



LOS ACEITES  
ESENCIALES

**HEVEA**  
**L INFINI**  
**VEGETAL**



### ¿QUÉ ES UN ACEITE ESENCIAL?

Un aceite esencial es un líquido aromático de aspecto fluido o espeso y de color variable según las plantas de las que esté extraído. Es segregado por células especiales que se encuentran tanto en las hojas (menta piperita, albahaca linalol), como en las flores (lavanda, ylang ylang), la madera (cedro del Atlas, sándalo blanco), las raíces (jengibre, valeriana, vetiver) o las semillas (cilantro, anís verde, zanahoria). El tamaño de esas gotas es de unos pocos micrones, motivo por el cual no podemos verlas. Cuando se frota la planta aromática, las gotitas de aceite esencial se liberan en la atmósfera y nos llegan a la nariz. Los receptores olfativos de la nariz se activan y envían estímulos sensoriales a distintas zonas del cerebro.

### ¿POR QUÉ LAS PLANTAS AROMÁTICAS PRODUCEN ACEITES ESENCIALES?

Los aceites esenciales son mensajeros químicos que las plantas aromáticas utilizan para interactuar con su entorno. Los aceites esenciales permiten alejar las enfermedades y los parásitos, pero también tienen un papel protector frente a los rayos del sol. Los aceites esenciales tienen un papel importante en la reproducción y dispersión de las especies vegetales que permiten atraer a los insectos polinizadores.



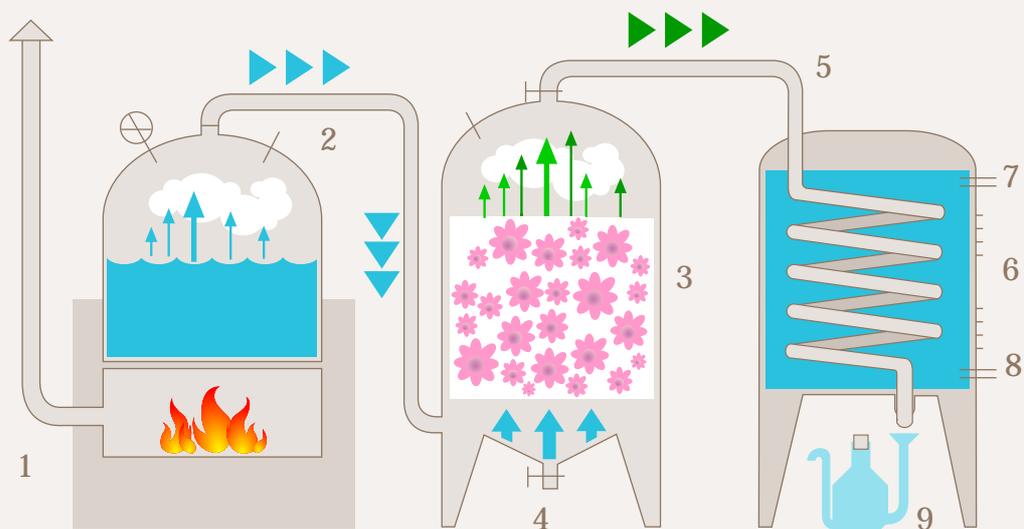
## ¿CÓMO SE OBTIENEN LOS ACEITES ESENCIALES?

Existen diversas técnicas que varían según la parte de la planta que se trata, su fragilidad y sus características botánicas:

### LA DESTILACIÓN POR VAPOR DE AGUA

La destilación por vapor de agua, o arrastre por vapor de agua, es la técnica más habitual para obtener aceites esenciales. Es la única técnica autorizada por la Farmacopea Europea, junto con el prensado en frío para extraer aceites esenciales de las cáscaras de los cítricos.

El alambique fue inventado por los Faraones y perfeccionado por la civilización árabe. Consiste en general en una cuba de metal inerte como el cobre o el acero inoxidable, con un tamiz en el fondo para que las plantas no entren en contacto directo con el agua. El vapor generado atraviesa la planta y extrae las microgotas del aceite esencial. Este vapor de agua aromático se enfría en un serpentín mediante un circuito de agua fría. A la salida del serpentín, se obtiene una mezcla de agua aromática y aceite esencial. El aceite esencial, de menor densidad que el agua, flota, lo que permite recuperarlo por la diferencia de densidad mediante un vaso florentino o esenciero. El aceite esencial se separa del agua de destilación, el hidrolato (también llamado agua floral para las flores).



