



ASOCIACIÓN DE LA CIENCIA DE LA SALUD DR. SORIANO
Delegación de la FUNDACIÓN INTERNACIONAL DE CIENCIAS BIOLÓGICAS DE LA SALUD
www.onairos.es < info@onairos.es > Tel. (+34) 965700134.

USO DE LOS EXTRACTOS FLUIDOS y LOS ACEITES ESENCIALES DE PLANTAS

Los extractos vegetales son preparaciones resultantes del tratamiento de las plantas medicinales secas, mediante un disolvente adecuado (alcohol u otro) que separa los principios activos principales, y los demás principios coadyuvantes, de la celulosa y estructuras vegetales.

Son generalmente de apariencia límpida, traslúcidos y de coloración oscura.

Los extractos fluidos alcohólicos son de concentración 1:1, lo que significa que un gramo de la planta corresponde exactamente a un gramo del fluido, de esta manera no se altera la potencia ni el equilibrio sinérgico de la planta.

La extracción debe ser hecha mediante presión y nunca con calor, pues a partir de 42° C., se destruyen rápidamente muchos de los principios activos de la planta, y se catalizan reacciones químicas que pueden cambiar gran parte de los enlaces atómicos, las estructuras moleculares, y la acción de la planta sobre el organismo, lo que puede producir efectos no deseados.

La dosis recomendada, en botánica medicinal, para la ingestión de los extractos fluidos es de 30 a 90 gotas por día, repartidas en tres tomas aproximadamente, pudiendo mezclar con agua, infusiones, zumos, etc. Cuando se trata de aplicaciones en uso externo, para la inflamación, circulación, cicatrización, regeneración celular, etc., la dosis anterior se puede transformar en 150 a 200 gotas del extracto o extractos, diluidos en 100 ml., de aceite natural de primera calidad. En caso de infección, se pueden aplicar, los extractos fluidos adecuados, goteando directamente en la zona infectada, previo lavado antiséptico, de 2 a 10 veces al día, o según recomiende el especialista.

En relación a los extractos fluidos en alcohol, al no tener más de 10° de concentración alcohólica, no existe ningún tipo de problema en su ingestión, si nos remitimos a la dosificación recomendada. Solo las personas hipersensibles al alcohol, deberán tomar las precauciones correspondientes o abstenerse del uso de extractos fluidos alcohólicos.

La utilización de estos preparados resulta muy práctica cuando el interesado no se encuentra en su casa, siendo de gran utilidad llevar en el bolso personal algún que otro bote de extracto fluido que, diluido en la dosis conveniente, con agua, infusión o zumo, o bien en uso externo, realiza una gran labor en sustitución de las infusiones, o aplicaciones que habitualmente se utilizan en casa.

También se pueden utilizar los extractos fluidos para potenciar el efecto terapéutico de cualquier infusión que sea pertinente, añadiendo a la misma 25 o 30 gotas correspondientes de la planta, o plantas que se necesiten, para mejorar la fitoterapia en curso.

Siempre hemos de recordar que un factor primordial, para conseguir buenos resultados en la regulación de nuestra salud, es la regularidad en el uso de los preparados fitoterapéuticos que necesitemos.

Existen extractos fluidos, preparados con diversas combinaciones de plantas, estandarizados para producir efectos benéficos concretos, sean preparados para la circulación, respiración, hígado, riñones,

nervios, etc., no obstante la ayuda individualizada mediante las plantas concretas que una persona necesita en particular, no siempre puede ser sustituida por una combinación tipo “estándar”, sobre todo en procesos crónicos o fases celulares, donde la fitoterapia que se utilice deberá ser más específica y menos generalizada.

PREPARACIÓN DE AROMAS A PARTIR DE LOS EXTRACTOS FLUIDOS:

Una manera, altamente efectiva e inocua, de utilizar los extractos fluidos de plantas es en forma de aromas.

El aroma es una preparación altamente diluida del extracto fluido de la planta medicinal, de manera que al terminar su fabricación la concentración del extracto soluto en el líquido solvente es mínima. Tanto es así, que algunos autores han comparado a los aromas naturales de las plantas con las diluciones homeopáticas. La diferencia principal estriba, en que al analizar un producto homeopático no encontramos ningún rastro de la materia original ni de sus principios activos, solamente existe, desde el punto de vista mecanicista, o analítico convencional, el solvente, debido a que los átomos de la materia homeopatizada “no son visibles”. En cambio cuando analizamos el aroma, de muy baja concentración, fabricado a partir del extracto fluido, aún podemos hallar trazas de materia y principios activos, que incluso destacan por su olor característico. Contando así con una preparación que, aún con su baja concentración, puede llegar a tener un nivel de efectividad terapéutica más elevado de lo que nos pudiéramos imaginar, sobre todo si lo dinamizamos como la homeopatía, es decir agitándolo de arriba abajo, siguiendo la línea de gravedad, hasta que las moléculas se friccionan unas cien veces.

