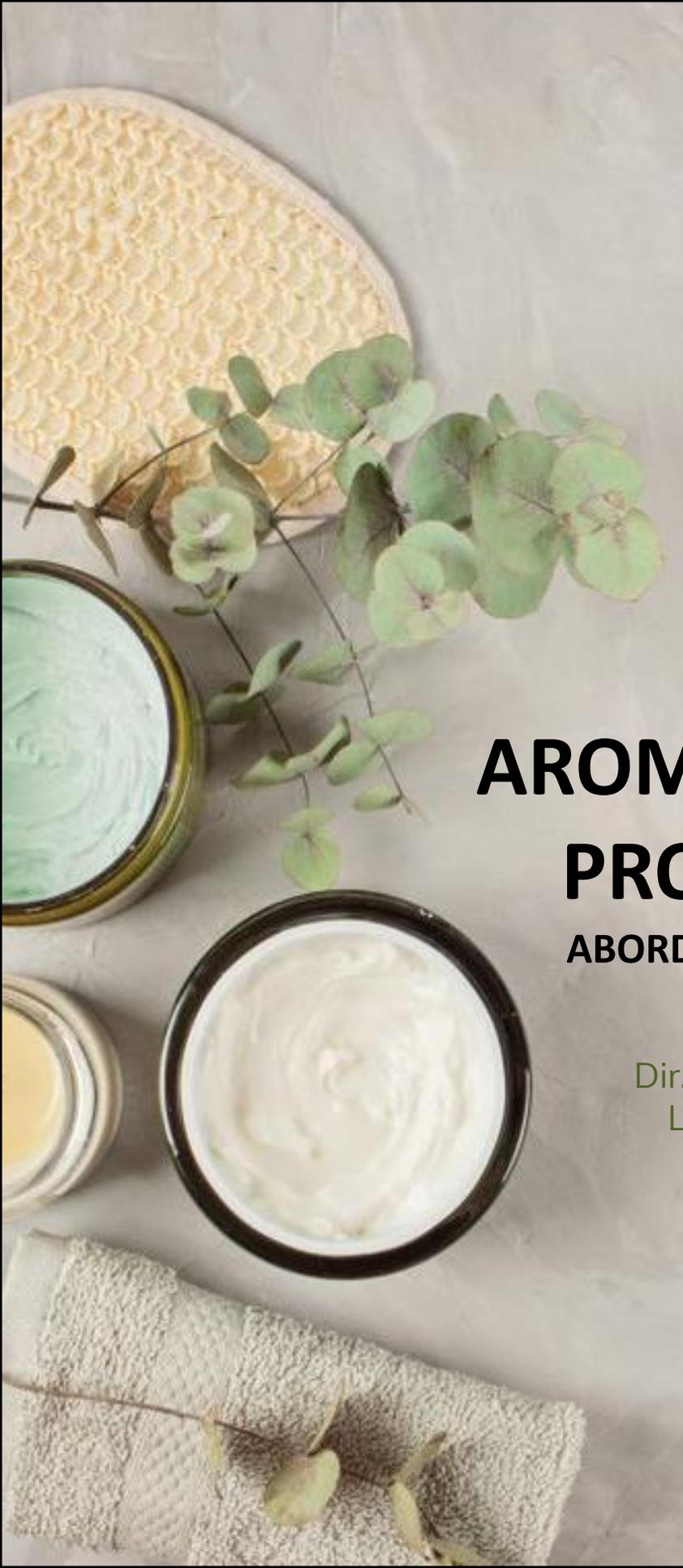
7. Economía: La más alta calidad, al precio más razonable por la durabilidad, multiplicidad de posibilidades y usos que cada insumo formulado puede ofrecerte. Abre ahora tu botiquín ¿Cuántos productos usas de todos ellos y cuántos debes tirarlos por vencidos?. De aquí en más sólo elaborarás en las cantidades necesarias.

8. Ecología y sustentabilidad: al cuidado del eco-ambiente. Aprenderás a seleccionar aquellas materias primas, cuyos orígenes de extracción no generan impactos indeseados, ni en tu cuerpo, ni en el medio ambiente. Aprenderás a seleccionar, reciclar y reutilizar los envases antes de arrojarlos a los vertederos.

9. Respetuosa y cooperativa: cuando eliges a la naturaleza para formar parte de tu vida, estás ayudando a una larga cadena de personas que trabajan con sus manos, alimentan a su familia y cuidan de la tierra. Algunas proceden de comunidades remotas y perdidas. Son los guardianes que mantienen vivo el suministro y a quienes les debemos muchas de nuestras perfumadas delicias.

10. La inteligencia creativa: Todos los pasos anteriores, te inspiran a un mundo de ideas creativas, dudas, y búsquedas que profundizarán tus ansias de conocimiento. Te vuelves uno con la aromaterapia, al saber que las puertas del jardín están abiertas y disponible y convertirlo en un laboratorio de pruebas y errores; de investigación y comprensión alquímica.

“Desde la Aromaterapia,
nos convertimos en cocreadores, en trasformadores
de nuevas alternativas ”.



