

# Aceites Esenciales

Os pongo aceites esenciales clasificados por sus notas, y con lo que puede combinar, eso si cada vez que hagais un aroma, apuntar lo que vais haciendo, porque si sale bien (que seguro que si), luego es muy desagradable no acordaros de los gr., o ml. que habéis puesto.

Basándonos en el tiempo de evaporización podemos distinguir entre notas Altas, Medias y Bajas, las notas Altas se volatilizan más rápido, las notas Bajas se volatilizan más lentamente, y pueden servir de fijadores y las notas medias un tiempo intermedio. La prueba final es colocar unas gotas de aceite esencial sobre un algodón limpio e inodoro, situarlo en una habitación cerrada que tenga una temperatura de entre 18º-19ºC y dejarlo allí durante 24 horas, comprobando cada seis horas la intensidad del aroma.

Cada aceite esencial tiene un nombre común y otro latino. El nombre latino se usa más a menudo en la comunidad médica.

Aunque los aceites esenciales llevan el nombre de "aceites", no son aceitosos. Son poco deslizantes por sí solos, y se usa una cantidad muy pequeña de aceite esencial para realizar cualquier tipo de tratamiento.

Para trabajar con los aceites esenciales es importante comprender el concepto de "notas". Los aceites esenciales se utilizan para elaborar perfumes, y para crear un perfume, las notas son las que determinan la fragancia final de la mezcla de los aceites.

## NOTAS ALTAS

Los aceites con esta nota son fuertemente penetrantes, con olor fuerte, son estimulantes, inspiradores y volátiles por naturaleza. El aroma puede durar hasta 24 horas, sin embargo, su mayor influencia se produce realmente en el primer momento del contacto.

Éste es el grupo más potente de los aceites esenciales. Cuando se aplican en la superficie de la piel, el cliente experimenta o bien una sensación de frescor o de calor. Estos aceites esenciales no producen una sensación de tibieza. Como nota general use MENOS gotas de notas altas en la fórmula. No todas las notas altas deben manejarse de esta manera; alguna de las excepciones son el limón y el petitgrain.

ALBAHACA: (Bergamote, Geranio, Hisopo)

AMARO: (Cedro, Cítricos, Enebro, Geranio, Jazmín, Lavanda, Olíbano, Sándalo)

ÁRBOL DEL TÉ: (Ciprés, Jazmín, Lavanda, Naranja)

BERGAMOTO: (Ciprés, Jazmín, Lavanda, Naranja)

CAJEPUT: (Romerro, Enebro)

COMINO: (Orégano, Anís, Eucalipto)

CORIANDRO: (Romero, Anís, Hierba luisa)

EUCALIPTO: (Benjuí, Lavanda, Pino)

LEMONGRAS: (Geranio, Jazmín, Lavanda)

LIMÓN: (Lavanda, Naranja)

NARANJO AMARGO: (Tomillo)

NIAOULÍ: (Lavanda, Salvia, Eucalipto)

SALVIA: (Bergamote, Hisopo, Lavanda, Limón, Romero)

## NOTAS MEDIAS

Son aceites esenciales que constituyen el grueso de la fórmula. La intensidad de su olor se asemeja a la de las notas altas, estos aromas pueden durar hasta tres días. En las fórmulas éstos actúan como ecualizadores, ya que son capaces de controlar la intensidad o la mayor actividad de los aceites esenciales, éstos tienen fragancias que realmente gustan a la gente y, por lo tanto, a menudo constituyen hasta el 50 % de la fórmula.

