

# HIDROLATOS EN SINERGIA

Por: Ana Requejo



## TEMA 1 INTRODUCCION

- El auténtico producto de la destilación aromática.
- Aguas antiguas.
- Los primeros alambiques
- Aguas durante el proceso: pristina y celular
- Por qué no se usan más los hidrolatos.
- Extractos de planta con base agua



## EL AUTENTICO PRODUCTO DE LA DESTILACION AROMATICA

Según Jeanne Rose, afamada herbalista con bases en la Aromaterapia, los hidrolatos son la Verdadera Aromaterapia, *"representan la verdadera sinergia entre el herbalismo y la aromaterapia"*.

La Aromaterapia nos ofrece un conjunto complejo y muy completo de estudio: aroma, químicas, plantas, su aplicación sobre el ser humano. Los hidrolatos forman parte de todo ello y este Curso trata de poner claridad en la realidad de su origen.

La **alquimia** es el conocimiento antiguo y secreto de la combinación de los cinco elementos antiguos de la tierra, el metal, el fuego, el agua y el aire. **Tiene una relación íntima e histórica con la destilación.**

- Tierra.- Representación de las plantas que se cultivan y destilan.
- Metal.- Alambique de cobre que alberga las plantas.
- Fuego.- Elemento que calienta la masa vegetal -fuente del agua celular- dentro del alambique.
- Agua.- Añadida al proceso para crear el vapor más el agua destilada de la planta que es la fuente del agua celular más las aguas que provienen de la destilación, el hidrosol.
- Aire.- Vapor que se convierte en el aceite esencial.

Por lo que podemos decir que la Destilación es ...

*"el proceso o arte por el cual se hace lo invisible, visible"*

## AGUAS ANTIGUAS

La medicina aromática data de 5000 a 6000 años atrás, en los templos.

El **alambique más antiguo** descubierto, hasta la fecha, **data de casi 4000 años atrás** y fue descubierto por el Dr. Maria Rosaria Belgiorno en la isla de Chipre en 2005 durante la excavación de *"La fábrica de perfumes más antigua del mundo"*. Esta excavación puso al descubierto varios secretos en los cuencos que reposaban junto al alambique. Entre los ingredientes encontrados: hierbas como cilantro (*Coriandrum sativum*), lavanda (*Lavandula officinalis*), romero (*Rosmarinus officinalis*) y muchas más.

Antes de dar con este descubrimiento, en 1930, se descubrió un **alambique en Pakistan** cuya datación es algo posterior al descubierto en Chipre. Estos descubrimientos ponen en tela de juicio el verdadero papel de Avicena (Ibn Sīnā, 980-1037), al cual se le atribuye el invento de la destilación. El perfeccionamiento del alambique, añadiendo la serpentina en un baño de agua, se atribuye en realidad a Paracelso (1493-1541) y no a Avicena.



Lo Divino está en todas las plantas, animales y gemas preciosas.  
(Harvest to Hydrosol)

Se han encontrado representaciones de un equipo de laboratorio griego en el cual se muestra un equipo de destilación que ha sido datado en el 200/500 a.c (Sherwood Taylor 1938).

La destilación de las aguas de las plantas aromáticas ya era conocido por los **egipcios** antes del siglo IV según escritos de Synesius de Ptolomeo y Zosymos de Panapolis donde se describe a la perfección los aparatos de destilación.

Durante la caída del **Imperio Romano**, llegó el oscurantismo al continente europeo y todo lo aprendido fue olvidado y sepultado. En cambio la Luz volvió a surgir gracias al entendimiento de la Alquimia procedente del Este con el **poderío islámico**. Los beréberes del norte de Africa nos dejaron el legado del perfume llamado "*Bokhour el Berber*" entre cuyas propiedades se incluía: tónico y digestivo. También se servían de la destilación del agua de las **flores de Neroli** para los males estomacales.

Si avanzamos algo más, en los siglos X al XIII, durante las **Cruzadas**, se sabe del uso de la medicina árabe para tratar las heridas, los problemas estomacales... y aquellos que sobrevivieron regresaron a sus hogares con el **hidrolato de rosa** como regalo para sus mujeres. Así mismo, en los monasterios cultivaban plantas aromáticas, por ejemplo, los monjes benedictinos tomillo y melisa y las abadesa Hildegard of Bingen, lavanda, en su convento en el siglo XII.