CURSO AROMATERAPIA PROFESIONAL ABORDAJE BIOENERGÉTICO

Dir. Graciela A. Domínguez
Lic. Lourdes M. Chiurazzi



MODULO I

Tras las huellas de los aromas Aromaterapia Profesional Introducción - Temario

1. ¿Qué es la Aromaterapia?.
2. Aromaterapia y el Edén interior.
3. Mi encuentro con las Plantas Medicinales y sus aromas.
4. Todos vamos por el dulce néctar de la vida.
5. Historia del hombre con las plantas. Datos a destacar.
6. Evidencias de su uso.
7. Tu jardín, tu rincón.
8. Las manos en la tierra.
9. ¿Qué son los Aceites Esenciales?.
10. Métodos de extracción de los Aceites Esenciales.
11. Características y conservación de los Aceites Esenciales.
12. Costo y precio de lo natural.
13. Función de los Aceites Esenciales en las plantas y humanos.
14. Aromaterapia que sana. Principios terapéuticos.
15. Los aromas y sus efectos sensoriales.

Invitación al Módulo II:
“Guía de los Aceites Esenciales más utilizados”.



“Vive este presente...

...elevándote con las moléculas de luz aromáticas,
en sincronía con tus ritmos superiores espirituales,
en contacto con la verde fuente
para el gozo, la alegría, la creatividad y
la participación cooperativa”.

Graciela y Lourdes





Aromaterapia, una técnica multidisciplinaria

La Aromaterapia es ciencia, técnica y terapéutica de primero orden, complementaria y/o coadyuvante de otras terapéuticas.

La Aromaterapia, junto a la Fitoterapia (estudio de las hierbas medicinales), utiliza los recursos del reino vegetal, a través de sus aceites esenciales y derivados vegetales. Su campo de estudio son los aceites esenciales, como su implicancia y aplicación en el campo de la salud y el bienestar de los organismos vivos, tanto del hombre, como de los animales de corral y mascotas. Así mismo, ayudar a otras plantas y contribuir con el medio ambiente a fin de brindarnos prevención, protección y reequilibrio físico, emocional, mental, espiritual y psico-eco-ambiental.

La Aromaterapia es orgánica, viva, genuina y ecológica, capaz de resaltar la belleza individual, promover el bienestar de los sentidos y despertar las fuerzas sanadoras de nuestras vidas. Los aromas nos recuerdan el lado saludable y armónico de la naturaleza que, al respirarlos, despiertan esa memoria capaz de despertar una nueva conciencia de salud natural. Las delicias de sus finas moléculas oleosas y aromáticas nos envuelven bajo un manto acariciante o en el rocío reconfortante para el bien integral.

La Aromaterapia es considerada una Terapia Complementaria como Interdisciplinaria. Pero, desde mi punto de vista, también es un Arte que combina saberes, inspiración y creatividad. Utilizada desde la Antigüedad, redescubierta en tiempos más cercanos, ha llamado la atención sobre sus beneficios por parte de la ciencia y a partir de las evidencias registradas a causa de los usos populares y ampliados por sus alcances, es que en estos días adquiere un respeto y valoración en diferentes campos de la medicina, la psicología, la estética, ente otras muchas ramas, por lo que se la considera multidisciplinaria, multinivel.

La Aromaterapia está en pleno apogeo y en crecimiento constante, ya que hay un público ávido de conocer, explorar, elaborar y/o consumir productos esenciales, eficaces y eficientes, respetuosos de la salud y del medio ambiente frente a los de síntesis y vacíos de contenido.



Aromaterapia y el Edén interior

Olemos, no sólo con nuestra nariz sino, con todo nuestro cuerpo.

El aroma no es más que la manifestación más bella de las plantas que se abrieron paso por el camino de la evolución, para dar de sí mismas el más preciado obsequio perfumado, la más deliciosa medicina y el soplo más rico, animado y evanescente del que disponemos y que eleva nuestro espíritu hasta las puertas mismas de nuestro “Edén interior”.

Entender este mensaje trascendente de las “plantas superiores”, capaces de atravesar y dar respuestas saludables a todos los ámbitos de la vida y de nuestro ser; comprender que están allí para beneficiar nuestra existencia y acompañarnos como aliadas indispensables desde del nacimiento y a lo largo de la existencia, comprender esta razón profunda de interdependencia es absolutamente imprescindible. El solo eco de imaginarlas como misioneras y asistentes de la vida del planeta, de las criaturas y en particular del sostén y posibilidad de la vida humana, nos despierta un sentimiento de reverencia y una enorme curiosidad que nos anima a desentrañar su mensaje.

¿Cómo viviríamos sin las plantas?, ¿qué función cumplen en nuestra vida?, ¿por qué curan?, ¿cómo ayudarnos con ellas?, y en grado de importancia ¿cómo cuidarlas y preservarlas para las generaciones futuras?.

Recorrer el campo abierto y apreciar el verdor que nos rodea. Advertir las diferencias de sus formas, tamaños, matices, hojas, inflorescencias, colores, aromas... todo nos habla de sus características, especialidades, propósito y misión. Así, podemos describirlas desde la mirada botánica, medicinal, alimentaria, emocional, energética, espiritual, mágica... muchas miradas sobre un mismo objeto mirado que responde a la búsqueda de quien busca. Infinitos recursos con infinitas posibilidades, Así de interesantes son “Las Plantas” y así de exquisitos son sus óleos.

