Recetas Extras

Aromacademia

Labial de Vainilla con Azahar

Ingredientes:

- 10 gr. cera de abeja
- 15 gr. manteca de carité nilotica
- 23 gr. jojoba macerada con vainilla
- 2 gotas vitamina E
- 3 a 5 gotas aceite esencial co destilado Neroli-Petitgrain
- Recipientes para labiales
- Recipiente pyrex
- Varita de vidrio para mezclar
- Olla para baño maría

Modo de preparación:

- Pesar los ingredientes en diferentes recipientes.
- Derretir la cera de abeja con el aceite de jojoba.
- Retirar del fuego, agregar la manteca de carité, la vitamina si se desea.
- Cuando enfríe un poco agregar el aceite esencial.
- Colocar en los tubos y tapar .

Bombas aromáticas para la tina

Ingredientes:

- 1 taza de bicarbonato
- ½ taza de ácido cítrico
- ¼-1/2 cta. Jojoba (opcional)
- 15 gotas de aceites esenciales
- Agua la necesaria.
- Recipiente de vidrio

Modo de preparación:

- En un recipiente de vidrio agregar los ingredientes secos y los aceites esenciales.
- Añadir agua poco a poco, con un frasco rociador hasta formar la masa, de manera que se pueda juntar cuando se aprieta.
- Se coloca en moldes, se dejan secar un día.

Jabón espumoso para manos

Ingredientes

- 25ml base neutra jabón líquido
- 25 ml agua destilada o hidrolato
- 1% conservador natural
- 10 gotas aceites esenciales:
- 5 gotas Lavanda
- 5 gotas Naranja dulce
- Recipiente para hacer espuma
- Varita de vidrio para mezclar

Modo de preparación:

- Agregar el jabón líquido y el agua al recipiente. Mezclar
- Agregar los aceites esenciales, volver a mezclar y listo. Ya quedó el jabón y el recipiente se encargará de que con cada empujón salga espuma.

Gel antiséptico de Aloe vera

Ingredientes:

- 60 ml gel Aloe vera
- 3 gotas árbol del te
- 3 gotas naranja dulce
- 2 gotas Cedro virginia
- Recipiente
- Varita de vidrio para mezclar

Modo de preparación:

- Agregar en el recipiente el gel y los aceites esenciales.
- Mezclar y listo.

Spray para aplicar después de asolearse

Ingredientes:

- 60 ml aceite Caléndula
- 15 ml aceite hierba de San Juan
- 20 gotas Lavanda
- 5 gotas Geranio
- 5 gotas Manzanilla romana
- Recipiente atomizador

Modo de preparación:

- Agregar en el recipiente los dos aceites vegetales, agitar para que se integren.
- Agregar los aceites esenciales, volver a agitar.

Brisa para aliviar quemaduras leves por el sol

Ingredientes:

- 20 ml Hidrolato de Manzanilla
- 10 ml Hidrolato rosa
- 25 ml Hidrolato menta
- Recipiente atomizador

Modo de preparación:

- Mezclar los 3 hidrolatos en el recipiente.
- Se puede aplicar a manera de brisa o en compresa 2 a 3 veces al día.

Posteriormente para sanar la piel:

- 5ml aceite Caléndula
- 5ml aceite Hierba de San Juan
- 2.5 ml lavanda

Aplicar solo una pequeña cantidad de 3 a 4 veces al día hasta la completa recuperación.

Brisa súper héroe: Chao Monstruos

Cuando los niños tienen miedos, una manera de ayudarles es dándoles una brisa con aceite esencial por ejemplo, de lavanda. Se les dice que, cuando tengan miedo rocíen el frasco en el aire y que esto les va ayudar a que se vayan los miedo, los monstruos, etc.

Lo que estamos haciendo es usar la brisa aromática como una herramienta y darle la fuerza que el niño en un momento dado necesita.

