



PROGRAMA DEL CURSO DE AROMATERAPIA



LA AROMATERAPIA ES UNA DISCIPLINA TERAPÉUTICA QUE APROVECHA LAS PROPIEDADES DE LOS ACEITES ESENCIALES EXTRAIDOS DE LAS PLANTAS AROMÁTICAS, PARA RESTABLECER EL EQUILIBRIO Y ARMONIA DEL CUERPO Y DE LA MENTE PARA BENEFICIO DE NUESTRA SALUD Y BELLEZA.

LA PALABRA “AROMA” SIGNIFICA OLOR DULCE, Y “TERÁPIA” TRATAMIENTO DISEÑADO PARA CURAR. A DIFERENCIA DE OTRAS TERAPIAS, EL POTENCIAL CURATIVO DE LA AROMATERAPIA PROCEDE DE SU CAPACIDAD PARA PROMOVER LA RELAJACIÓN Y , AL MISMO TIEMPO GENERAR UNA SENSACIÓN DE ALEGRÍA O TRANQUILIDAD EN EL RECEPTOR.

Aromaterapia Módulo 1

Contenidos del presente Módulo

Bibliografía

Aromaterapia *Introducción:* Remedios caseros y curaciones hogareñas. Poesía de Juan Burghi “Muerte de un árbol”/ *Un poco de Historia/ Las instancias receptoras del aroma/ ¿Qué es la Aromaterapia?:* ¿Qué son los aceites esenciales? Funciones del Aceite Esencial. Propiedades. Aspecto Físico. Aspecto Químico: Categorías de los compuestos químicos. ¿Cómo se obtienen los Aceites Esenciales? Métodos básicos de extracción: Enfleurage, presión fría y destilación; procedimiento. Los concretos y absolutos. Otros procedimientos de extracción: incisión del vegetal, maceración por calor y la enfloración. Partes de la planta que son utilizadas para preparar los aceites: la planta entera, no florecida: melisa, geranio; la planta florecida: artemisa, estragón, menta, orégano, tomillo, verbena; las cimas florecidas del tallo: mejoran, matricaria, salvia, etc. Advertencia. Formas de aplicación/ *Plano de acceso de los aceites esenciales:* 1. Sistema Respiratorio: Hornillo; sahumerios; vaporizador; nebulizador; dispersor; lecho de virutas. 2. Sistema Dérmico: Prueba de la piel; aceites base: Masajes (piel seca, piel normal, piel grasa). Para un masaje sedante. Para un masaje afrodisíaco. Para calmar dolores. Para un masaje tónico. Para la circulación: Baños aromáticos; baño sedante (atardecer); baño energizante (mañana); baño afrodisíaco; para los pulmones; para los dolores reumáticos y musculares; para combatir la ansiedad, nerviosismo. Ejemplo de tratamiento con baño de inmersión utilizando elementos terapéuticos. Recomendación. Cosmetología y aroma-terapéutica: Pasos; preparación. Aceites esenciales para la piel: cuidados generales; cutis normal; cutis seco; cutis grasoso; piel con tendencia a retener líquidos; piel inflamada; piel sensible; acné; eczemas; seborrea; rejuvenecimiento; arrugas; bronceado. Aguas florales. Baño de vapor facial. Compresas. Máscara de arcilla: ingredientes necesarios; preparación. Problemas específicos y recomendaciones: Acné; cutis grasoso; cutis seco; piel sensible; piel vejeñada; cutis normal. Emplastos. Lociones, porciones, óleos corporales, aceites de baño y unciones: ingredientes; proporciones. Cuidado del cabello: Preparación; aceites esenciales recomendados: Masaje de cuero cabelludo; cabellos secos; cabellos normales; cabellos grasos; pérdida del cabello; afecciones del cuero cabelludo; caspa. Infusiones. Coccién. Maceración/ *Los diez Aceites de Purificación:* Cuestiones a tener presentes sobre la acción benéfica de los aceites esenciales. Agrupación de los aceites: 1. Aceite para los temperamentos (lavanda; geranio; olíbano; pino); 2. Aceite para las Actitudes emocionales (limón; sándalo; Ylang- Ylang; menta); 3. Aceites Auxiliares (eucalipto; mirra)/ *Diagnóstico y prescripción:* Diagnóstico por temperamento (lo que nos permite el diagnóstico y lo que finalmente conocemos con el mismo)/ *Duración y validez de los aceites esenciales:* Precauciones. Embarazo/ *Preparaciones caseras fáciles de hacer al alcance de todos:* Destilación a escala casera; aceites antiguos (cómo