“El médico es sólo un asistente de la naturaleza”

Galeno



Mi encuentro con las Plantas Medicinales y sus aromas

Todo comienza por la observación y observamos cuando algo nos llama la atención y la atención está dirigida por el interés y la necesidad. Estos son los poderosos motivadores que nos impulsa a entender, a comprender, a saber. Las plantas y sus efectos, tienen la particularidad de captar la atención de muchos, hasta de las personas más asépticas y debo confesar que yo misma, me entraba en esa categoría.

¿Cómo alguien aséptico puede dejar de serlo?. La palabra que usaré en este punto no es fe, sino “evidencia”.

En lo personal, enfocaba mis intereses en otros ámbitos relacionado a los estudios y experiencias más psicológicas, corporales, energéticas, místicas, meditativas. En fin, para explicarlo mas simple, tenía más interés sobre las cosas del cielo y del alma que sobre los brotes de la tierra. Por lo que las plantas eran mis ignoradas, muy a pesar de haber crecido en un ámbito de huerta y jardín como las típicas casas donde las plantas constituían el paisaje familiar y que además, cubrían algunas necesidades tanto para embellecer los floreros, como para obtener una fresca provisión de frutos, hierbas y especias a fin de elaborar y sazonar los alimentos. Sin embargo, un día, esos días que se suceden uno tras otros y que el suceder me señalaba que mi salud estaba amenazada y que los profesionales llaman a mi enfermedad “rara” o sea, que ante el incierto diagnóstico, el remedio era más una tentativa que certeza. En esos días más duros y desolados se me cruzó alguien que atesoraba “un saber” y me armó un bouquet de diversas hierbas desconocidas por mí hasta ese momento... y ¡santo remedio!. Pero grande es la obstinación de la mente y me dije “es casualidad o psicológico”. Pero la vida tiene otros planes que no eran justamente los míos y me llevó a otras situaciones más contundentes como a quien debe gritársele más fuerte en su obstinada sordera. Y nuevamente, las plantas me rescataron y ya no pude decirme “es casualidad”. Desde entonces, el mundo de las hierbas retoma con fuerza y ocupa un lugar especial en mi forma de vida. Mi experiencia directa y reconocimiento sobre el “valor que conllevan dentro del plan creador”, es que me anima a compartir este entusiasmo del que serás parte.

Graciela A. Domínguez

“La belleza es vida, cuando la vida descubre su rostro sagrado”

KHALIL GIBRÁN



Todo un ciclo de espera...

Cuidando el campo y mirando el cielo, entregado a los designios de la lluvia, del sol y a la gentileza de los vientos a favor.

Después de la cosecha, el paciente pastor de aromáticas, mira con esperanzas el vaso florentino llenarse gota a gota de esperada compensación.

Todos vamos por el dulce néctar de la vida...

El principio de placer nos mueve y en su movimiento involucra a todas las criaturas y a nosotros mismos.

Es verano y los campos están llenos de flores en su plenitud. El aroma a las lavandas nos envuelven en un bálsamo fresco y limpio, mientras el romero quien comparte el mismo territorio, despiertan los sentidos. Una danza de abejas y mariposas forman una explosión de vida. Las flores las invitan a su banquete colorido y perfumado de dulce celebración, a cambio de un beso furtivo de amor. Allí también vamos nosotros, competidores de tamaño invitación a buscar entre las flores su ofrenda de belleza y sanación.

Cae el sol de la tarde, y al final de la jornada la naturaleza prodiga y generosa dándose a sí misma le regaló a cada quien, su parte.



Historia del hombre con las plantas

La relación del hombre con las plantas medicinales y sus aromas es una historia que se remonta hasta el hombre neandertal. El registro arqueológico más antiguo que se conoce hasta el presente, es el descubierto en una ciudad del actual Irak, en el año 1975. Allí, se encontró un esqueleto de unos 60.000 años de antigüedad, al lado del cual se encontraron depósitos concentrados de polen de milenrama, hierba cana y jacinto racimoso. Los arqueólogos creen que este hombre era un chamán o líder religioso, y no dudan en afirmar que también era un auténtico botánico. También se encontraron en las paredes de una gruta perteneciente a una lejana región del sur de Asia, habitada en ese mismo período aproximadamente (paleolítico medio superior), dibujos y grabados de plantas, hojas y órganos humanos en clara alusión a una correspondencia terapéutica.

En otras excavaciones por el continente americano, también se han hallado semillas de hierbas medicinales y piedras de moler que datan del año 3.000 A.C.

También hay registros de los antiguos escribas a su utilización desde mucho antes del nacimiento de Cristo. Incluso el manual de medicina escrito por el emperador chino Kiwang-Ti en el año 2.000 A.C. describe las propiedades medicinales del opio, del ruibarbo y de la granada.

