

AROMATERAPIA BASICA (I)

Sobre Aceites Esenciales, Esencias y Aromas.

Muchos sois los que desde Pinsapo me habéis preguntado por mail sobre cómo diferenciar los aromas de las esencias, por qué hay tanta diferencia de precio entre unos y otros, las propiedades de algunas plantas, etc. Por eso he creído interesante realizar esta pequeña contribución, para compartir e intentar despejar las dudas más frecuentes sobre el tema. En esta primera parte os apunto la información general para aclarar los conceptos, y luego, en una segunda parte, os incluyo las principales propiedades cosméticas de algunas plantas, para poder darle aplicación en jabonería. Espero que todo esto os sirva de gran ayuda.

SOBRE ACEITES ESENCIALES, ESENCIAS Y AROMAS.

Uno de los temas que más lleva a confusión cuando hablamos de aromaterapia en general, es la obligada distinción entre Aceites Esenciales, Esencias y Aromas. Tal confusión no existiría ni tendría sentido, si comercialmente todo el mundo llamara a las cosas por su verdadero nombre. Pero esto es una cosa bastante difícil (exceptuando la venta directa desde un laboratorio o farmacia) y más si partimos de que no siempre interesa hacer esa distinción a nivel de márketing, pues un mismo producto, por ejemplo, está comprobado que se venderás más si se le llama «esencia» que si se le llama «aroma».

Veamos de forma clara y resumida las diferencias básicas entre los productos principales de aromaterapia: Aceites esenciales, Esencias (naturales y sintéticas) y Aromas (también llamados fragancias, y que pueden ser igualmente naturales o sintéticos)

ACEITES ESENCIALES

Proceden de la extracción directa por varios métodos de distintas partes de algunas plantas (raíz, corteza, hojas, bayas, flores, semillas...). De hecho, se necesitan cantidades enormes en peso de dichas plantas para poder llegar a obtener unos pocos mililitros de un **aceite esencial**, por lo que son aceites muy concentrados que encierran tanto el olor como todas las propiedades terapéuticas y medicinales de las plantas correspondientes. Debido a esta

concentración tan alta, no se pueden utilizar directamente sobre la piel, mucosas u órganos vitales, pues producirían una grave irritación. Son sólo de origen vegetal (es decir, no tienen correspondencia sintética) y no se pueden extraer de todas las plantas. Tampoco existen los aceites esenciales de frutas, que no sean cítricos. Deben envasarse en recipientes de vidrio de color ámbar, pues son fotosensibles (es decir, que se estropean de ser expuestos largo tiempo a la luz) y guardarse bien cerrados en lugares frescos y secos. Al ser aceites altamente volátiles, pierden sus propiedades si se someten a altas temperaturas. En general son extremadamente caros.

ESENCIAS NATURALES

Todo lo dicho para los aceites esenciales, es aplicable a las esencias naturales, la gran diferencia es que en éstas, su concentración de plantas es bastante menor (de hecho, algunas esencias proceden de aceites esenciales diluidos). A pesar de ello, no deben usarse tampoco sobre la piel directamente. Son también bastante caras, pero no llegan al desorbitado precio de los aceites esenciales.

ESENCIAS SINTÉTICAS

Al contrario que los aceites esenciales, las esencias sí admiten una «copia» sintética bastante aproximada, obtenida en laboratorio, y que permite rebajar muchísimo el coste de las mismas. Esto se debe a que las esencias sintéticas imitan casi a la perfección el aroma de la planta correspondiente, pero a cambio NO tienen ninguna de las propiedades benéficas de dicha planta. En principio no necesitan almacenarse en envases especiales y de hecho por lo general se venden en botes de plástico, si bien a veces se encuentran también en vidrio ámbar por tema exclusivamente de márketing. Pueden ser también irritantes para la piel, pero en este caso no sería debido a la concentración de extracto activo, sino a una pura reacción química de la piel contra un producto totalmente sintético.