Según Michel Vanhove, investigador sobre hidrolatos, es de la opinión de que las "**esencias**" mencionadas en los libros antiguos, **hacen referencia a las aguas destiladas** y no tanto a los aceites esenciales. Estos no comenzaron a ser más populares hasta los siglos 17 y 18. Tenemos como gran ejemplo de esto a la famosa **Agua de Hungría**, obtenida de la destilación de alcohol y romero en flor fresco. Usado por vez primera por la Condesa de Hainault en el siglo XIV, ella misma le envió la receta a su hija, Felipa de Henao, esposa de Eduardo III de Inglaterra. Este agua se utiliza no solo para perfumar los guantes y refrescarse en momentos de cansancio anímico, sino también como agua para lavar la cara y para añadir al baño en general aportando una acción vigorizante (Genders 1972).

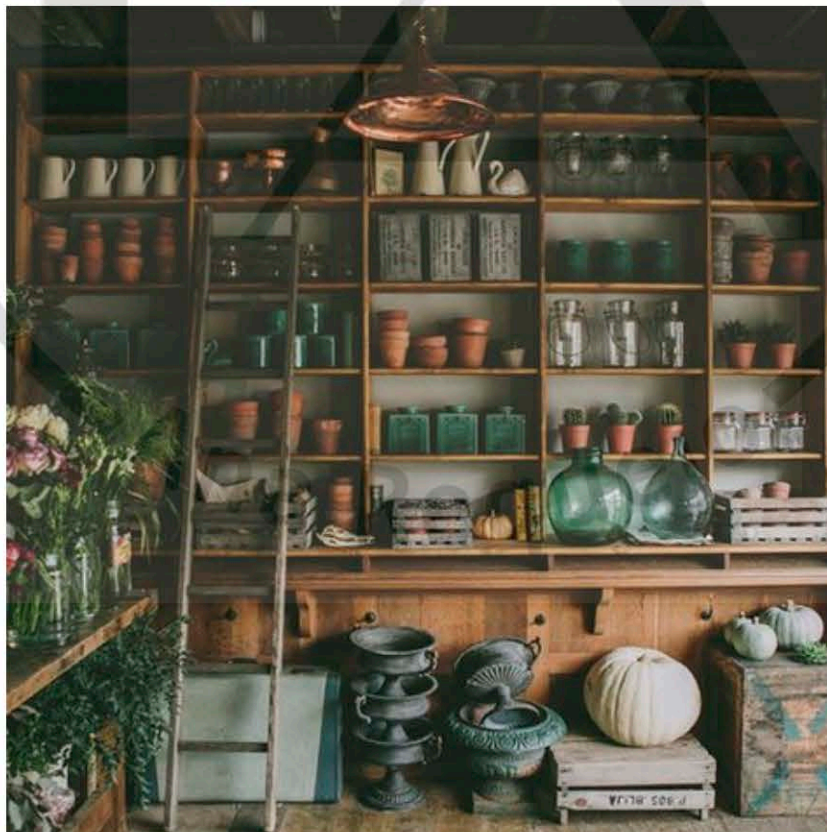
### **La importancia de las aguas**

Las aguas en si mismas han tendido siempre una representación importante en los tratamientos para mejorar la homeostasis del ser humano en forma de: tratamientos de talasoterapia, bebidas verbales, baños, homeopatía, flores de bach...

La destilación de los hidrolatos, largamente olvidada y relegada a un segundo plano, como un subproducto en Occidente europeo, formó parte de la vida diaria inglesa en los siglos 17 y 18 en cada casa señorial, en el cual siempre había un espacio reservado para las mujeres y su destilación de plantas aromáticas, "**Still rooms**". En ellas se destilaban planta como: romero, lavanda, eucalipto citriodora, salvia, tanaceto...

Estos hidrosoles eran utilizados como: agua para higiene personal, medicina, saborizante en la cocina. Incluso se destilaban varias plantas juntas a la vez. Por ejemplo, se encontró en un manuscrito datado en el 1615 la siguiente receta de hidrosol: lavanda, canela corteza, granos del paraíso (*Pimienta melegueta*) y alheli. (Genders 1972).

