

Material Imprimible

Curso Elaboración de velas, jabones y difusores aromáticos

Módulo Elaboración paso a paso

Contenidos:

- Sales de baño
- Velas aromáticas
- Sahumerios caseros
- Jabones aromáticos
- Pomadas
- Difusores de ambiente
- Body splash
- Bolsas aromáticas

Realización de sales aromáticas

Las sales aromáticas sirven para realizar baños y son muchas, por lo que vamos a nombrar las más conocidas y las que seguramente vayan a conseguir con más facilidad.

Primeramente diremos que tenemos que tener la precaución de no usar algunas de ellas todos los días o frecuentemente debido a la cantidad de minerales que tienen. Cuando los mismos son abundantes puede dañar a la piel y disminuir la presión arterial o la glucemia, es decir, el azúcar en sangre.

También se recomienda controlar no solo el tipo de sal, sino la cantidad que se emplee. De ahí la importancia de usar menos cantidad de sal y controlada para poder emplear sus poderes y funciones de cada uno de las sales según los aceites esenciales que se usen. En la mayoría de los casos se las utiliza con algunos fines terapéuticos, tales como relajación, dolores, sobre todo los musculares, alivio de tensión, de dolor de cabeza, entre otros.

Estas esencias van a ser absorbidas por la piel mediante la ósmosis, es decir, que los minerales se diluirán en agua y se absorberá en la piel.

Además, algunas sales tienen fosfatos, lo que beneficia a la piel, ya que la exfolia, suaviza, la mantiene tensa, y ayudan a eliminar los callos y la piel muerta.

Otro efecto beneficioso de las sales es que aumenta la flotabilidad, y eso hace que el cuerpo se sienta más ligero, lo que favorece mucho a la relajación.

Ahora bien. Existen dos grandes grupos de sales según su obtención: unas son las extraídas de salinas mediante la evaporación, y otras son minerales extraídos de minas que provienen de montañas o de las llamadas montañas salinas.

Todas estas están formadas por dos minerales: el cloro y el sodio, lo que genera el cloruro de sodio, pero van a tener más y diversos minerales según la zona en la que se los extraiga.

Otro de los puntos importantes a tener en cuenta cuando hablamos de las clasificaciones es que existen tres tipos de sales de mesa: la sal de mesa propiamente dicha, la sal marina y la sal gema. Estas tres se componen de cloruro de sodio cristalizado, que es un mineral soluble al agua y muy duro cuando se lo extrae y fácilmente destructible cuando está en contacto con el agua, ya que se disuelve sin esfuerzo por su gran capacidad de solubilidad.

Algunas religiones y creencias consideran que sirven para mejorar el estrés, para serenarnos, liberar el mal de ojo, y mantener el equilibrio emocional. Sirve también como protección, elevando la vibración y la armonía y calma.

Según la Organización Mundial de la Salud, la sal de mesa convencional es cloruro de sodio con agregado de yodo y es más refinada.

Por su lado, la sal marina también está formada por cloruro de sodio y se la extrae de los mismos lugares que la sal de mesa, pero está mucho menos refinada y eso hace que contenga más cantidad de minerales, como calcio, magnesio, potasio, yodo y manganeso.

Por último, la sal gema también está formada por cloruro de sodio pero cristalizada, y se extrae de las montañas, de yacimientos.

Otro tipo de sal que deben conocer es la sal rosa del Himalaya. Como su nombre lo indica, se la extrae del Himalaya y tiene mucho valor nutricional por sus propiedades.

Seguramente la deben haber visto en las llamadas lámparas de sal, que se recomiendan que estén encendidas en las casas para dar calidez y amor propio, sumado a que se la suele complementar con aromas similares a la lavanda, sándalo o florales, que aportan sentimientos de amor, felicidad y tranquilidad.

De igual manera, se la utiliza mucho para los dolores musculares para relajar los músculos, pero cuidado, que como tiene mucha cantidad de magnesio, su uso frecuente puede generar una baja de presión.

