

Aromarte tiene los mejores productos de Aromaterapia

Boletín Aromarte

Correo Electrónico:

Subscribirse

Acerca de Aromarte

Dónde Comprar

Bolsa de Compras (0 artículos)



Portal

Tips y Noticias

Artículos

Ofertas

Productos

Cursos y Eventos

Contacto

Categorías Productos

ACEITES CORPORALES

ACEITES ESENCIALES

ALMOHADILLAS TERAPÉUTICAS

AROMAS INDIVIDUALES

AROMAS PROPÓSITO

DIFUSORES DE AROMA

INCIENSOS

JABONES

LIMPIEZA DE CASA

PORTAINCIENSOS

SACHETS

SALES DE BAÑO

OTROS PRODUCTOS

Síguenos en
Facebook y TwitterSíguenos en : [twitter](#) | [facebook](#)

ACCESO

Nombre de usuario

Contraseña

Iniciar sesión >

Artículos

12 de marzo 2012

Aromacología.

DEFINICIÓN:

La aromacología es la ciencia que se dedica al estudio de la interrelación entre la psicología y las fragancias para obtener una variedad de emociones y sentimientos específicos como son: relajación, sensualidad, alegría, y bienestar, mediante olores que estimulan las vías olfativas, las cuales a su vez estimulan al cerebro .

Antes de que el término Aromacología fuera introducido los efectos de los aromas sobre los sentimientos y las emociones formaban parte del estudio de la Aromaterapia. Al inicio de la década de los ochenta es cuando se acuña este término como resultado de los trabajos de una parte de la comunidad científica que estudia los efectos de los aromas en el ser humano, estas investigaciones han sido apoyadas por la gran industria perfumera.

La Aromacología es una ciencia en sentido riguroso, porque busca establecer relaciones verificables mediante la experimentación, y se expresa cuantitativamente. Su significado estadístico se puede determinar.

Dicha ciencia sólo está relacionada con los efectos temporales de una fragancia sobre los sentimientos y emociones, y con los efectos que se dan mediante la estimulación de las vías olfativas en el cerebro, especialmente en el sistema límbico. Asimismo mide los efectos de las mezclas de olores, y de los de materiales simples, naturales y sintéticos.

Utiliza como indicadores la actividad eléctrica en el cerebro, el ritmo cardíaco, la conducción de la piel, los cambios en las funciones cognitivas tales como la memoria y comportamiento voluntario e involuntario, ante estímulos de los diferentes aromas que pueden ser agradables y desagradables.

La Aromacología dirige su observación hacia cualquier tipo de efecto de las moléculas de olor sobre el sistema nervioso central, la respuesta puede ser sedante o estimulante, inquietante o antidepresiva.

I. Diferencias entre la Aromacología y la Aromaterapia

Las principales diferencias con la Aromaterapia son las siguientes:

- La Aromaterapia es el método curativo holístico que actúa sobre procesos físicos, mentales y espirituales por medio del uso de aceites esenciales de origen vegetal. La Aromaterapia diagnóstica y cura el cuerpo físico y mental además de fortalecer el espíritu.
- Trata con los efectos terapéuticos sobre enfermedades específicas, para ello requiere introducir los aceites esenciales en vías sanguíneas por medio de la ingestión o la absorción de la piel resultado de la aplicación por masaje. Otras formas de usar los aceites esenciales consisten en vaporizaciones o compresas de agua caliente.
- La Aromacología estudia las respuestas del ser humano ante los estímulos olfativos y nos brinda información precisa sobre cómo y por qué reaccionamos con un aroma. También, gracias al avance de la ciencia sobre el comportamiento del cerebro conocemos otras respuestas ante los aromas.

II. Olfato, memoria y estados de ánimo

El aroma se esparce por calor porque los aceites esenciales, y las sustancias olorosas son altamente volátiles. Se usa, generalmente, un vaporizador para ayudar a que las partículas olorosas lleguen a la nariz. Una pequeña cantidad del aire que respiramos pasa a la parte superior de la nariz (nariz interna), donde las partículas de aroma son captadas por el epitelio olfatorio donde se encuentran millones de células receptoras, y éstas llevan los mensajes a los bulbos olfatorios del cerebro. La vía del olfato es la más directa a la corteza cerebral y al sistema límbico.