Estas habitaciones especiales eran única y exclusivamente, terreno femenino y ellas misma se encargaban de actualizar los recetarios con las diversas combinaciones de plantas aromáticas -a veces hasta 20- .



## LOS PRIMEROS ALAMBIQUES

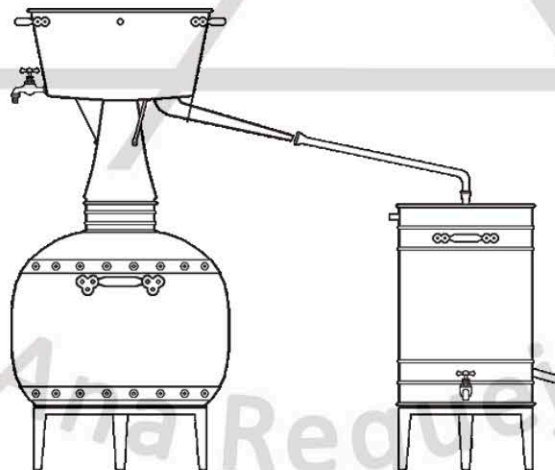
Los primeros alambiques se fabricaban en terracota y eran llamados **Curcubita** -calabaza- y **Ambix** -cobertura-.

Ya en siglo I, se utilizó el **Balneum Marie o Bain Marie**. Conformado por una olla exterior llena de agua y a ella se la colocaba un alambique. Este método **evita** que el **materias vegetal se quemé** y se utiliza cuando **se requiere calor suave**, en lugar de fuego directo.

Todos estos métodos de destilación **carecían de un método de enfriamiento adecuado para así poder condensar** y atrapar los vapores de la destilación. Por este motivo, el método se desarrolló algo más y apareció el denominado **Vejiga de Buey** que consistía en colocar telas humedecidas sobre la cabeza fija y el pico que condensaba los vapores, o la de usar una vejiga de buey llena de agua fría a modo de "trapo" frío.

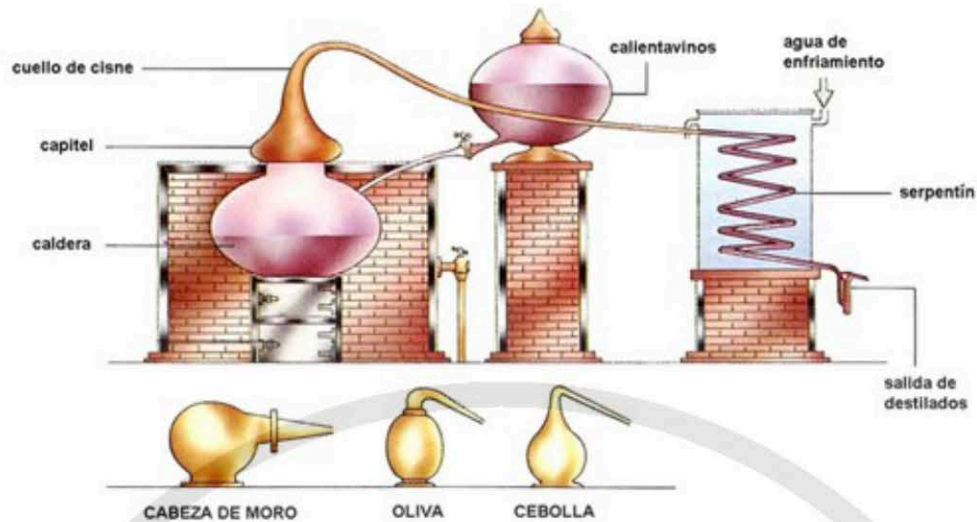
La aparición de un **condensador** se la debemos al **Rosenhut** (sombrero rosa) con forma cónica con un borde interior en su parte inferior para contener el destilado. Según el vapor se enfriaba por el aire ambiente, los vapores recondensados circulaban por dentro del sombrero cónico hasta ser atrapados por su borde interior y ser vertidos luego en un vaso de destilación.