Ahora bien. Para realizar sales de baño vamos a necesitar:

- un tarrito o frasco de vidrio
- un bowl
- una cuchara
- una sal de base
- aceites aromáticos
- y pétalos de flor o cáscaras de cítricos

En algunos casos también se les puede agregar hierbas; todo va a depender de lo que quieran lograr. También se les podría agregar bicarbonato de sodio, ya que ayuda a

mantener el producto en condiciones de uso; y muchas personas le agregan colorantes específicos pero en muy poca cantidad.

Lo primero que tenemos que hacer es llenar el bowl de sal según la cantidad aproximada del frasco en el que luego lo vamos a almacenar.

A esa sal se le pueden agregar, por ejemplo, pétalos de rosa, que pueden estar deshidratados, o pétalos de otra flor que ustedes deseen. También se pueden moler con un mortero, pero tengan en cuenta que los pétalos o capullos le dan textura y color a las sales. De igual manera, se le pueden agregar cáscaras de cítricos.

Luego, si quieren, le pueden agregar colorantes. Tengan en cuenta que la receta siempre se va a personalizar en función a lo que ustedes quieran, lo que quieran regalar o si lo van a realizar para un emprendimiento de venta.

El siguiente paso consiste en agregar los aceites esenciales. Empiecen probando con 3 a 5 gotas y sientan el aroma. En caso de que lo deseen pueden colocar más pero de a poco, para que el aroma no sea tan intenso o no se pasen con la cantidad.

Una vez que obtenemos el resultado que queremos lo envasamos directamente con la ayuda de una cuchara y lo guardamos hasta su uso. Sepan que siempre el envase debe estar rotulado para saber qué tiempo de sal aromática es.

Realización de velas aromáticas

Las velas aromáticas son vistosas, es decir, que no solo se usan para decorar, sino también para consagrar, relajar, iluminar y para sentir sus aromas a aceites esenciales.

Existen diferentes tipos de ceras para hacer velas. Las ceras vegetales son las más usadas, ya que son menos contaminantes y además su acabado es mucho mejor. Estas son una gran alternativa a las ceras de origen mineral, como la parafina.

Existen tres tipos de ceras vegetales: la de soja, la de coco y la de palma.

La cera de soja se obtiene de la soja propiamente dicha, y el aceite pasa por un proceso de hidrogenación para volverse sólido.

A esta cera se la puede usar sola o con otros aceites, su punto de fusión es de 40°C, y la fragancia se debe colocar cuando está a una temperatura de 37°C.

Si se la usa con parafina, se recomienda usar 50% y 50% de cada una de ellas; pero cuidado, porque el punto de fusión de la parafina es diferente, por lo que habría que tener en cuenta este aspecto al realizarla.

Por su lado, la cera de aceite de coco es económica, se la usa mucho con diversos aceites esenciales o mezclas de los mismos ya que no posee aroma, y su punto de fusión es entre 37 y 39°C.

El aceite de palma se obtiene del árbol llamado elaeis guineensis y la cera tiene una mayor dureza a comparación de las dos anteriores. Además tiene una textura cristalina, se la puede mezclar con diversos colores, ya que es biodegradable e inofensiva para la salud, y su punto de fusión es de 60°C.

De igual manera, a las velas se le agregan aditivos para que obtenga firmeza y para que se adhieran de mejor manera las fragancias de los aceites.

Existen muchos aditivos para velas, pero el más usado es el ácido esteárico, que se usa para dar dureza y firmeza a la cera, y para lograr una mezcla más homogénea.

La cantidad de aditivo se calcula en función al volumen total de nuestra vela, y se debe usar entre el 3 y el 10%.

Otro punto importante a tener en cuenta para el armado de las velas es la elección de los pabilos y las mechas.

Los pabilos están formados por algodón pero trenzado entre sí formando un único elemento firme y con rigidez. Estos pueden ser de metal, algodón o de papel, y suele ser duro y rígido.

Las mechas, en cambio, son de hilo de algodón y su uso está recomendado en las velas de bajo punto de fusión, ya que brinda buen diámetro de quemado y superficie. No obstante, es esencial considerar la longitud de la mecha, dado que si la misma es muy larga puede quemar el recipiente de la vela.