Los egipcios también dejaron evidencias del uso que hacían de plantas aromáticas con fines medicinales en sus jeroglíficos. Incluso utilizaban aceites esenciales específicos para embalsamar y cubrir la piel del difunto por sus propiedades antibacterianas y evitar así la descomposición del cadáver.

Incluso en la tumba del rey Tut se encontraron unos jarrones del año 1350 A.C.. llenos de perfumes, los cuales todavía conservaban su aroma.

Aunque fueron los egipcios los primeros en iniciarse en el arte de extracción de aceites esenciales calentando las plantas en recipientes de arcilla, fueron los alquimistas griegos los que realmente inventaron la destilación y los médicos griegos quienes desarrollaron la Aromaterapia.

«Galeno, célebre médico griego, fue uno de los primeros aromaterapeutas del mundo»



A finales del siglo XIX fue cuando se empezaron a realizar investigaciones científicas en Europa. Investigadores franceses comprobaron que la esencia de clavo ataca al bacilo de la tuberculosis y que la esencia de tomillo podía vencer al tifus y a otras bacterias en menos de 10 minutos.

Actualmente muchos laboratorios cosméticos y farmacéuticos siguen utilizando el timol (tomillo) como agente antibacteriano e inofensivo para los tejidos.

Durante muchos siglos la humanidad se ha beneficiado de las propiedades antiinfecciosas de los aceites esenciales pero la Aromaterapia quedó desplazada por la medicina moderna con la aparición de los antibióticos y otros fármacos, y por desgracia también de sus efectos adversos y sus consecuencias.

En 1937, Gattefosse, químico francés fue quien acuñó el término de Aromaterapia. Se interesó especialmente en el uso de aceites esenciales para tratar problemas cutáneos. De manera fortuita, descubrió las maravillosas propiedades del aceite de lavanda para el tratamiento de quemaduras tras quemarse una mano accidentalmente en su laboratorio.

En la Segunda Guerra Mundial el Dr. Valnet utilizó aceites esenciales para curar las heridas de los soldados. De hecho, Francia está a la cabeza del uso de aceites esenciales con fines curativos, siendo un punto de referencia internacional en las técnicas de la Aromaterapia.

No puedo dejar de mencionar a Margarithte Maury, nacida en Austria en 1895 la sanadora holística que incorpora al masaje los Aceites Esenciales con las antiguas filosofías de sanación de la India, China y el Tíbet, mientras se centra en el acercamiento personal y holístico a través del masaje. En 1940 comenzó a investigar los efectos de los Aceites Esenciales en el sistema nervioso y en el rejuvenecimiento. Galardonada con dos premios internacionales en 1962 y 1967 por sus investigaciones sobre los Aceites Esenciales y la cosmetología. Su tarea produjo una revolución y a partir de allí se establecieron estándares sobre los Aceites Esenciales y certificación para la educación, fundándose la primer escuela de Aromaterapia en Londres por Patricia Davis. Desde entonces, la Aromaterapia es aceptada por varios países y sugerida para tratamientos médicos.



Otro dato histórico a destacar

Como ya sabemos, chamanes y sacerdotes de todos los rincones de la tierra desde los milenios, así como los reyes, reinas, faraones, emperadores y el mismo pueblo han usado las plantas curativas, no sólo recogiénolas a campo abierto o comerciando con otras regiones por la ruta de las especias y la seda, que por error de cálculos, dio lugar al descubrimiento de América sino que, eran además, sembradas especialmente en los monasterios, en sus jardines destinados a la producción de hierbas para la elaboración de bebidas espirituosas y medicinas.

La historia cuenta que la Reina Elizabeth I, llamada la Reina Virgen, aborrecía el hedor que emanaban en los castillos y por todas partes a causa de la indebida higiene de aquellos tiempos. La reina amaba a los perfumes y entre sus predilectos estaba la mejorana, el limón, además de otros que mandaba a fabricar. Buscaba en ellos, no sólo la neutralización de aquellos olores que ofendían su nariz, sino, la protección de su salud, aliviar los dolores de cabeza, atenuar los dolores corporales y propiciar el cuidado de su sistema inmune llevando consigo siempre un pañuelo mojado en aceites esenciales. Tal fue su cuidado, que hasta ese momento fue la reina más longeva.

Lo importante por lo que nombro a esta mujer, es que fue una impulsora de la industria del perfume en la Inglaterra de aquellos tiempos, no solo por la valoración de los aromas, sino por lo que ella intuía sobre los beneficios que conferían a la salud y animosidad. De modo que, inspiró a todas las mujeres cortesanas que plantaran especies medicinales y aromáticas en sus jardines e impulsó para que otras mujeres del pueblo también tuvieran sus modestos jardines y un alambique en sus hogares para estos propósitos.

En otra oportunidad, me extenderé sobre otras mujeres notables y pioneras que aportaron a la historia de la Aromaterapia sin saberlo.