AJEDREA: (Salvia, Eucalipto, Hisopo)  
ALCANFOR: (Olíbano)  
ANÍS: (Ajedrea, Hinojo)  
CIPRÉS: (Enebro, Lavanda, Pino, Sándalo)  
ENEBRO: (Benjuí, Ciprés, Lanada, Sándalo)  
GERANIO: (Albahaca, Cítricos, Rosa)  
HINOJO: (Geranio, Lavanda, Rosa, Sándalo)  
HISOPO: (Amaro, Cítricos, Lavanda, Romero, Salvia)  
LAVANDA: (Amaro, Cítricos, Patchouli, Pino, Romero)  
MANZANILLA: (Geranio, Lavanda, Patchouli, Rosa)  
MELISA: (Geranio, Lavanda, Naranja, Ylang Ylang)  
MEJORANA: (Bergamota, Lavanda, Romero)  
MENTA PIPERITA: (Benjuí, Romero)  
PIMIENTA NEGRA: (Olíbano, Sándalo)  
PINO: (Cedro, Romero, Salvia)  
ROMERO: (Albahaca, Cedro, Cítricos, Lavanda, Menta, Olíbano)  
TOMILLO: (Bergamota, Limón, Melisa, Romero)

## NOTAS BAJAS O BASES

Las notas bases producen una impresión más duradera, ya que sus aromas pueden durar hasta una semana. En la fórmula, la penetración y la intensidad de las notas bases hacen más profunda y enriquecedora la mezcla. Muchos aceites de ésta categoría tienen la capacidad de penetrar en la piel mucho más profundamente que todos los demás. En el momento del contacto inicial con la nariz, puede que el aroma no sea particularmente intenso, pero si se deja en la piel puede alcanzar un olor muy fuerte.

BENJUÍ: (Rosa, Sándalo)  
CALÉNDULA: (Lavanda, Limón)  
CANELA: (Tomillo)  
CEDRO: (Bergamota, Ciprés, Enebro, Jazmín, Naranja, Romero)  
CLAVO: (Salvia, Tomillo)  
ESTRAGÓN: (Salvia)  
GENJIBRE: (Anís, Romero)  
JAZMÍN: (Casi todos, sobre todo cítricos)  
MIRRA: (Alcanfor, Lavanda)  
NARANJA: (Amaro, Benjuí, Geranio, Lavanda)  
NUEZ MOSCADA: (Romero, Menta)  
OLÍBANO: (Albahaca, Alcanfor, Cítricos, geranio, Lavanda, pimienta negra, Pino, Sándalo) ORÉGANO: (Mejorana)  
PATCHOULI: (Bergamota, Geranio, Lavanda, Mirra, Naranja, pino, Rosa)  
ROSA: (Amaro, Bergamota, Geranio, Jazmín, Patchouli, Sándalo, etc)  
SÁNDALO: (Benjuí, Ciprés, Naranja, Olíbano, Pimienta negra, Ylang Ylang)  
YLANG-YLANG: (Jazmín, Sándalo)