Según el tipo de cera y el frasco o recipiente a usar se va a determinar la mecha o el pabilo.

Otra opción es colocar en un frasco dos pabilos o mechas. Los invitamos a ver el material complementario para evaluar su uso.

La fragancia de la vela va a estar constituida por uno o más aceites esenciales, a los que se los agregará a una temperatura no tan alta, ya que se pueden evaporar.

Asimismo, es importante la cantidad de gotas a agregar en la vela. Por ejemplo, para hacer una vela normal, se sugiere agregar el 5%, pero si lo que queremos lograr es fabricar una vela aromática, debemos agregar el 10% más un aditivo para conservar su aroma.

Si se coloca un aceite esencial, se calculan 5 gotas en 100 gramos de cera.

Los colorantes también son muy importantes, pero solo se pueden usar aquellos que son soluble en ceras y no en agua, ya que no se podrían disolver y los terminaríamos tirando. Los colorantes pueden ser líquidos, en polvo, o anilinas. Los más usados son los líquidos, pero la desventaja es que no son fáciles de conseguir. Los que son en polvo se deben mezclar bien con aceites antes de colocarlos y son los que dan mayor tinte. Por su lado, las anilinas se dispersan mucho y manchan demasiado, por lo que les sugerimos tener cuidado con la ropa y con sus manos, por lo que se recomienda siempre usar guantes.

El tiempo que dure la vela va a depender del tamaño del frasco que hayamos elegido. Por cada pulgada de profundidad, la vela dura una hora encendida.

Para realizar velas vamos a necesitar:

- Cera
- pétalos de flores o hierbas
- aceites esenciales
- Colorantes
- Mecha o pabilo
- y el envase, ya sea una lata o un frasco de cristal.

Bien. El primer paso consiste en colocar la mecha en el envase con un palito en transversal, llamado porta pabilo o porta mecha, para que cuando coloquemos la cera no se caiga la misma. Cada uno tendrá su técnica pero lo importante es que no se nos caiga la mecha cuando coloquemos la cera.

El segundo paso es colocar la cera a baño María para derretirla, ya que a la misma la van a encontrar en estado sólido. Sepan que siempre es razonable usar la técnica del baño María porque se evita que la cera alcance más rápido la temperatura, se manche o que se quemé la vela.

Una vez derretida la cera le vamos a poner el colorante y los aceites esenciales. No obstante, al colocar el aceite esencial hay que tener cuidado con la temperatura que posee la cera en ese momento, porque en caso de altas temperaturas se pueden afectar sus propiedades, es decir, que se volatilizan las moléculas aromáticas, se pierde su principio activo.

Se recomienda colocar entre 8 a 10 gotas de aceite en caso de que se utilice un recipiente pequeño, y se podrían agregar más aún si es mayor el tamaño del recipiente de la vela.

Posteriormente debemos colocar la cera en el recipiente seleccionado, ya con la mecha o pabilo colocado y sujeto. Si la base de la superficie del envase no está bien sellada o es irregular, se recomienda realizar una base con cera recubriéndola por completo. Si parte de la cera se desplaza hacia afuera es porque la base está rota.

Una vez terminado vamos a tapar la vela. Pasadas unas horas ya estará sólida, por lo que podremos retirar los palillos que sujetaban la mecha y estará lista para usar o comercializar.

Si la mecha quedó más larga en relación a la superficie de la vela, la debemos cortar con una tijera.

Una vez allí, sobre la misma, podemos colocar flores secas, semillas, maderas, ramitas de canela o hierbas, dependiendo del aceite esencial que se haya utilizado y las funciones que queramos darle a la vela.

Por último nos preguntamos... ¿Cómo se guarda la vela? No necesita estar tapada ni colocada en un frasco que la contenga. Si la fragancia es buena y si los aceites esenciales son de buena calidad, la fragancia se va a mantener. De hecho, el aroma se va a potenciar cada vez que se la prenda. Si el frasco tiene tapa sí se recomienda su uso solo para que no se ensucie.