- 1 Fuego
- 2 Caldera
- 3 Recipiente de flores
- 4 Drenaje de condensación
- 5 Cuello de cisne
- 6 Refrigerante con serpentín
- 7 Salida de agua caliente
- 8 Llegada de agua fría
- 9 Esenciero (vaso florentino) en el que se separan el hidrolato y el aceite esencial

## EL PRENSADO EN FRÍO

La técnica del prensado en frío se reserva para las cáscaras de los cítricos (limón, lima, naranja dulce, naranja amarga). El aceite esencial de los cítricos se encuentra en pequeñas bolsas situadas bajo la piel del fruto (pericarpio). Para llevar a cabo esta técnica se utilizan prensas hidráulicas. A continuación, se separa la pulpa y el aceite esencial en la centrifugadora.

## EL ENFLORADO

La técnica del enflorado (o maceración por saturación) es antigua y apenas se utiliza en la actualidad. Se utiliza para las plantas o las partes de plantas con un aroma demasiado frágil para soportar el calor de una destilación. Consiste en extender una capa de esas sustancias vegetales frágiles entre dos capas espesas de materia grasa. Se van renovando las materias vegetales hasta que la grasa está saturada de la fragancia de la planta. Se elimina entonces el excedente graso y se obtiene una esencia absoluta (o absoluto), un aceite esencial de muy alta calidad olfativa. Nuestro laboratorio elabora un enflorado de rosa de Damasco según el método tradicional en el propio corazón del valle de las rosas de El Kelaa M' Gouna. Esta técnica es la única que permite recuperar la fragancia de la planta en toda su plenitud.

## LA EXTRACCIÓN MEDIANTE DISOLVENTES

La técnica de la extracción mediante disolventes sustituye en la actualidad a la del enflorado. También logra obtener unas esencias absolutas muy solicitadas entre los perfumistas por la pureza de su potente aroma.

## COMPOSICIÓN QUÍMICA DE UN ACEITE ESENCIAL

Los aceites esenciales son extractos vegetales aromáticos muy complejos y concentrados. Pueden contener más de una centena de moléculas aromáticas en proporciones muy variables. Son estas distintas combinaciones de moléculas las que aportan a los aceites esenciales sus propiedades tan particulares y las causantes de su olor característico.

## CRITERIOS CUALITATIVOS DE UN ACEITE ESENCIAL

---

Son numerosos los factores que entran en juego en la calidad de los aceites esenciales. En primer lugar, la selección de la planta y el momento de la recolección son primordiales: las plantas deben estar identificadas botánicamente y proceder del cultivo salvaje, biológico o tradicional, sin uso de pesticidas ni de otros productos químicos. Las plantas deben cultivarse en sus biotopos de origen. La extracción debe realizarse en condiciones rigurosas de laboratorio, controlando los parámetros de temperatura y presión. El almacenamiento debe realizarse en recipientes adaptados a los aceites esenciales, que se mantengan alejados de la luz y a temperaturas que no superen los 25 grados. Los aceites esenciales son extractos frágiles.

## MÉTODO ANALÍTICO

---

El método de análisis más fiable y completo para los aceites esenciales es la cromatografía de gases. Este método analítico es el que mejor se adapta a las sustancias volátiles como las moléculas aromáticas. Permite identificar y controlar todas las moléculas aromáticas y, de este modo, determinar el quimiotipo del aceite esencial. Este análisis proporciona un auténtico documento de identidad del aceite esencial y, por lo tanto, permite descubrir cualquier fraude o poner en evidencia cualquier problema de calidad debido a una mala fabricación o un almacenamiento incorrecto. Este aparato de alta tecnología es hoy en día la herramienta indispensable para el control de calidad de los aceites esenciales. Permite además determinar algunos parámetros físico-químicos como el índice de peróxido, el índice de ácido, la polaridad, etc.

## ¿CÓMO UTILIZAR LOS ACEITES ESENCIALES?

---

► En aerosol, con un difusor eléctrico, un vaporizador o un quemador de esencias. Este método permite propagar en el aire partículas muy finas de los aceites esenciales y beneficiarse de su efecto por la vía respiratoria. Usados de este modo, los aceites esenciales, a la vez que perfuman el ambiente, permiten purificar el aire. La dosis deberá ser siempre reducida para no incomodar.

