

GUÍA PARA CREAR

SPRAYS AROMÁTICOS

con Aceites Esenciales



Elaborado por:
Pamela Yuleysi

INTRODUCCIÓN

El spray con aceites esenciales es una de las formas más seguras, prácticas y efectivas de utilizar los aceites esenciales para revitalizar y aromatizar los espacios, mientras se aprovechan sus múltiples beneficios para la salud y el bienestar.

Estos sprays pueden elaborarse con ingredientes naturales y permiten disfrutar de las propiedades terapéuticas de los aceites esenciales sin recurrir a productos comerciales cargados de sustancias sintéticas. Además, son accesibles, fáciles de preparar y pueden realizarse con utensilios simples que generalmente ya tenemos en casa.

En este manual aprenderás a elaborar una receta que es para armonizar los espacios pero tu puedes crear las que deseas por ejemplo te dejo estas ideas:

- Un spray para favorecer el descanso profundo, con aceites como manzanilla, lavanda y valeriana.
- Un spray desodorizante natural para el baño o ambientes cerrados.
- Un spray para aromatizar espacios y crear una sensación de bienestar tipo spa.



SPRAY AROMÁTICO PARA LIMPIEZA ENERGÉTICA

Ingredientes

- Frasco ámbar de 100 ml: Utilizado para proteger los aceites esenciales de la luz, preservando sus propiedades.
- Alcohol de cereales: Actúa como solvente para los aceites esenciales y ayuda a que se mezclen mejor con el agua.
- Agua destilada o mineral: Base del spray, utilizada para diluir la mezcla.



Modo de preparo:

1. Elegir los aceites esenciales

- **20 gotas de Romero:**

La presencia de alcanfor en el aceite de romero contribuye a la purificación del ambiente al dispersar energías estancadas. Su aroma fuerte y penetrante ayuda a “limpiar” el espacio, promoviendo un entorno más ligero y armonioso.

- **20 gotas de Eucalipto:**

Este aceite esencial es frecuentemente utilizado para limpiar y refrescar el aire, siendo eficaz en la eliminación de energías negativas, proporcionando un ambiente más liviano y equilibrado.

- **10 gotas de Melaleuca:**

Conocida por su capacidad de eliminar energías estancadas. Cuando se aplica sobre cristales, ayuda a limpiar cualquier residuo energético acumulado, restaurando la pureza vibracional del cristal.

2. Agua aromática

- Añadir 10 ml de alcohol de cereales al frasco, el alcohol ayudará a disolver los aceites esenciales y permitirá que se mezclen mejor con el agua.
- Agregar un total de 50 gotas de aceites esenciales, Agitar bien.
- Completar con agua., mezclar bien., cerrar el frasco con la tapa y agitar nuevamente para asegurar que los aceites esenciales se dispersen de manera uniforme en la solución.
- Etiquetar: Colocar una etiqueta en el frasco indicando el contenido y la fecha de preparación. Esto ayuda a mantener el control de uso y conservación.



Elaborar tu propio spray aromático con aceites esenciales es una forma sencilla y natural de armonizar tus espacios, elevar tu energía y disfrutar de los beneficios terapéuticos de las plantas. Al prepararlo conscientemente, no solo creas un aroma agradable, sino también una herramienta de bienestar para tu día a día.



Recomendaciones de uso

- Agita el frasco antes de cada aplicación para integrar bien los aceites.
- Pulveriza en el ambiente, cortinas o ropa de cama (haz una prueba previa en telas delicadas).
- Úsalo en momentos de meditación, descanso o cuando deseas renovar la energía del espacio.
- Evita el contacto directo con ojos y mucosas.
- Conserva el frasco en un lugar fresco y protegido de la luz.
- Si estás embarazada, en periodo de lactancia o tienes alguna condición médica, consulta previamente con un profesional.