Realización de sahumerios

Su origen es americano, y fueron muy utilizados como incienso por los mesoamericanos de la antigüedad durante las ceremonias que se celebraban en los templos.

Asimismo, según los datos conocidos, en el antiguo Egipto, en Babilonia y en Grecia ya se recurría a los sumerios para alejar los malos espíritus o cualquier otra energía negativa que flotaba en el lugar.

La primera acepción del término sahumero en el diccionario de la Real Academia Española refiere al proceso y el resultado de sahumar. Este verbo hace mención a generar un humo con aroma para lograr que algo tenga un perfume agradable o para proceder a su purificación.

Los sahumeros generan ideas positivas, confieren seguridad, atraen prosperidad y calman los dolores de cabeza y el insomnio.

Un sahumero encendido nos puede durar, aproximadamente, 20 horas, pero esto depende del tiempo que lo mantengamos prendido. No obstante, no es necesario prenderlo por mucho tiempo, ya que saca bastante humo.

Un sahumero puede ser un incienso o bien algún elemento de la naturaleza, como madera, plantas, flores... lo que sea, pero es aconsejable que desprenda un buen aroma para que nos ayude a relajarnos y a mejorar las vibras del lugar que nos interese, como nuestra casa o nuestro lugar de trabajo.

Además podemos decir que existen los sahumeros de 7 poderes, que son poderosos contra las energías negativas, atrayendo a las positivas, y además nos ayuda a purificar cada ambiente. Asimismo son muy utilizados para la concentración, la claridad intelectual, la meditación y la elevación espiritual.

Estos poseen aroma de Benjuí, Sándalo, Incienso, Mirra, Nardo, Almizcle y Ámbar.

Por su lado, los aromas relajantes más recomendados son la lavanda, que es ideal para conciliar el sueño, relajar el cuerpo y calmar dolencias relacionadas con el estrés; los cítricos, como la manzana verde; los florales como el geranio, ylang ylang y la vainilla. Esta última es ideal para las épocas de exámenes, dado que promueve la tranquilidad en el ámbito del estudio.

Ahora bien. Para realizar sahumeros vamos a necesitar:

- Recipiente
- Bowl
- Palitos de brochette
- Fécula de maíz
- Agua

- Aceites esenciales
- Colorantes
- Té de salitre
- Y harina de madera

Primero vamos a colocar en un recipiente el agua y le vamos a agregar la fécula de maíz, y una vez allí lo vamos a llevar a fuego directo y revolveremos hasta que se espese la mezcla. La proporción es la siguiente: cada 250 centímetros cúbicos de agua, añadiremos 15 gramos de fécula.

Además, lo ideal es que no se generen grumos, por lo que hay que revolver todo el tiempo, sumado a que es de gran ayuda entibiar el agua y luego disolver el almidón de maíz, ya que en frío es más probable que se generen grumos. En caso de presencia de los mismos, los deberán romper con algún utensilio, como una cuchara o tenedor.

Una vez que la mezcla esté espesa, debemos colocarla en un bowl y alejarla del fuego para que no se cocine y la dejamos entibiar.

Una vez que esté tibia, le agregamos una cucharadita de té de salitre, es decir, nitrato de potasio, que ayuda a que el sahumero queme mejor, y revolveremos hasta que quede unificado. La medida del té de salitre es de entre 8 a 10 gramos en 100 centímetros cúbicos de agua.

Posteriormente le agregamos harina de madera, que es utilizada como agente de filtración y para la extracción de almidón y glucosa. Este elemento es similar a un polvo de color madera anaranjado.

Lo siguiente que tenemos que hacer es ponerle la mezcla a cada una de las varillas, y una vez que se impregna, se los debe colocar hacia abajo para que caiga el excedente. Lo recomendable es que se los vaya colocando parados sobre una superficie de telgopor, por ejemplo, ya que nos permitirá pinchar. Se deben realizar entre tres a cuatro pasadas cada una de las varillas, y luego de cada pasada se las debe dejar secar por 24 horas. No obstante, es importante no pasarse más de 3 o 4 días, ya que al contener almidón de maíz, puede generar hongos.