► Por vía cutánea, los aceites esenciales penetran con mucha facilidad en la epidermis, llegando a continuación a todos los tejidos. Por este motivo, los aceites esenciales deben ser escogidos minuciosamente en función de su compatibilidad con la piel. Deberá estudiarse la dosis y el disolvente escogido en función del objetivo que se pretenda conseguir.

► Por vía oral. Este uso está indicado únicamente bajo prescripción de su terapeuta. Los aceites esenciales son muy concentrados y cuando se utilizan de forma incorrecta pueden generar graves intoxicaciones.

## MODO DE EMPLEO DE LOS ACEITES ESENCIALES

### MODO DE EMPLEO

- Los usos principales de los Aceites Esenciales (AE) abarcan el cuidado terapéutico (vía oral, transcutánea, cutánea, pulmonar), el masaje terapéutico, el cuidado dermocosmético y capilar, la balneoterapia, la perfumería y la gastronomía.
- Los AE son extractos vegetales muy concentrados. Se deben utilizar excipientes apropiados para todas las vías de absorción, en especial para la vía oral.
- Los AE no son hidrosolubles, por tanto, no se debe utilizar el agua como excipiente, es preferible utilizar aceites vegetales, una base limpiadora (champú, gel de ducha), alcohol o una base de crema neutra.
- Para la vía oral, diluir el AE en un aceite vegetal, en miel o en azúcar (jarabe de azúcar de caña).

### PRECAUCIONES

- Mantener fuera del alcance de los niños.
- No verter nunca los AE puros en el agua, pues utilizados de este modo pueden provocar una irritación de los tejidos.
- No utilizar en niños menores de 3 años.
- Ciertos AE pueden ser peligrosos para las mujeres embarazadas o en periodo de lactancia. Evite la automedicación. Pida consejo a su médico aromaterapeuta.
- Se debe prestar una atención especial a los pacientes que presenten una alergia conocida, pues en los AE puede estar presente cierta cantidad de moléculas potencialmente alergénicas (cinamaldehído, citral, citronelol, eugenol, geraniol, D-limoneno, linalol, cumarina, etc.).
- Algunos AE producen irritación de la piel y las mucosas. Se debe tener en cuenta la agresividad de los fenoles y de los aldehídos para la piel y las mucosas. Elegir los excipientes adaptados y las concentraciones adecuadas.
- Antes de usar se aconseja comprobar la tolerancia a los AE por medio de una prueba sobre la piel (aplicar sobre el interior de la muñeca).
- En caso de contacto con los ojos limpiar urgentemente el aceite con un algodón empapado en aceite vegetal puro o verter varias gotas de este aceite vegetal puro sobre el globo ocular.
- Las zonas anogenitales, las vías auricular, nasal e intravenosa no deben ser nunca objeto de aplicación de AE puros.
- En caso de ingestión accidental, ingerir aceite vegetal (de 1 a 3 cucharadas soperas), no provocar el vómito. No beber nunca agua.
- Todos los aceites esenciales de cítricos son fotosensibilizantes. No exponerse al sol durante las 12 horas siguientes a la aplicación o ingestión.
- El aceite esencial de menta piperita no debe aplicarse nunca sobre una zona cutánea amplia (reacción de frío).
- Es indispensable un control médico para todos los pacientes con patologías de larga duración y para las personas de más edad, pues conviene verificar la ausencia de interacciones entre los AE y los tratamientos en curso.

En caso de ingestión accidental de una cantidad importante de aceite esencial, contacte el centro de toxicología más próximo.

### CONSERVACIÓN

Mantener en posición vertical y protegido de la luz y del calor.

## ¿CÓMO CONSERVAR LOS ACEITES ESENCIALES?

---

Siempre protegidos de la luz y en su envase original de cristal. Mantener alejados también de cualquier fuente de calor. Los aceites esenciales son frágiles y pueden alterarse si se conservan de una forma incorrecta.

Mantener alejados del alcance de los niños (armario cerrado con llave). Guardar los frascos con una etiqueta legible para evitar cualquier confusión.

## ¿CUÁLES SON LAS PROPIEDADES DE LOS ACEITES ESENCIALES?

---

Los aceites esenciales tienen numerosas propiedades medicinales que les son comunes. Son eficaces frente a numerosos gérmenes y virus distintos, así como frente a los hongos. Cada aceite esencial tiene su propia propiedad terapéutica específica. Para determinarla, es preciso seguir los consejos de la ficha técnica del fabricante o leer bibliografía muy especializada, preferentemente redactada por médicos o farmacéuticos.