Evidencias de su uso

En la Europa del 1600, estaba asolada por las pestes de tifus y fiebre tifoidea y extrañamente los perfumistas parecían estar más protegidos que el resto de la población y la pregunta era ¿por qué?. Fue recién entrado en el siglo XIX que el Instituto Pasteur comprobó la eficacia de la Canela, el Tomillo y el Limón para destruir las bacterias causantes en menos de media hora. El punto es que es preciso detenernos en esto:

La humanidad no está exenta de vivir una oleada de nuevos acontecimientos, como la pandemia por gérmenes como el virus del Covid19 y sus variantes. Todo vuelve porque no se ha ido y forma parte de la vida en la tierra. Estamos en tiempos donde los virus y bacterias con sus diferentes cepas sigue asolando a las poblaciones, hoy debido a la rápida movilidad y la circulación de la población tiene un alcance mundial, a diferencia de antaño que las pestes viajaba en carruajes y barcos.

Para nuestra “tranquilidad”, sabemos que la ciencia avanza y trae más luz donde antes solo cabía la intuición y conocimiento empírico que dicho sea, es un conocimiento apreciable y fundamental como punto de partida a cualquier estudio que se precie de superador. Lo cierto es que, estamos invitados a abordar nuestra salud de modo más directo, integral y proactivo.

Comprendemos que nada en este mundo es absoluto, que no lo sabemos todo y hasta la ciencia confirma sus límites, con el agregado que sólo se ha podido estudiar una pequeña porción de las plantas existentes y muchas de ellas desaparecen cada día, desconocidas, ignoradas y arrasadas a causa de las deforestaciones. Sin embargo, sería de mucha utilidad involucrarnos de forma activa y directa sobre lo que seguidamente me voy a extender.



Tu jardín, tu rincón

Es indudable que el Edén terrenal necesita ser repoblado con nuevos vergeles que exhalen vitalidad, color, perfume y sanidad, por las necesidades y evidencias que quedan expuestas antes dichas, y que convocan a tu sensibilidad, compromiso y disponibilidad para ser parte de esta gesta y sembrar el bienestar tan deseado. Tu puedes hacerlo. Siempre hay una planta que se adapte a tu espacio de sol y sombra, de interior o exterior y siempre existe la posibilidad de intercambiar con otras personas diferentes especies. Quizás, si restauramos entre todos a la naturaleza, si aprendemos a usarla, estaremos más preparados y en mejor posición para hacer frente a todo lo que pudiera acosarnos la indiferencia.

Las plantas tienen energía. Las plantas frescas y las que han sido secadas bajo el sol, sus aceites esenciales, sus aguas aromáticas, en sus diversas formas están llenas de su energía vital, y esta energía no se queda encerrada, sino que se expande, te atraviesa y se evanesce para fluir con el aire. Cuando llenas tu hogar, respiras su aroma, emulsionas y bañas tu piel, ciertamente comienza a sucederte cosas. Si eres sensible, si estás conectado, detectarás de inmediato sus beneficios.

Para entender el concepto de la necesidad imperiosa de rodearte de plantas por sus efectos saludables, te daré un ejemplo simple: cuando el sol cae sobre un bosque o un campo de aromáticas, las glándulas que contienen los a.e. se abren y se dispersan impregnando el aire formando un campo de beneficios sutiles y áuricos que te modificarán solo al respirarlos, debido a que estas partículas odorantes son sustancia de sol concentrados, remedios para la inquietud del alma y los dolores fatigosos del cuerpo. Ahora bien, imagina la posibilidad de convertir tu propio espacio bajo una atmósfera aromática y natural con los aceites esenciales del bosque o de los campos de aromáticas -tu hogar, tu lugar de estudios, tu ámbito de trabajo-. ¿Qué podría sucederte?, ¿cómo podrías sentirte?, seguro que ya lo imaginas. Y de eso se trata: de traerlos, en forma de gotas a tu propio espacio.

En mi propia experiencia, cada vez que recibo las bolsas de hojas y flores aromáticas, los aceite esenciales del campo de cultivo, con ellos ingresa el sol que les dio vida, las lluvias generosas, la nutrición de la tierra, el cuidadoso esmero de la gente al tratarlas, les puedo asegurar que es un momento único y mágico que recrea el vigor del paisaje a mi propia vida y espacio.

Volver a la fuente –al Reino Vegetal-, es vivir con esta forma de vida primigenia previa a nosotros y por lo tanto, llena de sabiduría.

Si tu jardín o tu espacio se llenan de plantas, árboles, y a su vez, la inspiración alcanza a tu vecino, al barrio, a las plazas, y fomentamos entre todos su expansión, crearemos un gran campo eco-energético saludable capaz de acogernos a todos en el bienestar y belleza.



Colocar las manos en la tierra

como una nueva práctica cotidiana...

Sembrarlas – Cuidarlas –
Recogerlas - Aprender a utilizarlas
- Crear un laboratorio en casa –
Armar un botiquín Natural...
es disponer de un cuidado
fito-aromático de primeros auxilios
para el suministro más próximo de
nuestras necesidades.

Oscar Wilde” decía: - “Una flor, florece para su propia alegría”. A lo que podemos añadir:
- Y hagamos florecer los espacios vacíos, para la alegría de los ojos que las miran”.



Los Aceites Esenciales ¿Qué son y qué parte de la planta se extraen?