Antes de perfumarlos debemos probar si prenden, y esto siempre tenemos que hacerlo con fósforo.

El siguiente paso consiste en teñir el sahumerio, y se puede hacer con colorantes vegetales o anilinas al alcohol, aunque al agregar la esencia, la masa tomará su tonalidad.

Finalmente, se los debe aromatizar, y para eso debemos colocar en un recipiente o en un plato el aromatizante y pasar el sahumerio por el aceite esencial. Una vez húmedo, tenemos que colocarlo parado de la misma manera que antes para dejarlo secar. Pueden hacerse una o dos pasadas, y una vez perfumados, se los tiene que dejar secar por uno o dos días.

Una cuestión a tener en cuenta es que un sahumerio puede no sahumar por un inadecuado secado por falta de tiempo, es decir, por dejarlo secar menos de 24 horas, o por el exceso de cocción del almidón de maíz.

Realización de jabones aromáticos

Para realizar jabones vamos a necesitar los siguientes materiales:

- Recipiente
- Glicerina
- aceite esencial
- flores o hierbas
- colorante a elección
- y recipientes de silicona

Lo primero que hay que hacer es tomar la glicerina y fundirla hasta que alcance un estado líquido. Recuerden que lo ideal siempre es trabajar a baño María para que no se queme.

Luego, si queremos, podemos ponerle flores o hierbas bien picadas y trituradas, como por ejemplo flores de lavanda, aloe vera, menta, entre otras, y allí debemos revolver lentamente hasta que se forme una pasta homogénea de textura y color similar.

Es aquí cuando agregamos el aceite esencial del aroma que elijamos. Lo ideal es poner de una a tres gotas si el tamaño de jabón es estándar, pero si el jabón va a ser más pequeño, a veces con una sola gota es suficiente.

A continuación se va a colocar la preparación ya homogénea en los moldes individuales para cada jabón. Muchas veces se usa un molde grande y luego se elige cortarlo, pero se corre el riesgo de que se rompan, por eso siempre son mejores los moldes individuales.

Después de llenar los moldes con la preparación debemos dejarlos secar hasta que se hayan solidificado por completo.

Por ejemplo, para hacer un jabón de limón, se debe colocar en un bowl la ralladura de limón y agregarle un poquito de alcohol.

Paralelamente en otro bowl se debe colocar el jabón de glicerina ya líquido bajo la técnica de baño María que explicamos antes.

Posteriormente debemos mezclar la ralladura con la glicerina y revolver lentamente.

A la preparación final le podemos agregar entre una a tres gotas de aceite esencial de limón, según el tamaño del molde, como dijimos antes.

Luego se debe colocar la preparación en los recipientes individuales, y si quieren agregarle alguna decoración lo deben hacer en el momento en el que se vierte la preparación lista en el molde. Esto es exclusivamente a elección de ustedes.

¿Quieren aprender a hacer jabón líquido con aromas agradables? Para hacer los jabones corporales aromáticos necesitamos:

- Glicerina
- aceite de almendras
- aceite esencial
- miel de abeja
- agua
- embudo
- y una botella para envasar

Lo primero que se hace es diluir a baño María el jabón de glicerina muy lentamente y con el fuego bajo para evitar que se quemé, como ya hemos hablado.

Luego, una vez que se haya derretido, se le agregan dos cucharadas soperas de aceite de almendras y luego una cucharada soperas de miel de abejas, y se mezcla hasta que se incorporen todos los ingredientes.

Una vez que se haya formado el sistema completo se le agregan unas gotas de la esencia elegida.

Posteriormente, con la ayuda del embudo, colocamos la mezcla en una botella con $\frac{1}{4}$ de taza de agua.

Por último debemos colocarle la tapa a la botella para agitarla y homogeneizarla. ¡Y listo! Ya podemos usarlo.

Realización de pomadas

Para realizar esta preparación necesitamos:

- Recipiente
- Flores o hierbas
- Cera
- Aceite de oliva extra virgen y orgánico o, en su defecto, de coco o almendras
- Colador
- Frasco o envase

Vamos a aprender a hacer una pomada de lavanda, por lo que el primer paso es conseguir la flor, pero tengan en cuenta que tiene que estar seca, nunca mojada ni húmeda, y no se debe secar directamente en los rayos del sol, sino a temperatura ambiente.