AROMAS (FRAGANCIAS) NATURALES

Son subproductos olorosos que proceden de una «madre» de esencia natural, pero que se ha

diluido muchísimo. Por ello, son bastante asequibles en precio, pero dada su baja concentración de principio activo, no las hace especialmente útiles. Así, muy pocos laboratorios consideran rentable comercializar este producto, ya que aproximadamente por el mismo precio se puede encontrar una buena esencia sintética.

AROMAS (FRAGANCIAS) SINTÉTICAS

Son igualmente esencias sintéticas muy rebajadas, y por ello son las más populares para velas y jabones tanto por precio como por variedades impensables de encontrar de forma natural. Comercialmente se las suele llamar también «esencias» pero desde luego por lo general no lo son.

Bien, ahora ya tenemos claro qué es realmente cada cosa. Pero de ahí a que podamos comprar lo que realmente deseamos en el mundo real, puede haber un abismo. Veamos algunos consejos a considerar para intentar acertar comprando entre lo que se vende comercialmente:

1. Factor Precio: El precio puede ser orientativo a la hora de saber qué producto estamos realmente comprando. Para que tengáis una idea, a día de hoy y hablando por ejemplo de rosas, tenemos que para una misma cantidad de 100 ml, un aroma sintético de rosa nos costará unos 5 euros; una esencia sintética normalita de rosas, andará alrededor de unos 15 euros; si se trata ya de una esencia natural de rosas, la podremos encontrar a partir de unos 40 euros en adelante, dependiendo de la calidad de la rosa; y si finalmente si estamos hablando de [aceite esencial](#) de rosa, podremos llegar a pagar la friolera cifra de entre 700 y hasta 2000 euros los 100 ml. dependiendo de la variedad de rosa que se trate...

2. No obstante, valiéndose de eso, muchos comercios se aprovechan cobrando a precios de esencias lo que realmente son solo aromas. Para asegurarnos, por más caro que nos vendan algo que le llamen «[aceite esencial](#)» o «esencia natural», sólo puede certificarse que lo es con su correspondiente análisis de laboratorio. De hecho, los aceites esenciales y las esencias naturales no te las venden sin él. Por ello, para adquirir estos productos lo mejor es dirigirse directamente a un laboratorio farmacéutico.

3. Otro factor de error: Las esencias y aceites esenciales naturales deben venir obligatoriamente envasados en vidrio de color ámbar y una etiqueta muy explícita. Pero ojo, porque no todo lo que se vende en bote de cristal ámbar es una esencia natural... Para que así sea, debe ponerlo y aparecer etiquetada como tal, con su nombre botánico en castellano y en latín, con los datos del laboratorio que la elabora, nº de lote, tipo de uso y precauciones, etc. Todo lo que venga etiquetado de otro modo, aunque sea en un bote de cristal ámbar, no es ni una esencia natural ni un **aceite esencial**.

4. Variedades imposibles: Como hemos dicho, no de todas las plantas se puede obtener un **aceite esencial** y mucho menos de las frutas que no sean cítricos. Así, una «esencia» de miel, de manzana, de mora, de ron, de brisa marina, etc, por fuerza ha de ser sintética, nunca será natural.

EN RESUMEN:

Una vez visto todo esto, y siendo ya un poco conscientes a la hora de comprar, la gente siempre me pregunta lo siguiente: «¿Y qué es mejor usar?» Y mi respuesta siempre es la misma: «¿Mejor PARA QUÉ?»

La idea es que si quieres hacer un bonito jabón lila que sencillamente huela a lavanda, lo más lógico es que uses un aroma sintético de lavanda y no te gastes un dineral en una esencia natural. Ahora bien, si tienes problemas de piel y quieres beneficiarte de las propiedades antisépticas y antiinflamatorias de la lavanda, entonces SI debes usar esencia natural, ya que ninguna de las variedades sintéticas te serviría en ese caso.

Espero haber aclarado muchas de vuestras dudas y de todos modos, si alguien tiene alguna más, dejadla en comentarios y estaré encantada de ayudaros.

Saludillos jabonosos

Yuh OoºoOº

Nota:

Texto autorizado por la autora para su difusión exclusiva en pinsapo.com © Copyright Judith



Prior. Si la amiga Judith se vuelve a registrar y me informa, le asignaremos de nuevo sus artículos como autora.