Los aceites esenciales son sustancias líquidas, extremadamente ligeras y volátiles que contienen las plantas aromáticas en sus glándulas secretoras en pequenísimas cantidades. Los aceites esenciales son el fundamento de la aromaterapia. Son la materia prima para el desarrollo de los diferentes productos aromaterápicos capaces de brindar cuidados esenciales para resguardar las emociones, prevenir y tratar diversas afecciones, como dar respuestas cosméticas, estéticas, hedónicas y bioenergéticas.

Los aceites esenciales pueden encontrarse en alguna parte específica de la planta. Algunos se encuentran en mayor concentración en las **flores** (lavanda, manzanilla, ylang-ylang), otras en las **hojas** (eucalipto, mejorana, laurel), otras puede hallarse en la **maderas** como (alcanfor, cedro), en las **resinas** o exudados de los troncos (benjuí, incienso, mirra), en la cáscara o **corteza** de los frutos (cítricos como el limón, lima, naranja y bergamota), en los **gálbulos** o bayas (enebro), en las **raíces** (jengibre, valeriana y vetiver), en las **semillas** (nuez moscada, anís). Pero también pueden localizarse en varias partes de una misma planta como la canela, cuyo aceite esencial está presente en las hojas y la corteza externa de la madera o el naranjo amargo del cual se extrae aceite esencial del fruto (naranja), de las hojas (petitgrain) y de las flores (nerolí).

Las partes elegidas de las plantas, se definen por su mayor presencia oleosa. Estas partes son las recolectadas para su extracción y sometidas a un proceso de destilación adecuada para cada especie.

Los óleos aromáticos también son liberados bajo ciertas condiciones naturales y sin la intervención de la mano del hombre, por la presencia del sol, la lluvia, el rocío o simplemente por el rozamiento de la planta. Éstos estímulos pueden abrir las membranas celulares contenedoras de los aceites esenciales y liberar las partículas odorantes que impregnaran el aire por su alto grado de volatilización.

Veamos a continuación, los diferentes métodos de extracción de cada planta aromática.



Métodos de Extracción

Existen varios métodos de destilación para favorecer la extracción de los aceites esenciales dependiendo del tipo de planta, las partes a destilar, la calidad y el rendimiento.

Destilación por vapor: Es el método más común. Las plantas se calientan mediante vapor en un alambique. El vapor arrastra las sustancias desprendidas del vegetal que se transporta por un tubo cerrado al que se enfría por un proceso de refrigeración, se condensa y finalmente el líquido resultante se recoge en un frasco. El a. e. flotará en la superficie de un agua aromática llamada hidrolato. **La extracción soluble:** La planta se coloca en un tambor con un disolvente de hidrocarburo para disolver el a. e. La solución se filtra y se condensa mediante la destilación, dejando una combinación de cera y a. e., o una sustancia llamada “resinoide”, que contiene resina.

Un segundo proceso de extracción soluble que utiliza alcohol puro obtiene la mayor parte del aceite; entonces el alcohol se evapora y permanece una solución llamada “absoluta”.

El proceso fitónico: Es una forma nueva, sumamente eficaz y económica de extracción soluble, empleada en Gran Bretaña por el Dr. Peter Wilde. Se utilizan diversos disolventes no agresivos con la naturaleza, a temperatura ambiente, en un aparato sellado para extraer de las plantas el a. e., denominado “fitol”.

La extracción supercrítica: Se utiliza el gas del anhídrido carbónico a una elevada presión para disolver el a. e. de una amplia variedad de plantas de escaso rendimiento y para el aprovechamiento de la industria perfumista.

La prensadura o expresión: Es un proceso que se emplea para extraer el a. e. de los cítricos. La cáscara de la fruta se tritura para liberar el aceite que se encuentra justo debajo de la superficie y se recoge con rapidez.

La enfloración: Consiste en prensar las flores en platos de cristal cubiertos de grasa. Las flores se reemplazan diariamente hasta que la grasa quede saturada con el a. e., que entonces se extrae con alcohol. No es un método muy utilizado en la actualidad.



Características y conservación de los Aceites Esenciales

El fundamento de la aromaterapia Solo podemos hablar y practicar la aromaterapia siempre que elaboremos los productos con aceites esenciales puros y de alta calidad. Por lo tanto, es indispensable seleccionar aceites esenciales de origen naturales y en buen estado de conservación, a fin de que mantengan intactos sus principios activos.

Color: Los aceites esenciales difieren en su tonalidad, algunos son incoloros o de tonos suaves, amarillentos, ámbar, otros de colores intensos como una variedad de manzanilla de tonalidad azul, la mirra de color marrón bordó, la bergamota de color verde.

Sabor: Los aceites esenciales no son recomendados para la ingesta por más naturales que sean, sino se especifica su uso alimentario. Pero puede probarse en cantidades diluidas el sabor de las hierbas, cítricos y algunas flores. El sabor debe ser fresco y correspondiente a la especie.

Consistencia: Las flores, las hierbas y las hojas son de consistencia fluida, líquida, no viscosa. Las resinas provenientes de las maderas son más densas. Por ser de naturaleza aceitosa no se disuelven en agua y dejan flotar sus gotas.