Una vez que tenemos la lavanda, debemos separar las hojas de las flores para prensarlas y alcanzar el peso. Se calcula que se precisa aproximadamente entre 30 a 50 gramos.

Luego colocamos las flores y hojas en un recipiente y le agregamos el aceite de oliva.

A esa mezcla la colocamos en baño María durante una hora y cada 15 o 20 minutos debemos revolver para que se vaya formando el sistema y para que las hojas y flores vayan absorbiendo el aceite. Verán que el aroma empezará a brotar.

Pasada la hora se va a colar el aceite para extraerle la lavanda lo máximo posible.

Posteriormente debemos colocar la preparación nuevamente en baño María y de a poco ir agregándole la cera previamente diluida. Allí deberemos revolver para que todo se vaya mezclando hasta que la cera se derrita por completo.

Una vez terminado se va a colocar la preparación en un frasco o envase, se la tapará y esperaremos que se enfríe a temperatura ambiente hasta que se solidifique. Esto puede tardar entre media y una hora.

Pasado ese tiempo podremos abrir el recipiente y controlar la textura de la pomada. Si ven y sienten que aún no solidificó al punto pomada, pueden dejarla enfriar unos 15 minutos más.

Realización de difusores ambientales

Los elementos que necesitamos son:

- alcohol, de preferencia al 100%
- varillas de madera o rattán
- agua
- frascos para colocar la esencia
- colorante
- y el aceite esencial que quieran

Primero debemos colocar de una a dos gotas de aceite esencial en el frasco. Esta cantidad de aceite es la ideal para un frasco estándar, pero si el mismo es muy grande, se debe colocar el doble.

Luego debemos agregar alcohol, de preferencia al 100%, hasta casi la mitad del frasco.

Posteriormente tenemos que revolver lentamente y se colocar agua hasta arriba del frasco, pero dejando un espacio para que no rebalse.

En este momento se puede colocar algún colorante para dar algún tinte específico que deseen, más aún si lo van a colocar en un frasco transparente.

Una vez terminado le deben colocar las varillas de madera o rattán.

Se deben esperar a que se mojen los palitos de uno a dos días y no se recomienda que se estén dando vueltas todo el tiempo, ya que con el tiempo, el aroma va a ir emanando.

Asimismo, el alcohol va a cumplir su función de que se vaya evaporando el aroma y desde allí que pueda ralentizar los ambientes con mayor facilidad. No les recomendamos dejarlos en lugares muy abiertos o cerca de las ventanas abiertas, porque si no, no se va a sentir el aroma.

Además, sepan que a mejor calidad del aceite esencial, más durabilidad va a tener nuestro aromatizador, sumado a que a los frascos los pueden decorar como quieran, con formas y colores a su gusto.

Para quienes les interesen, es una buena idea para invertir en un emprendimiento, complementando con información sobre los beneficios de cada uno de los aromas que van a usar.

Realización de *body splash*

Los elementos que necesitamos son:

- Una botella o frasco
- Embudo
- Agua
- Alcohol
- Aceite esencial

Lo primero que vamos a hacer es colocar el agua en el frasco o botella con ayuda del embudo para evitar que se nos caigan los líquidos y derrochemos material importante, y posteriormente debemos agregarle el alcohol. Mitad del frasco debe tener agua y la otra mitad, alcohol. Esa es la proporción.

Luego se agrega el aceite esencial que deseamos que tenga nuestro *body splash*. Puede ser un solo aroma o una mezcla.

Si queremos que sea liviano, se calculan 5 gotas, pero si queremos que esté más concentrado, debemos agregar 10 gotas.

¿Saben qué? A veces, en lugar de alcohol, se utiliza el vodka, ya que fija el olor y es un medio para transportar el aceite esencial que usamos. Además, no permite que el *body splash* tome olores desagradables, se ponga inadecuado o cambie su olor con el tiempo. No obstante, tengan en cuenta que dado que el alcohol se evapora mucho más rápido que el vodka, se debe colocar más cantidad.