Recuerde la frase típica de algunos etiquetados: *“Agitar antes de usar”*.

Este tipo de preparaciones se puede hacer con cualquier elemento natural que sea compatible con el metabolismo animal, sean plantas, minerales, oligoelementos, etc., para adaptarlo a las necesidades individuales.

REFLEXIÓN SOBRE COMPRIMIDOS Y CÁPSULAS DE PLANTAS:

Es por todos conocido que las plantas medicinales, sea en preparaciones unicistas o combinadas, también se expenden trituradas en comprimidos o en cápsulas de gelatina.

Respecto a estas preparaciones, las menos recomendables son los comprimidos, por tener un mayor procesamiento y una mezcla o amalgama realizada con otros elementos aglomerantes, que pueden ser en algunos casos de síntesis, con todo lo cual se alteran muchas propiedades de las plantas originales, con el correspondiente detrimento de su efecto terapéutico; todo lo cual se puede constatar con facilidad, leyendo la composición en la etiqueta y efectuando la medición cuántica o reflexológica de su poder energético sobre el cuerpo humano.

LAS ESENCIAS VOLÁTILES

Las esencias o aceites esenciales son los elementos de naturaleza volátil que contienen únicamente las plantas medicinales que corresponden a este grupo. (*Véase el párrafo “Plantas con esencias y resinas”).

La composición de los aceites esenciales es de muy diversa complejidad, dependiendo del tipo de principios activos que contiene cada planta en particular.

El método ecológico y tradicional para obtener el aceite esencial de una planta es por destilación, colocando la planta en una corriente de vapor de agua de manantial en ebullición, haciéndola transpirar y recogiendo dicho vapor, impregnado del aceite esencial de la planta, en un recipiente apto para su filtración, con lo cual se consigue su esencia libre de toda impureza.

El aceite esencial debe estar protegido de la luz y el aire, conservándolo bien cerrado, en lugar fresco y seco, para evitar alteraciones, como el enranciado y la degradación que puede sufrir cualquier tipo de aceite.

Solo se debe usar aceite esencial natural de origen ecológico, pues la utilización de aceite esencial, con mezcla de productos químicos o que sea de origen sintético puede tener efectos perjudiciales, incluso graves e impredecibles para el organismo humano.

El uso recomendado para las esencias, se centra principalmente en su utilización externa, combinando entre 40 y 60 gotas del aceite o aceites esenciales con 100 ml, de aceite vegetal natural, masajeando o aplicando en la zona deseada, según la finalidad que se persiga respecto al principio activo contenido en la esencia.

Por otra parte, se puede utilizar la planta, rica en aceite esencial, tomándola preparada en infusión, poniendo la planta en agua, a punto de hervir, apagando el fuego y tapando enseguida el recipiente, mientras reposa 15 minutos, para que la esencia volátil de la planta no se evapore y quede diluida en el líquido elemento, que tomaremos para nuestro beneficio.

En botánica medicinal también se usa el aceite esencial, ingiriendo de 1 a 3 gotas del mismo – dependiendo de la planta- diluidas en zumo, infusión u otras bebidas, no obstante, desde esta publicación no recomendamos dicho uso, como práctica habitual, debido a la dificultad de digestión o intolerancia que la mayoría de las personas muestran al ingerir una sustancia tan concentrada. Es preferible, por su nivel adecuado de tolerancia, el uso de las plantas ricas en aceites esenciales tomadas en infusión, tapando bien la infusión, antes de tomarla, para que no se pierda el efecto medicinal del aceite esencial por causa de la volatilización.

***VIDEO COMPLEMENTARIO:** *Plantas Medicinales. Química natural.*

**Principios activos naturales. Medicina vegetal de máxima calidad sin efectos adversos. Universidad de Méjico.*

** Lea el capítulo 7 del libro “Ciencias Biológicas de la Salud” del profesor Dr. Trino Soriano.*

OTRAS REFERENCIAS: Autores y publicaciones.

-Pio Font Quer. “El Dioscórides renovado”.

-Carlos Kozel. “Guía de Medicina Natural: Plantas Medicinales”.

-Albert y Leung. Steven Foster. “Enciclopedia Delle Piante Medicinali”.

-Sergio E. Acosta. -José V. Colastra. -Fermín Cabal. -Ángel Chacón. “Tratado de Fitoterapia Superior”.

-Adrián Vánder. “Plantas Medicinales”.

-Vicente L. Ferrándiz. “Curso de Botánica Medicinal”.

-Paul Schauenberg y Ferdinand París. “Guía de las Plantas Medicinales”.

-Fausto Mearelli. “Plantas Medicinales”.

-Jean de Sillé. “Plantas que curan” (fórmulas).

**Información adicional:*

El uso de las plantas medicinales y la aplicación terapéutica de sus principios activos, se puede verificar con facilidad en los diferentes tratados de botánica y fitoterapia que se encuentran en las librerías universitarias.