

¿Qué son los aceites esenciales?

Son compuestos volátiles y aromáticos presentes de forma natural en determinadas plantas, concentrados en un estado muy puro y líquido. Cada aceite esencial presenta una serie de beneficios y bondades, únicos y exclusivos, dependiendo de la planta de la que han sido extraídos.

Los métodos de extracción pueden ser mediante destilación por vapor o por presión en frío siendo estas dos formas las más naturales y tradicionales evitando así la contaminación e impurezas químicas de los métodos industriales actuales.

¿Desde cuándo existen?

Los primeros ejemplos de uso de aromaterapia se remontan a los albores de la humanidad, siendo los aborígenes australianos hace más de 30000 años los primeros en adquirir conciencia acerca de las bondades de los aceites esenciales presentes en las plantas. Estos eran grandes consumidores de Árbol del té debido a sus increíbles propiedades antibacterianas, antifúngicas y como repelente de insectos.

Pero fueron las antiguas civilizaciones mesopotámicas y egipcias quienes normalizaron y ampliaron el uso de los aceites en diversas formas como perfumes, tratamientos cosméticos, medicinas y en rituales religiosos. Otro gran ejemplo sobre el conocimiento del mundo antiguo en el uso y beneficios terapéuticos de los aceites esenciales lo podemos encontrar en el tratado de medicina de Hipócrates, el Padre de la medicina.

Con el paso del tiempo y el crecimiento en el conocimiento y uso de plantas a nivel medicinal se confecciona el primer registro documental de estas plantas, donde consta una descripción del vegetal, propiedades y beneficios y forma de aplicación o consumo, estamos hablando del segundo milenio antes de Cristo, hace ya más de 4000 años. En ese pergamino se refieren más de 800 recetas para sanar diferentes enfermedades y patologías usando bálsamos y ungüentos.

A partir del siglo X de nuestra era el comercio de aceites esenciales sufrió una gran expansión en gran medida a causa de las nuevas rutas comerciales como la de la seda y el regreso a Europa de las cruzadas de Tierra Santa.

La gran revolución y punto de inflexión en el campo de la aromaterapia fue la expansión de la Alquimia, así como la implementación de mejores alambiques y técnicas de destilación y extracción.

¿Cómo se obtienen?

Los siglos de sabiduría y conocimientos adquiridos sobre vegetales y las propiedades de sus aceites esenciales no han cambiado los dos métodos de extracción más usados, siendo estos los más naturales y ecológicos, lo cual redundará en una calidad extremadamente alta y una pureza del 100%

libre de cualquier químico industrial. Son extraídos de diversas partes de las plantas, desde las raíces, tallos flores, hojas y frutos.

Estos métodos son:

- **Destilación por columna de vapor:** En un alambique la evaporación del agua produce vapor que penetra en los tejidos vegetales disolviendo las sustancias aromáticas y arrastrándolas en su ascenso por el cuerpo columnar del destilador, al final del proceso este vapor se enfría y condensa en forma líquida resultando en dos formas, hidrolato acuoso con múltiples propiedades y una capa de aceite esencial puro que flota sobre el hidrolato.
- **Prensado en frío:** Es un método mecánico de extracción de principios activos mediante la aplicación de gran cantidad de presión sobre la materia prima vegetal para romper las fibras vegetales y así liberar los principios activos, componentes oleosos y volátiles. Una vez realizada la primera fase se tamiza y filtra el líquido resultante, obteniendo un aceite vegetal de altísima calidad y pureza.
- Existen en el mercado **esencias sintéticas** (absolutos) las cuales carecen de estas propiedades. Es importante utilizar aceites esenciales que hayan sido extraídos de forma natural (por destilación o presión), sin emplear disolventes o procesos químicos que puedan alterar sus propiedades.

Desde Noresenza apostamos por la sostenibilidad y la preservación en la calidad y pureza de nuestros aceites usando sólo estas dos antiguas y tradicionales técnicas sin ningún tipo de tratamiento ni uso de productos químicos, siguiendo siempre lo más estrictos controles de calidad productiva y medioambiental, para obtener productos de excelentes propiedades, eficaces naturales y seguros.