Entonces, si queremos preparar un *body splash* con vodka se deben colocar 3/4 partes de vodka y el resto agua, es decir, que ponemos menos vodka, ya que no se va a evaporar tan rápidamente como el alcohol de farmacia.

En cuanto a los aceites podemos decir que dependiendo de la cantidad de aceites esenciales se sugiere calcular entre una a dos gotas por cada esencia. Recuerden no sobrepasar de 10 si quieren un aroma fuerte y no más de 5 si quieren aromas livianos.

Les proponemos que se animen a probar, a mezclar, a generar nuevos aromas y así innovar con las diferentes técnicas que han aprendido así mejoramos y estimulamos los beneficios de estos aceites.

Realización de bolsas aromáticas

¿Alguna vez escucharon sobre ellas? Las bolsas aromáticas son pequeños sacos que contienen algún componente que desprende buen olor.

Estas pueden usarse como elementos decorativos, así como también colocarlos en armarios y cajones para mantener el buen olor y combatir la humedad.

Para armar las bolsas aromáticas necesitamos:

- Flores o hierbas
- Aceite esencial
- Saco de arpillera o de tela
- Flores secas

El primer paso es colocar en el saco de arpillera o tela de 10 por 16 centímetros aproximadamente las flores o hierbas.

Luego debemos colocar las gotas del aceite esencial elegido.

Y posteriormente cerramos el saco con alguna cinta o con lo que deseemos.

También podemos hacer estas bolsas aromáticas con sales de baño. La diferencia con la preparación anterior es que aquí primero vamos a mezclar la sal con el aceite esencial y luego, una vez homogeneizado, lo vamos a colocar en la bolsa que elegimos. Tengan en cuenta que no se recomienda colocarle colorante a las sales ya que podría manchar la bolsa de tela o arpillera.

Otra forma de hacer aromatizantes es con los siguientes materiales:

- medio litro de suavizante aromático a elección
- 3 sobres de gelatina sin sabor, también llamada neutra
- bolsas de tela
- y un molde de vidrio

Comenzamos colocando el medio litro del suavizante en el recipiente donde vamos a trabajar. Sepan que cuanto mejor sea el mismo, mayor será el aroma y más durará.

A ese medio litro lo vamos a separar en dos mitades: a una le debemos colocar un sobre de gelatina y ponerla al fuego hasta que empiece a hervir, mientras que a la otra mitad le debemos poner dos sobres de gelatina pero no se debe colocar al fuego. A esta última la tenemos que revolver con una cuchara hasta que quede todo integrado y sin grumos hasta que vaya tomando consistencia.

Luego, la preparación que teníamos en el fuego se retira del mismo y se la mezcla con la que no estuvo en el calor, y se integran las dos preparaciones.

Una vez integrada, dejamos que se enfríe.

Posteriormente vamos a colocar la preparación en un molde de vidrio, dejándolo enfriar a temperatura ambiente.

Una vez frío, lo colocamos en la heladera con tapa durante un día. Es fundamental taparlo ya que, de lo contrario, va a eliminar sus aromas a la heladera y a los alimentos.

Una vez solidificado se lo desmolda y se lo va a cortar dándole las formas que ustedes quieran y se colocarán en las bolsitas que también hayan seleccionado para esta técnica.

Con todas las técnicas que hemos aprendido, ¡ya están listos para poder disfrutar de los mejores aromas! Verán cómo la aromaterapia va a cambiar sus energías, sus vidas y su vitalidad. ¡Anímense a descubrirla!

Para finalizar les queremos compartir una frase del escritor alemán Patrick Süskind, quien en su libro “El Perfume, historia de un asesino”, describe que “todo perfume contiene tres acordes. La cabeza, el corazón y la base. Se requiere de doce notas. El acorde de la cabeza contiene la primera impresión que dura unos cuantos minutos, antes de ceder al corazón, el tema del perfume que dura varias horas. Por último, el acorde es la base de la huella del perfume, que dura varios días”.