El estudio del sistema límbico, a pesar de que aún se sabe poco, nos ha proporcionado respuestas muy interesantes. Se caracteriza por tener una prolongada posdescarga después de la estimulación. Se considera que es el lugar donde nacen las emociones y éstas no pueden iniciarse o suprimirse a voluntad, su respuesta es prolongada y sobrepasa en duración a los estímulos que la inician. También es el encargado de la conducta alimentaria y junto con el hipotálamo de la conducta sexual, de las emociones de temor, cólera y motivación.

El estímulo del olfato produce en el cerebro una serie de cambios químicos y eléctricos que alteran el sistema endocrino, los procesos cognoscitivos y de memoria.

La sensibilidad a los olores pasa por un proceso de adaptación similar al de los otros sentidos. Después de estar en

contacto con un aroma por más de veinte minutos, lo dejamos de percibir.

III. Resultados de las investigaciones de la Aromacología.

Efectos fisiológicos:

- **Ondas cerebrales.**- varían dependiendo del grado de conciencia de un individuo. La escala se clasifica en ondas Beta, Alfa, Theta y Delta (estas dos últimas son frecuencias muy lentas que se presentan generalmente en el sueño). Las ondas beta son las de mayor frecuencia y se presentan cuando estamos en estados de concentración o de alta emotividad. El aroma del Jazmín las incrementa, mientras que los de sándalo y pino aumentan la generación de ondas alfa que es la frecuencia cerebral dominante en estados de relajación o meditación.
- **La presión arterial** es un síntoma de tensión psicológica, se encontró que el aroma de neroli y de valeriana la bajan; por tanto son relajantes.
- **La micro vibración** es un fino temblor observado en los animales de sangre caliente influenciado por la tensión muscular, este indicador disminuyó con los aromas de naranja y lavanda. Los aromas de jazmín, manzanilla y almizcle aumentaron la micro vibración, siendo aromas que aumentan la tensión muscular
- **Constricción vaso periférica** (cierre de los vasos sanguíneos). Este indicador se asocia al estrés psicológico, el resultado de esta prueba fue que el jazmín y la pimienta tienen efectos relajantes.
- **Ritmo cardíaco.**- La desaceleración del ritmo cardíaco se favorece con los aromas dulces, en especial con el de rosas. Con el aroma de limón se desacelera el ritmo cardíaco debido a una mayor concentración ante un estímulo de alerta, es decir que la mente se anticipa.
- **Capacidad de respuesta.**- Se encontró que el jazmín reduce el tiempo de reacción ante una decisión y la lavanda lo aumenta.
- **Pruebas de aprendizaje y respuesta** Los resultados muestran que los aromas definidos como agradables por los participantes aumentaron la capacidad de memorizar, los aromas que se usaron y que fueron gratos son: limón, eucalipto y lirio. También se encontró que la lavanda, la rosa y la naranja aumentan la relajación mental mientras que el jazmín, la manzanilla y el almizcle estimulan la mente. Los aromas agradables permiten recordar momentos placenteros, mientras que los desagradables inhiben estos recuerdos.
- **Olores y sueño.**- En estas pruebas se usaron como indicadores las medidas del ritmo cardíaco, tensión muscular y ondas cerebrales durante el sueño de los participantes. Las personas responden ante los olores mientras dormimos, el jazmín y la pimienta fueron parte de los sueños de los participantes.
- **Comportamiento de compras.**- Se inyectaron aromas en los sistemas de aire acondicionado de algunas tiendas y se observó que los aromas agradables influyen en el tiempo de permanencia en la tienda y en la cantidad de compras realizadas
- **Otras pruebas** demostraron que el aroma de heliotropo reduce el estrés y la ansiedad. Se observó que entre mayor aceptación hay de un aroma como agradable, mayor respuesta a la disminución del estrés. El aroma de limón reduce los reportes de síntomas de salud no estable.

Diversas pruebas sugieren que los cambios en las cualidades emocionales inducidos por los aromas han sido aprendidos como resultado del contexto en el cual fueron inicialmente experimentados.

Otras de las respuestas encontradas es que los olores relacionados con emociones amenas son procesados por el hemisferio izquierdo y las desagradables por el derecho. Los aromas de vainilla y jazmín son clasificados como amenos, la lavanda como relajante, el limón como estimulante.