El **Alquitar**, muy similar al Rosenhut, usaba agua fría o hielo en un recipiente a parte y en la parte superior de la cabeza del alambique. En la cabeza fija había una cámara interior de forma semiesférica donde se acumulaban los vapores y salían por un pico a un recipiente.

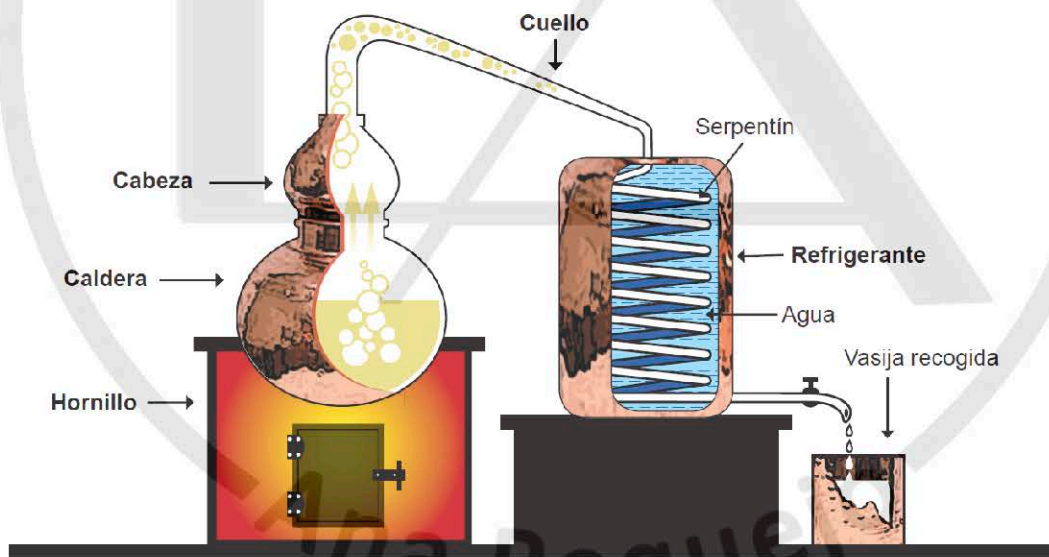


Alquitar  
Fotografía de [alambiques.com](http://alambiques.com)

Otro formato de condensador fue el llamado **Cabeza de Moro**. Hechos generalmente de vidrio, su cabeza contenía el agua fría quieta. Más adelante, en los siglos XV o XVI, se convertiría en un flujo continuo de agua fría. (Forbes 1970) (Needham 1980)



La gran mejora y eficacia llegó con los primeros serpentines o también llamados en forma de gusano. Se alargaron los picos creando un serpentín aunque no tal y como los conocemos ahora, en forma de bobina. Entonces esto alargaba en exceso el destilado.



Alambique simple

Composición y diseño: Javier Maldonado Rosso y Juan Jose Delgado Aguilera

Actualmente se traba de una bobina que está sumergida en agua fría lo cual acelera el proceso de extracción de los aceites esenciales.

## AGUAS EN EL PROCESO: PRISTINA Y CELULAR

La destilación de hidrolatos auténticos, con su carga energética y todo su verdadero aroma, se ha de realizar no solo con un **agua prístina procedente de un manantial**. En caso contrario la calidad no será la misma, sobretodo para ser utilizada a nivel emocional-energético. Esto es así porque el agua es un portador, no solo de los componentes de las plantas, con su propia energía que le confiere tan acertados y magníficos usos para terapias, sino también de las intenciones que le pone el destilador durante el proceso.

El ser humano es un 70% agua y esto lo hace muy receptivo al mensaje sutil de los hidrolatos. El japonés Masaru Emoto, conocido por su libro "The Hidden Messages in Water" (Mensajes ocultos del Agua) ya nos ha mostrado lo que sucede con el agua cuando es influenciada por los sonidos y el ambiente que le rodea.

Además tenemos que contar con el **contenido acuoso de la propia planta**, además de su componentes volátiles. Este es el principal motivo de que los hidrolatos destilados de plantas frescas, son más efectivos y de mayor carga energética y terapéutica que los destilados de plantas secas, ya que cuando las plantas se marchitan o secan (hecho común para la gran mayoría de la extracción de sus sustancias volátiles) el agua celular se evapora y entonces no aparece en el destilado.