prepararlos); conservación (cosas que se comprenderán sobre los aceites)/
Adulteraciones y problemas de calidad: Aceites esenciales del circuito comercial y razones de sus problemas de calidad/ *¿Cuál es la diferencia entre Aromaterapia y Fitoterapia?*: Las plantas descubiertas en el pasado que no se sabe sus efectos.
Producción de aceites esenciales. Cultivos. Esencias aromáticas que se encuentran en la naturaleza (Mirto: hojas y tronco; Canela: cortezas; Cedro: madera). Diferencias entre cultivos de plantas comestibles y producción de aceites esenciales/ *Relaciones interdisciplinarias:* Áreas de conexión: Cuadro de Aromaterapia: Área Energética (A.E.) y Área Tradicional (A.T.): a) Aromaterapia y Homeopatía; b) Aromaterapia y Medicina; c) Aromaterapia y Esencias Florales; d) Aromaterapia y Psicología; e) Aromaterapia y Gemoterapia ; c) Aromaterapia y Antropología; g) Aromaterapia y Cromoterapia; h) Aromaterapia y Sociología; i) Aromaterapia y Shiatsu; j) Aromaterapia y Kinesiología; k) Aromaterapia y Yoga; l) Aromaterapia y Farmacia; m) Aromaterapia y Acupuntura; n) Aromaterapia y Química; o) Aromaterapia y Reflexología.

Aromaterapia Módulo 1/ Evaluación



Aromaterapia Módulo 2

Contenidos del presente módulo

Bibliografía

Aromaterapia

Descripción de los Aceites Esenciales:

Palabra Clave. Descripción. Función. Aspecto Negativo y Aspecto Positivo. Lección. Clínica. Foto de Aceites Esenciales y Flores.

Las esencias aromáticas

Fotos. Traducción castellana. Nombre científico. Botánica. Historia. Componentes activo. Palabra clave. Descripción. Función. Aspecto negativo. Aspecto positivo. Lección. Clínica- repertorio sintomatológico: *Basil, Bergamot, Cajeput, Cedarwood, Cinnamon, Clavo, Comino, Ciprés, Chamomile, Dandelion, Estragon, Eucaliptus, Fennel, Garlic, Geranium, Hisopo, Juniper, Lavander, Lemon, Marjoram, Neroli, Niaouli, Patchouli, Peppermint, Pine, Rose y Rosemary.*

Aromaterapia Módulo 2/ Evaluación



Aromaterapia Módulo 3

Contenidos del presente módulo

Aromaterapia Descripción de los Aceites Esenciales: Palabra clave; descripción; función; aspecto negativo y aspecto positivo; lección; clínica/ *Esencias Aromáticas*: Sage; Sandalwood; tea-tree; tilo; tomillo; Ylang- Ylang (traducción castellana, nombre científico, botánica, historia, componentes activos, palabra clave, descripción, función, aspecto negativo, aspecto positivo, lección y clínica- repertorio sintomatológico)/ *Los 15 aceites vegetales vehículos*: Función, obtención y procedimiento. Descripción: Aceite de germen de trigo (componentes activos); aceite de oliva; aceite de prímula; aceite de avellana (composición); aceite de germen de maíz; aceite de cártamo (componentes activos); aceite de aguacate; aceite de sésamo (componentes activos); aceite de cáñamo (componentes activos); aceite de almendras (componentes activos); aceite de almendra de melocotón; aceite de almendras de albaricoque; aceite de cacao (componentes activos)/ *¿Cómo se forma un médico aromaterapeuta?* Historia/ *Aromaterapia y Medicina de terreno*: ¿Qué es el terreno?; significados de terreno orgánico. ¿Qué representa el terreno?; elementos: componente genético del terreno, componente central del terreno (representado por los sistemas: nervioso central o cerebro espinal, neurovegetativo y endócrino), componente periférico del terreno (el hígado, funciones, ¿existe realmente el ataque al hígado?; los riñones; los intestinos; la piel; los pulmones; el páncreas), cronobiología y ritmos biológicos, ¿qué es una medicina de terreno?: primer, segundo, tercer y cuarto tipo de trabajo/ *Acción de los aceites esenciales sobre los diferentes Niveles Terapéuticos*: A. Sobre el sistema neuroendócrino (1. Sistema nervioso central. 2. Sistema neurovegetativo. 3. Sistema endocrino) B. Sobre los órganos emuntorios: acción de drenaje de intensidad muy variable pero menor que la planta íntegra (1. Hígado/ vesícula. 2. Riñones. 3. Intestinos. 4. Piel. 5. Pulmones) C. En el nivel sintomático (1. Antibacterianas. 2. Vascular. 3. Aceites esenciales de acción antiespasmódica. 4. Aceites esenciales de acción antiinflamatoria. 5. Aceites esenciales de acción analgésica (que disminuyen el dolor) 6. Aceites esenciales de acción antineurálgica (que combaten el dolor debido a la excitación de un nervio). 7. Aceites esenciales de acción estimulante sobre las defensas del organismo (acción inmuno-estimulante)/ *¿Los antibióticos pueden ser reemplazados por la Aromaterapia?*: Historia; investigaciones; ejemplos; estudio in vivo y estudio in vitro; Aromatograma; principales aceites esenciales; para tratar una infección; cuándo se pueden reemplazar los antibióticos por los aceites esenciales/ *Algunos ejemplos de uso externo de la Aromaterapia*: En caso de herpes, de verrugas y para tratar o prevenir un catarro, para infecciones internas, especialmente pulmonares como bronquitis (Cuadros con proporciones de aceites, aplicación). También usado para otras patologías...