Conservación: En frascos de vidrio de color ámbar, pues la luz solar altera su composición química. Pueden envasarse en Pet no traslúcido. Los cítricos deben conservarse en la heladera y con muy poco aire para evitar su oxidación. Las maderas mejoran con el tiempo. Todos deben conservarse en lugares frescos y bien cerrados.

Etiquetados: En la etiqueta debe aclararse la especie, no solo es importante que diga lavanda, sino que se clarifique si es Sauvage, Vera, Grosso. Además debe especificarse el país de origen.



El costo y el precio de lo natural

El costo está relacionado con el trabajo, el esfuerzo en la recolección y la mano de obra. El precio, es el valor que sintetiza un conjunto de variantes. Los precios varían según su especie; tiempo de maduración de la planta para producir aceite esencial, el método de recolección, la extracción, las variaciones climáticas y la economía de mercado.

Los cítricos son más económicos porque tienen mayor rinde de aceite esencial por kilo respecto de otras plantas. Para obtener 1 litro de aceite esencial se necesita 100 kg. de limones; de melisa, 10.000 kg. de hojas, de flores de lavandín grosso, 50 kg., de pétalos de rosas, 5.000 kg. y 8.000 flores de jazmín.

El tiempo de maduración de la planta para la extracción difiere notablemente. Las hierbas son de crecimiento rápido y de recolección anual, en algunos casos se hacen uno, dos o más cortes de una misma planta en distintos momentos como la menta y el romero, en tanto que, ciertos árboles como el sándalo debe tener alrededor de 30 años, considerándose además, que es un árbol sagrado y protegido en la India.

La forma de recolección puede ser manual o mecánica. En la recolección manual se estima que un hombre recoge 700 pétalos de rosas o jazmines por hora, en tanto que las cortadoras mecánicas ofrecen un método de recolección más económica.

Los métodos de extracción por tipo de infraestructura y procedimientos, inciden en el precio final.

Las condiciones climáticas. Hacen a la producción dependiendo de las temperaturas, lluvias, cantidad de días soleados, vientos, granizo, etc., lo cual incide sobre la producción.

Otras variables son las propias del mercado. La oferta y la demanda, las políticas económicas regionales, etc.





Función de los aceites esenciales en plantas y en humanos

Los botánicos han descubierto que los a.e. cumplen funciones decisivas para la vida de las plantas aromáticas. Estos óleos son vitales para la “protección, equilibrio y reproducción de la especie”.

Funciones en las plantas

La complejidad química de los “óleos vegetales” es producto de un laborioso mecanismo defensivo frente a las agresiones del medio ambiente. Este mecanismo se ha perfeccionado y completado a través de la evolución, en complejos moleculares sinérgicos que garantizan la imposibilidad de ser decodificados por los agente patógenos como plagas, virus y bacterias, Estos aceites funcionan como una barrera defensiva para la salud de las plantas y funcionan como antisépticos, antiviral, fungicidas y repelentes.

La adaptación a las agresiones del territorio donde se desarrolla, la riqueza o pobreza del suelo, la abundancia del agua o la escasez. Las características climáticas por la inclemencia del tiempo, las temperaturas extremas de frío o calor, por los vientos, inundaciones, incendios, radiaciones, permite que las moléculas aromáticas se estructuren para cumplir funciones específicas de supervivencia y desarrollo en su hábitat, produciendo una gama de innumerables moléculas orgánicas capaces de preservar la humedad en territorios secos, de cicatrizar la corteza por la erosión del viento desértico de evaporar las sustancias que actúan como una sombrilla sobre la planta protegiéndola contra las radiaciones solares, entre otros. Este esfuerzo, otorgan a las plantas funciones hidratantes, emolientes, nutritivas, cicatrizantes y protectoras contra los rayos UV.

El último aspecto, y no por ello menos importante, es su contribución sexual. El viento transporta los mensajeros químicos a grandes distancias y los insectos que responden a estos aromas se sienten irresistiblemente atraídos hacia la planta participando en el proceso de la polinización.

Funciones en los humanos

Estos remedios procedentes del laboratorio natural, ofrecen un aporte muy valioso para la vida del hombre. Los avances científicos, tecnológicos y productivos nos permiten disponer más fácilmente de estos elixires y conocer más a cerca de sus propiedades y aplicaciones para la vida humana.



Aromaterapia que sana **Principios terapéuticos de los aceites esenciales**

Los óleos aromáticos vegetales, despiertan la capacidad defensiva del sistema inmunológico sobre los gérmenes, virus y hongos. Por sus propiedades antiinfecciosas, insecticidas e insectífugas, antiinflamatorias y antihistamínicas, inmunoreguladoras, anticatarrales, neurotrópicas, endocrinoreguladoras, vasculotrópicas y hemotrópicas, antitumorales y antileucémicos, digestivas, analépticas, termoregulatrices y otras funciones estudiadas y comprobadas por la ciencia médica, área de la que se ocupa la “aromaterapia científica”.

Aromas que evocan

Se ha investigado sobre los efectos que provocan los aromas sobre el sistema nervioso y emocional.