## MOTIVOS DEL ESCASO USO DE LOS HIDROLATOS

Es muy curioso que a pesar de tratarse de un producto de un coste inferior al de los aceites esenciales, la gran mayoría de la comunidad del mundo de la Aromaterapia estudia bastante superficialmente no solo el hidrolato en si, sino su elaboración y cuidados. ¿Por qué?

- Pocos expertos en la materia que enseñen sobre ellos.
- El nulo conocimiento que tienen los terapeutas sobre lo que es un hidrolato y lo que no lo es.
- El poco conocimiento científico sobre ellos.
- Poca claridad en los textos donde son mencionados; no se sabe muy bien si hablan de hidrolatos o infusiones o las mal llamadas aguas aromáticas.
- Perfiles químicos y físicos poco disponibles -no se les suelen realizar análisis siguiendo el método del cromatograma de gases.
- Sus propiedades terapéuticas no se suelen investigar a nivel científico y lo que se sabe sobre ellos suele ser basado en experiencias personales cuya evidencia es difícil de encontrar.
- Avisos incongruentes sobre el uso de hidrolatos vía interna -así como en los aceites esenciales- en cada libro de Aromaterapia que hay en el mercado. Cláusula estipulada por el editor para protegerse en caso de información falsa o desvirtuada por parte del autor.
- Falta de productos de calidad en el Mercado.
- Códigos de conducta -UK- que impiden el uso de productos terapéuticos vía interna.

Por todo ello, la demanda de Hidrolatos en nuestro país y en el resto del mundo es casi diríamos anecdótico y por tanto los destiladores especializados muy pocos. Un motivo más para destilarlos a nivel industrial y muchas veces ni eso, pues se aprovechan las aguas condensadas resultantes de la extracción de la sustancia volátil para la venta de aceites esenciales.

## Pruebas científicas, el dilema que entorpece

Sí tratamos de buscar pruebas fehacientes y comprobadas científicamente, de que el uso de los hidrolatos aporta beneficios a la salud del Ser Humano, nos será complicado encontrarlas por las razones que hemos expuesto anteriormente. A no ser en Francia, donde sí se puede encontrar más documentos que lo mencionen; aún así, de un modo muy superficial.

La demanda del público obliga a los terapeutas a ofrecer tratamientos naturales y al mismo tiempo, el colectivo científico aún no se ha dado cuenta de que la experiencia común (Ciencia "ligera") es la base para el desarrollo de un estudio más en profundidad (Ciencia "pura"). Por tanto es preciso continuar dando respuestas naturales a los demandantes.

## EXTRACTOS DE PLANTAS CON BASE AGUA

Algunas plantas, aromáticas o no, son destiladas única y exclusivamente por su "agua". En ese caso sí que podemos decir rotundamente que estamos ante un hidrolato de calidad.

Los aceites esenciales e **hidrosoles destilados para fines comerciales en la gran industria perfumista y de sabores, son un subproducto** de esa industria, normalmente se **destilan por arrastre de vapor de aguas en grandes lotes**, cientos o miles de litros a la vez, utilizando para ello grandes **alambiques de acero inoxidable** con agua a presión a altas temperaturas para extraer la sustancia volátil. Las destilaciones así realizadas son muy rápidas. Por norma general estos productos no son objeto de interés para los terapeutas bien formado en Aromaterapia ya que no contienen todos los componentes terapéuticos deseados.

Dejemos pues por escrito las diferencias entre Hidrolatos, maceraciones, infusiones y decocciones para así no cometer el error de creer que son semejantes y que sus propiedades terapéuticas también.