Aromaterapia Módulo 3/ Evaluación

Aromaterapia Módulo 4

Contenidos del presente Módulo

Aromaterapia y Medicina China *Estructura energética del ser humano:* La energía-vital; el Yin y el Yang y el Tao. Representación del Yin y el Yang: en los fenómenos naturales. En el cuerpo. Los síntomas. El ritmo cósmico, zodiacal, terrestre, cardíaco y respiratorio. Origen de la energía humana: La herencia, el impulso vital, la energía vital. Salud (equilibrio energético) y enfermedad (el desequilibrio)/ Teoría de los Cinco Elementos: Gráficos. Cuadro de ejemplos (Elemento; madera; fuego; tierra; metal y agua). Ley generativa y Ley de dominancia. Aplicación de la teoría en la filosofía médica china: Las relaciones de Inter.- generación e Inter.- dominancia entre los cinco órganos. Las leyes de generación y dominancia en el cuerpo humano. El proceso de la vida: Ciclo vital y mutación de la energía a la edad de los 10 años, a la edad de 20 años, a la edad de 30 años, a la edad de los 40 años, a la edad de 50 años, a la edad de 60 años, a la edad de 70 años, a la edad de 80 años y a la edad de los 100 años/ *El cuerpo humano:* Descripción funcional del cuerpo humano. Órganos. Aparatos: 1. Aparato Locomotor (función, órganos constitutivos y esencias asociadas). 2. Aparato respiratorio (función, órganos constitutivos y esencias asociadas). 3. Aparato Digestivo (función, órganos constitutivos y esencias asociadas). 4. Aparato Circulatorio (función, órganos constitutivos y esencias asociadas). 5. Aparato reproductor (función, órganos constitutivos -en el femenino y en el masculino- y esencias asociadas). Sistemas del cuerpo humano: 1. Sistema Endócrino (función, glándulas constitutivas y esencias asociadas). 2. Sistema Nervioso (función, órganos constitutivos- sistema central, sistema periférico y sistemas autónomos- y esencias asociadas)/ *Los Meridianos Energéticos:* Concepto y descripción. Cuadro de órganos Yin y Órganos Yang. Categorías de los órganos (Viscerales y Órganos. Cuadro de agrupación de los mismos). Los puntos: Acción tonificante y sedante. Puntos bilaterales o unilaterales. Horario de mayor afluencia de energía: Ejemplo del meridiano del pulmón. Cuadro de períodos de máxima actividad del meridiano- primer ciclo, segundo ciclo y tercer ciclo-. Dirección energética- centrífuga y centrípeta-. Recorrido. Trayecto global (detalle del recorrido). Función. Actúa sobre. Síntomas por insuficiencia de energía (acción terapéutica). Síntomas por exceso de energía (acción terapéutica)/ *Los meridianos y sus funciones:* Meridianos del Pulmón, Meridiano del Intestino Grueso, Meridiano del Estómago, Meridiano del Bazo- Páncreas, Meridiano del Corazón, Meridiano del Intestino delgado, Meridiano del Riñón, Meridiano de la Circulación- Sexualidad, Meridiano del Triple Calentador, Meridiano de la Vesícula Biliar, Meridiano del Hígado, Meridiano del Vaso- Concepción, Meridiano del Vaso- Gobernador (Energía dominante; nro. De puntos; mayor afluencia de energía; dirección; meridiano acoplado; recorrido, trayecto global, función, actúa sobre, síntomas por insuficiencia de energía, síntomas por exceso de energía)/ *Sintomatología por insuficiencia o excesos energéticos:* Objetivo.