El sistema olfativo, por sus conexiones con el sistema límbico y lóbulo temporal le otorgan un importante poder evocador de recuerdos de alto contenido emocional. Sabemos que nuestro cerebro almacena recuerdos que no siempre afloran al presente de modo voluntario; están ahí esperando que algo los haga revivir de inmediato. Nuestras vivencias permanecen indelebles en nuestra memoria y precisamente los olores pueden ser un estímulo capaz de aflorar los recuerdos y las emociones sujetas a ellos.

Las experiencias olfativas a lo largo de la vida dejan registros en nuestro archivo neurológico. Una persona que ha llegado a la madurez, tiene mayores posibilidades de acumular recuerdos aromáticos y vincularlos con experiencias de vida. Un niño pequeño puede identificar el aroma de la piel de su madre, de las personas que están próximas y del alimento que recibe. Sabemos que en lo profundo, las emociones establecen interconexiones sutiles con el sistema nervioso que son las claves de la aromaterapia capaz de provocar reacciones objetivas y medibles en el aspecto físico, cuyas reacciones proceden de una respuesta emocional aromática.



Los aromas y sus efectos sensuales

Sabemos que el cerebro es el órgano sexual por excelencia y que el olfato activa una serie de reacciones químicas que corren por el cuerpo.

Las feromonas son compuestos químicos, un tipo de hormona que participa en la atracción sexual presentes en el olor de la piel y en la transpiración. Estas sustancias orgánicas son capaces de enviar mensajes inconscientes para intercambiar información entre los sexos, de aceptación o rechazo, de buena o mala salud. Nos recuerda a los estímulos aromáticos de las plantas sobre los insectos.

Un estudio reciente sobre las bases biológicas de la sexualidad, dirigido Ivanka Savic, del Instituto Karolinska, de Estocolmo, Suecia, se fundamenta en las reacciones de hombres y mujeres heterosexuales, y varones homosexuales al olor de las hormonas sexuales masculinas o femeninas presentes en la transpiración. El estudio arrojó que entre población heterosexuales se producían reacciones cerebrales al oler las feromonas del sexo opuesto, En tanto que, entre los homosexuales, que siendo hombres se comportaban como mujeres, sus feromonas enviaban señales femeninas y las reacciones cerebrales ocurrían al oler feromonas masculinas.

Las plantas aromáticas desarrollan células sexuales que podrían activar y potenciar la sexualidad humana.

Los resultados han traído luz sobre el comportamiento de esta “hormona del amor”, y la capacidad de comunicar por medio de señales químicas aromáticas entre los sexos. A esta capacidad de oler se la identificó como al sexto sentido o sentido del “olfato sexual”. Podemos reconocer, el papel que juega el aroma en la sexualidad. Ya lo sabían los hombres de la antigüedad al seleccionar cuidadosamente los aromas que consideraban afrodisíacos. Los perfumistas de todos los tiempos conocen los secretos olfativos. Hay fragancias y desodorantes que esconden los aromas del cuerpo y ponen una barrera para el olfato sexual. El desafío consiste en encontrar las notas y combinaciones capaces de activar las respuestas cerebrales amorosas como aquellos perfumes más caros y exitosos del mercado.

Los perfumes aromáticos, combinan aceites esenciales de rosa, jazmín, canela, sándalo, ylang -ylang, clavo de olor, cardamomo, pimienta, mirra, entre otros.



La diversidad

Cada planta tiene una razón de ser, de existir. Llegaron antes que nosotros... y cuando todo estaba listo y la mesa tendida, fuimos invitados a la fiesta de la vida, modelados en este cuerpo humano.

La diversidad nos rodea. Todo lo que necesitamos está servido, ahora sólo falta conocerlo, comprenderlo y hacer uso racional en provecho de nuestra vida y de los que vendrán.

¿Cuál es tu necesidad? ¿Qué planta con sus aromas elegirías para satisfacer tu cuerpo o acompañar este momento de tu alma?. Alguien me dijo una vez “todo lo que necesitamos está dado, existe en algún lugar de la tierra, porque todo viene con su par, sólo se trata de buscarlo, de encontrarlo y satisfacer la sed de la búsqueda”.

Te invitamos al próximo Módulo y conoce las bondades de cada aroma y encontrar la forma de beneficiarte con ellos. Este paso es fundamental para continuar el viaje por el amplio camino de la Aromaterapia y convertir tus días en una sucesión de interesantes y aromáticas experiencias.

Te esperamos para continuar con el Módulo II :
“Guía completa de Aceites Esenciales”.

Graciela y Lourdes

Guía completa de Aceites Esenciales

Modulo II



Abordaje
Bioenergético

Graciela A. Domínguez
Directora Divia Gandha
Lic. Lourdes M. Chiurazzi
Comunicadora Social UBA





Disfrutarás y conocerás 40 Aceites esenciales

- Descripción botánica y principios activos.
- Influencia en el Campo Emocional.
- Propiedades terapéuticas reconocidas.
- Regencia orgánica.
- Regencia Energética.
- Influencia en Chakras y Meridianos.
- Usos frecuentes.
- Curiosidades
- Datos históricos.

124 páginas de abordaje profundo.