- 30 ml agua o hidrolato
- 9 gotas aceite esencial Lavanda

O

- 30 ml agua o hidrolato
- 4 gotas aceite esencial Lavanda
- 4 gotas aceite esencial Naranja dulce

Sachet para baño de tina o pies

Ingredientes para baño relajante:

- Bolsa resellable de te
- Mezcla de flores de manzanilla y lavanda
- 6 gotas aceite esencial Lavanda
- 6 gotas aceite esencial Naranja dulce

Modo de preparación:

- Mezclar todos los ingredientes, introducirlos en la bolsa de te y sellar con una plancha caliente.
- Se usa en un baño de tina o de pies.
- Mezclar todos los ingredientes, introducirlos en la bolsa de te, pañuelo o bolsa, y sellar con una plancha caliente si es la bolsa de te.
- Se colocan en los cajones de ropa.

Sachet para aromatizar cajón

Ingredientes para cajón:

- Bolsa de te, pañuelo o bolsa de muselina.
- Lazo para cerrar pañuelo
- Flores de lavanda
- 15 gotas aceite esencial Lavanda
- 15 gotas aceite esencial Limón

Modo de preparación:

- Mezclar todos los ingredientes, introducirlos en la bolsa de te, pañuelo o bolsa, y sellar con una plancha caliente si es la bolsa de te.
- Se colocan en los cajones de ropa.

Baño relajante

Para jabón corporal humectante

Ingredientes:

- 90 ml Base de jabón líquido neutro
- 10 ml glicerina
- 10 gotas Mandarina
- 10 gotas lavanda
- Recipiente

** Si quieren agregarlo a un recipiente para espuma dividir partes iguales del jabón con agua, agregar los aceites esenciales revolver y agregar al recipiente.

Modo de preparación

- **Pesar los ingredientes y agregarlos al recipiente.**
- **Los aceites esenciales se pueden mezclar en la glicerina y agregarla después al jabón.**
- **Revolver y listo.**

Masa aromática tipo Play Dough

Ingredientes

- 3 tazas harina de trigo
- 1 ½ taza de sal
- 2 cdas. Crémor tártaro
- 3 cdas. Aceite vegetal
- 3 tazas de agua hirviendo
- Colores vegetales
- Recipiente

Modo de preparación:

- Combinar los ingredientes secos.
- Mezclas aceite y agua caliente, agregar a los ingredientes secos.
- Dividir la masa dependiendo en cuantos colores se quiera.
- A cada pedazo agregar gotas de aceites esenciales, dependiendo de que tan fuerte queramos que sea:
- 8 gotas de Lavanda o 8 gotas de Naranja dulce más el colorante.
- Amasar.
- Guardar en un recipiente bien cerrado por 1 mes aproximadamente.

Molestias e inflamación en garganta: niños mayores de 6 años

Ingredientes:

- 1 cta. aceite de Girasol
- 2 gota tomillo dulce
- 1 gota Madera de Ho
- 2 gota árbol del te
- Frasco para guardar el producto

Modo de preparación:

- Mezclar todos los ingredientes bien.
- Aplicar sobre la zona del cuello y parte externa del codo de 3 a 4 veces al día.

Pipí en la cama (mayores de 3 años)

Ingredientes:

- 10 ml aceite Coco fraccionado
- 3 gotas Ciprés
- 2 gotas Mandarina
- Frasco para guardar el producto

Modo de preparación:

Mezclar todos los ingredientes.

Aplicar en masaje a los lados de la columna vertebral, plexo solar, plantas de pies

En casos de angustia: aplicar los aceites esenciales a escoger y dar masaje, a los lados de la columna vertebral, plantas de pies y plexo solar.

Piquete de insecto

Antes de picar

Ingredientes:

- 30 ml de aceite de coco fraccionado o jojoba
- Lavanda: 6 gotas
- Citronela: 6 gotas
- Cúrcuma: 6 gotas
- Frasco para guardar la mezcla

Ya picado:

Ingredientes:

- 15 ml gel Aloe vera
- 3 gotas Lavanda
- 2 gotas Geranio
- 1 gota Manzanilla azul
- Recipiente para guardar la mezcla

Modo de preparación:

- Mezclar ingredientes.
- Aplicar varias veces sobre el piquete.

También podemos elaborar estos productos en forma de barritas de masaje