Tratamiento por insuficiencia energética y por exceso de energía y acción de carácter primario y acción de carácter secundario. Ejemplos de tratamientos para: Abdomen tenso (insuficiencia energética en el meridiano de bazo- páncreas); abdomen y tórax fríos (insuficiencia energética en el meridiano del estómago); acné (exceso energético en el meridiano del intestino grueso); etc. Imagen/ *Cuadro de Aceites que intervienen en los meridianos energéticos*: En el pulmón, intestino grueso, estómago, bazo- páncreas, corazón, intestino delgado, vejiga, riñón, circulación sexualidad, triple recalentador, vesícula biliar, hígado, vaso concepción y vaso gobernador.

Aromaterapia Módulo 4/ Evaluación



Aromaterapia Módulo 5

Contenidos del presente módulo

Aromaterapia Imagen. Bibliografía/ *El masaje aroma-terapéutico: ¿Qué es el masaje?*; objetivos; cuándo son útiles; imagen. Masaje de relajación: Qué se necesita antes de comenzar; el mejor momento; cómo vestirse para dar un masaje; preparar el ambiente; más almohadones; la comodidad; relajar la respiración; cuidar la postura; la relajación; concentrarse en las manos; el primer contacto; aliviar la postura; variar la presión; cosquillas; cómo usar las manos; sentir el ritmo; usar la intuición; masajear el cuello y el rostro; estiramiento del cuello; alivianar la cabeza; masajear las cejas (imagen); masajear los ojos; aflojar las mejillas; masajear la mandíbula; frotar las orejas; masaje capilar; terminar por el pelo. Aceites para masajes: Fórmula para masajes (crema base-crema sedativa, crema refrescante y crema nutritiva- y aceite base—de almendra, soja y germen de trigo; semillas de uva, girasol y oliva-); proporciones; aplicaciones para cutis seco, cutis normal y cutis graso. Efectos generales del masaje: Estéticos; higiénicos; estimulantes; rejuvenecedores; sedantes. Esencias para los distintos tipos de masajes: Para un masaje sedante; para un masaje afrodisíaco; para calmar dolores; para un masaje tónico; para la circulación. Técnicas de masajes: Roce; amasamiento; fricción; martilleo; vibración; nudillos; percusión; cacheteo circular. Contraindicaciones y precauciones en los masajes. Maniobras de masajes en pies y piernas. Masajes de drenaje linfático. Imágenes/ *La Reflexología: En qué consiste; masaje podal; ¿Por qué concentrarse en los pies?*; la práctica; posición; automasaje; toque; presión; duración; frecuencia; resultados; imagen de órganos del cuerpo representados en los pies. Reflejos sobre las manos; imagen de topografía de la reflexología de las manos. ¿A quiénes hace bien el masaje zonal? ¡A todos!: Niños; adolescentes; embarazo; ancianos. Operaciones quirúrgicas. Un consejo. Una advertencia/ *Las puertas sutiles. Los chacras: ¿Qué son los chacras?*; equilibrio energético del cuerpo; los chacras: Muladhara; Swadisthana; Manipura; Vishuddi; Ajna; Sahasrara (ubicación; relación; ejercicio que actúa sobre el centro). Cuadro de: Chacras, localización, órganos nervios correspondientes, cualidades emocionales y psicológicas, cualidades emocionales y psicológicas, condiciones físicas asociadas. Distribución de las zonas de reacción o reflejo de los distintos chacras a nivel dorsal. Los Chacras y su relación con los aceites esenciales: Muladhara y Swadhistana; Manipura y Anahata; Vishuddi y Ajna (labor de mantenimiento armónico en el área física, labor en el mantenimiento armónico en el área emocional y labor de tratamiento) / *La Aromaterapia en la Medicina Ayurvédica: Sentidos básicos que influyen en el cuerpo y la mente (aire, fuego, agua, tierra y éter o espacio). Los doshas (VATA, PITTA y KAPHA), equilibrio. Estados positivos y negativo del cuerpo y la mente*

asociado a cada Dosha. Los aromas en el ayurveda: Para equilibrar el cuerpo los aromas y sabores que aplicamos en los doshas: Aromas VATA (aromas dulces, cálidos y ácidos; sabores salado, ácido, aceitoso y dulce); aromas PITTA (dulces y fríos; sabores amargo, dulce y astringente) y aromas KAPHA (cálidos, picantes; sabores acre, amargo y astringente). Combinaciones/ *Psico-aromaterapia*: Relajantes; equilibradores; estimulantes; afrodisíacos; anafrodisíacos; estimulantes de la mente. La prevención es la mejor medicina/ *La aromaterapia y la automedicación*. ¿La aromaterapia puede ser utilizada en la automedicación?. ¿Los aceites esenciales pueden ser utilizados en la automedicación?/ *¿Se pueden curar a los animales con Aromaterapia?*.

Aromaterapia Módulo 5/ Evaluación