IV. Conclusiones

1. La Aromacología es una disciplina muy joven y sus resultados en algunos casos son confusos. No obstante, representa un avance significativo en términos del conocimiento de los efectos de aromas en el ser humano.
 2. La estimulación por el olor afecta el estado de ánimo, la ansiedad y el estrés. El rendimiento en pruebas cognitivas como la memoria, el recuerdo la atención sostenida, la solución de problemas, y la percepción de situaciones que implican una decisión. Estos estímulos pueden afectar comportamientos simples como el permanecer más tiempo en una tienda.
 3. Los cambios producidos por los aromas se presentan en las personas estando concientes del estímulo y a través de métodos subliminales.
 4. El grado de aceptación o rechazo de un aroma influye en los resultados de las pruebas del comportamiento cognoscitivo.
 5. Los efectos de los aromas sobre el comportamiento están influenciados por las experiencias anteriores y las expectativas futuras.
 6. Los efectos de los aromas están influenciados por aprendizajes sociales y son culturalmente específicos.
 7. Los efectos de los aromas en los estados de ánimo y el rendimiento están sujetos a variables interpersonales. Las predisposiciones individuales juegan un papel importante. Existe muy poca evidencia para determinar variantes relativas al sexo o la edad.
 8. No hay diferencias fundamentales de los efectos del aroma causado por el uso de aceites esenciales y químicos aromáticos.
 9. Los efectos de los aromas que son mezclas no pueden ser previstos por sus componentes individuales.
 10. Los aromas inciden en el comportamiento complejo del ser humano, por ejemplo en el aumento o disminución de las ventas, y en el rendimiento sobre procesos de decisión.
- Los resultados anteriores nos permiten tener certeza en el efecto de los aromas en el ser humano y nos dan una idea de su potencial al concebirlas como instrumentos para vivir mejor.

La lavanda es sin lugar a dudas un aroma que relaja, por lo tanto lo podemos usar cuando estamos tensos, o para ambientar el lugar donde vamos a tener una conversación difícil o áspera.

El jazmín estimula y nos da la sensación de bienestar, por ello lo recomendamos para usarlo como armonizante en una fiesta o reunión.

El limón es un estimulador y concentrador de la mente, por tanto se puede usar para estudiar o trabajar, no es propicio para antes de dormir.

El azahar, el neroli y la manzanilla son excelentes para propiciar un buen descanso.

El ylang ylang, el neroli y la valeriana nos ayudan a bajar la presión arterial. En contraste el aroma de canela tiende a incrementarla.

La bergamota, el limón y la mandarina son excelentes antidepresivos.

En general el mundo de los aromas se nos presenta ofreciéndonos una inmensa gama de posibilidades para aumentar nuestro bienestar de una manera suave, agradable y natural.

Lic. Zhenia Irazoque Palazuelos

Referencias bibliográficas:

Judith Jackson, Aromaterapia y Masaje, ed. Chano, S.A. Barcelona, España, 1987.

Rogelio Dermarchi, Manual de aromaterapia, ed. CS ediciones, Buenos Aires, Argentina, 1992.

Gudrun Dalla Via, Manual práctico de aromaterapia, ed. IBIS, barcelona, España, 1994.

Danièle Ryman, Aromaterapia, ed. Kairós, España, 1995.

Penélope Ody, Las Plantas Medicinales, ed. DK, Italia, 1993.

William F. Ganong, Fisiología Medica, 1988.

Aroma-Chology: A Status Review By J. Stephan Jellinek, Dragoco, Holizminden, Germany; Perfumer & Flavorist, Vol.19



Seducción

Aceite corporal que invita al juego sensual acariciando la piel.
MODO DE USO: Para nutrir y humectar.
Después de ...

[Ver Mas >>](#)



Ámbar Gris

El ámbar gris es una esencia aromática que con su sutil aroma, nos ayuda a visualizar el lujo, la riqueza y propicia ...

[Ver Mas >>](#)



Albahaca (ocimum basilicum)

Cultivada en pequeños huertos es una planta frágil de origen persa, fué considerada como sagrada. De color am...

[Ver Mas >>](#)

Todos los derechos reservados © 2012 Aromarte, SA de CV. Prohibida su reproducción total o parcial.
Aviso de Privacidad [Sitio Diseñado por housemedia.net](#), Tecnología por [W-Mexico.net](#)