- \* **Hidrolatos.** Destilación al vapor. Aparecen moléculas volátiles en ellos. 3 veces más
- \* **Maceración fría.** Se usa agua fría sobre el material vegetal troceado y se dejan en reposo durante varias horas. Luego se hace un filtrado. Aparecen moléculas solubles en agua.
- \* **Infusión.** Se echa agua muy caliente, sin haber llegado a ebullición sobre planta triturada/pulverizada y se deja macerar durante varios minutos. Las moléculas + pesadas aparecen en ella -al contrario con los hidrolatos-.
- \* **Te.** Se realiza con 4 variedades de la planta *Camellia Sinensis*: rojo, verde, negro y blanco. Se echa agua muy caliente y se deja infusionar durante unos minutos.
- \* **Tisana/decocción.** En este caso el agua llega a hervir con la planta/as dentro durante unos minutos. Se echa agua fría sobre la plana y se lleva a ebullición. Una vez alcanzada la ebullición se deja cocinando a fuego suave durante 20'. Aparecen + moléculas en comparación con la infusión.



Un hidrolato estaría situado por tanto entre una infusión y un aceite esencial. Al igual que la infusión:

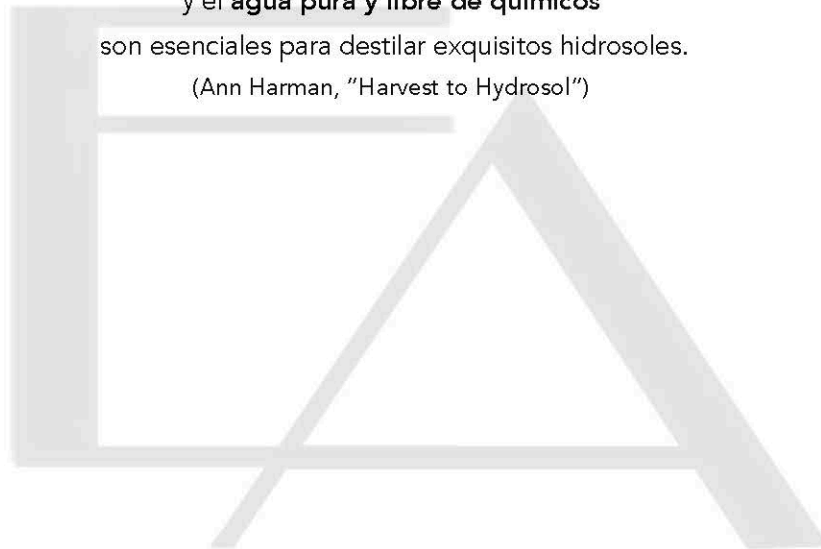
- un hidrolato contiene moléculas solubles en agua.
- es 3 a 4 veces más rico en sustancias volátiles que la infusión.
- es incluso más eficaz y rápido actuando que una tisana.
- lo cual no quiere decir que sea más potente terapéuticamente hablando.

### En resumen:

Un hidrolato, obtenido como producto primario bajo ciertos parámetros que veremos en los siguientes temas, es...

**un producto vibrante y curativo destilado, no un subproducto de una destilación de aceites esenciales.**

Las **plantas frescas** cultivadas orgánicamente  
y el **agua pura y libre de químicos**  
son esenciales para destilar exquisitos hidrosoles.  
(Ann Harman, "Harvest to Hydrosol")



### **Aviso de copyright**

El material educativo y el contenido de la formación de la Escuela de Aromaterapia Ana Requejo están protegidos por derechos de autor. Todos los derechos están reservados. Los usuarios tienen prohibido desde copiar, distribuir, transmitir, compartir, exhibir, publicar, vender licenciar o modificar cualquier contenido de Escuela de Aromaterapia Ana Requejo para cualquier propósito a menos que se haya obtenido permiso por escrito Ana Requejo. Cualquier uso no autorizado de los materiales de Escuela de Aromaterapia Ana Requejo constituirá una infracción de los derechos de autor.

### **Descargo de responsabilidad**

El material educativo y el contenido de la formación de la Escuela de Aromaterapia Ana Requejo son solo para uso informativo y educativo. No están destinados a ser un sustituto del consejo, diagnóstico o tratamiento médico profesional, ni tampoco destinados a transmitir pautas legales. Si eres fabricante, debes tomar nota de los requisitos legales vigentes que puedan aplicarse en su región. Busque siempre el consejo de su médico u otro proveedor de salud calificado con cualquier pregunta que pueda tener con respecto a una afección médica. Nunca ignore el asesoramiento médico profesional o demore en buscarlo debido a la información contenida en este curso.