| NOMBRE COMÚN      | NOMBRE LATINO           | NOMBRE COMÚN         | NOMBRE LATINO             |
|-------------------|-------------------------|----------------------|---------------------------|
| ABEDUL            | Betula lenta            | ABETO                | Alries balsamea           |
| AJENJO            | Artemisia vulgaris      | ALBAHACA             | Ocimum basilicum          |
| ALCANFOR          | Cinnamomum canfora      | ANGÉLICA             | Angelica archangelic      |
| ANÍS              | Pimpinella anisum       | ÁRBOL DE TE          | Melaleuca alternifolia    |
| ARRAYÁN           | Myrtus communis         | BENJUÍ               | Styraz benzoin            |
| BERGAMOTA         | Citrus bergamina        | BOIS DE ROSE         | Aniba roseodora           |
| CAMOMILA ALEMANA  | Matricaria chamomila    | CAMOMILA AZUL        | Ormenis multicoloris      |
| CAMOMILA MIXTA    | Anthemis mixta          | CAMOMILA ROMANA      | Anthemis mobilis          |
| CANELA            | Cinnamomum zeylanicum   | CARDAMOMO            | Elettaria cardamomum      |
| CARVI             | Carum carvi             | CAYEPUT              | Melaleuca leucadendrom    |
| CIPRÉS            | Cupressis sempervivens  | CITISO               | Cistus landaniferus       |
| CITRONELA         | Cymbopogon nardus       | CLAVO                | Eugenia caryophyllata     |
| CLEMENTINA        | Citrus reticulata       | COMINO               | Cuminum cyminum           |
| CORTEZA DE CANELA | Cinnamomum zeylanicum   | CULANTRO             | Coriandrum sativum        |
| ELEMI             | Canarium luzonicum      | ENEBRO               | Juniperus communis        |
| ENELDO            | Anethum graveolens      | ESPIGA               | Lavandula spica           |
| ESTRAGÓN          | Artemisa dracunculus    | EUCALIPTO            | Eucalyptus globulus       |
| EUCALIPTO LIMÓN   | Eucalyptus citriodora   | EUCALIPTO MENTA      | Eucalyptus dive           |
| EUCALIPTO RADIATA | Eucalyptus dive         | GÁLBANO              | Ferula galbaniflua        |
| GERANIO           | Pelargonium graveolens  | HIERBABUENA          | Mentha spicata            |
| HINOJO            | Foeniculum vulgare      | HISOPO               | Hyssopus officinalis      |
| HOJA DE VIOLETA   | Viola odorata           | INCIENSO             | Boswellia thurifera       |
| JAZMÍN            | Jasminum officinale     | JENGIBRE (RAIZ DE)   | Zingiber officinale       |
| LAUREL            | Pimenta racemosa        | LAVANDA              | Lavandula officinalis     |
| LAVANDINA         | Lavandula fragans       | LIMA                 | Citrus aurantifolia       |
| LIMÓN             | Citrus limonum          | LIMÓN VERBENA        | Citroidora lippia         |
| LOVAGE (RAIZ DE)  | Levisticum officinale   | LÚPULO               | Humulus lupulus           |
| MACIS             | Myristica fragans       | MADERA DE CEDRO      | Cedrus atlantica          |
| MANDARINA         | Citrus nobilis          | MEJORANA             | Origanum marjorana        |
| MELISA            | Melissa officinalis     | MENTA                | Mentha piperanta          |
| MILENRAMA         | Achillea millenfolium   | MIRRA                | Commiphora myrrha         |
| NARANJA           | Citrus aurantium        | NEROLI               | Citrus bagaradia          |
| NIAOULI           | Melaleuca viridiflora   | NUEZ MOSCADA         | Myristica fragans         |
| ORÉGANO           | Origanum vulgare        | PALMAROSA            | Cymbopogon martini        |
| PASTO LIMÓN       | Cymbopogon citratus     | PATCHOULÍ            | Pogostemon patchouli      |
| PENNYROYAL        | Mentha pugelium         | PEREJIL              | Petroselinum sativum      |
| PETITGRAIN        | Citrus aurantium        | PICEA                | Picea mariana             |
| PIMIENTA          | Piper nigrum            | PIMIENTA NEGRA       | Piper nigrum              |
| PIMIENTO          | Pimienta officinalis    | PINO                 | Pinus silvestris          |
| POMELO            | Citrus paradisi         | RAVENALA             | Ravensara aromatica       |
| ROMERO            | Rosmarinum officinalis  | ROSA DE MARUECOS     | Rosa damasacena           |
| ROSA BÚLGARA      | Rosa damasacena         | SALVIA               | Salvia officinalis        |
| SALVIA CLARA      | Salvia sclarea          | SÁNDALO              | Santalum album            |
| SIEMPREVIVA       | Gnaphalium polycephalum | SIEMPREVIVA ITALIANA | Helichrysum angustifolium |
| TAGETES           | Tagetes patula          | TEREBINTO            | Pinus maritimus           |
| TOMILLO           | Thymus                  | TOMILLO LIMÓN        | Thymus hiemalis           |
| TOMILLO ROJO      | Vulgaris Thymus         | TOMILLO SALSERO      | Satureia montana          |
| VALERIANA         | Valeriana officinalis   | VETIVER              | Vetiveria zizanoides      |
| YLANG-YLANG       | Calanga odorata         | ZANAHORIA            | Daucus carota             |