¿Cómo se utilizan?

Desde la antigüedad se han usado los aceites fundamentalmente de dos formas, ambas totalmente seguras:

Aromaterapia: Por inhalación mediante difusores a través de las vías respiratorias resultando en una rápida absorción y estimulación del sistema nervioso.

Cutánea: Por absorción dérmica diluidos, con la ayuda de un ligero masaje o incluso unas gotas en el agua de un baño.

Cada vez resulta más frecuente encontrar aceites esenciales en la **formulación de productos cosméticos**, especialmente en la cosmética natural. Son ideales para la confección de cosmética casera pero también están presentes en los productos de grandes marcas en muy diversas y variadas formas, como por ejemplo: Tónicos faciales, capilares, jabones, champús, elixires, lociones, sérums, cremas, bálsamos, etc.

Aparte de las aplicaciones terapéuticas de aceites esenciales e hidrolatos (y debido a sus propiedades bactericidas, fungicidas y viricidas) diversos productos de limpieza e higiene doméstica incorporan aceites esenciales en sus formulados aportando también un agradable aroma a las superficies limpias.

Propiedades

- **Antiséptico:** Actúan como antisépticos y son capaces de actuar sobre cuatro clases de patógenos: Virus, bacterias, hongos y parásitos.
- **Antialérgico:** Pueden actuar eficazmente como antialérgicos, dependiendo del tipo de alergia, las causas y gravedad de la misma.
- **Sedantes:** Cualquier aceite esencial puede estimular la relajación. En especial, aceites esenciales como el de lavanda y el naranja son conocidos por su eficacia para calmar los nervios, tratar los problemas de insomnio, disminuir el estrés y la ansiedad.
- **Neurotónico:** Aceites esenciales como el de romero estimulan el sistema nervioso, la memoria, la claridad mental y las funciones cognitivas, lo cual resulta de gran ayuda para mejorar el desempeño en los procesos creativos e intelectuales.
- **Diurético:** El anís y otras plantas producen este producto que estimulan la purificación del organismo mediante la orina. Los efectos diuréticos son beneficios para prevenir la retención de líquidos, eliminar toxinas y tratar enfermedades como la celulitis.
- **Equilibrador corporal:** Cada aceite esencial contiene muchas sustancias. De ellas, el cuerpo solo toma lo que necesita y el resto lo desecha mediante la orina (tal y como ocurre con los nutrientes obtenidos por la ingesta de alimentos). Esto hace que los aceites esenciales sean ideales para equilibrar cualquier desbalance que pueda haber en nuestro cuerpo.
- **Astringente:** Hay dos clases de aceites esenciales con propiedades astringentes: el primero, produce sequedad en los tejidos orgánicos, lo cual puede ser de ayuda para detener hemorragias causadas por heridas y tratar hemorroides y otras lesiones en la piel; la segunda, regula la secreción de las glándulas sebáceas, lo cual es beneficioso para el cuidado y mantenimiento de las pieles grasas.
- **Cardiotónico:** Pueden ser beneficiosos para la función cardíaca, ya que por sus efectos relajantes regulan el ritmo de los latidos del corazón y de la respiración. Esto puede resultar muy beneficioso para pacientes que acaban de someterse a intervenciones quirúrgicas.

- **Analgésico:** Su composición contiene muchos alcoholes que poseen propiedades analgésicas. Esta es una de sus principales características, porque puede disminuir el dolor e inclusive ayudar a aliviar problemas relacionados.
- **Descongestionante:** Algunos promueven la circulación del sistema sanguíneo y linfático. Este efecto le confiere propiedades descongestionantes, lo cual puede mejorar el aspecto de la piel y ser de ayuda en el tratamiento de problemas como las varices.
- **Afrodisíaco:** Algunas plantas como el jazmín y la rosa, son conocidos por sus propiedades afrodisíacas.

