

La història de la perfumeria ha anat lligada a l'aprofitament de les essències de les plantes, ja que la perfumeria en els seus orígens ha estat 100% natural i per tant es feia només a partir dels olis essencials que contenen les plantes aromàtiques.

Avui dia, la major part de la perfumeria utilitza essències sintètiques creades en un laboratori, que són una còpia imperfecte de les essències presents en les plantes. Aquestes essències sintètiques no tenen cap qualitat medicinal.

Les essències de les plantes les anomenem olis essencials, per què tenen un aspecte oliós. Són productes molt complexos i molt concentrats amb grans virtuts medicinals. Per tant, a més de fer olor, també serveixen com a medicina. D'aquest aspecte medicinal dels olis essencials, se n'ocupa l'aromateràpia. Molts olis essencials són grans desinfectants, per això estimulen el nostre sistema de defensa per combatre les infeccions, virus i bacteries. Altres són relaxants com la lavanda o la mandarina. N'hi ha que ens ajuden amb les digestions, com la menta o el fonoll. I n'hi ha que ens calmen el dolor com la camamilla o el romaní.

Però per què les plantes aromàtiques fabriquen essències? No totes les

plantes les fabriquen, o no en la proporció suficient per a què siguin considerades plantes aromàtiques. Les aromàtiques fabriquen essència per poder resistir la sequera (és com si es fabriquessin el seu protector solar) i procuren que el greix que fabriquen faci una olor atractiva per als insectes polinitzadors. Alhora que aquestes olors tan fortes no agraden als herbívors que se les podrien menjar. I a més, amb les propietats medicinals que tenen, reforcen el seu sistema immunitari.

I com podem extreure les essències de les plantes i fruits? Dependrà de la part de la planta que contigui l'essència: hi ha plantes que tenen l'essència a la flor (lavanda, sàlvia, rosa...) , altres que la contenen a la fulla (menta, tarongina...) , altres com els cítrics a la pell (llimona, taronja, mandarina...) altres en l'escorça i fusta (canyella, sàndal...) o en el fruit i llavors (fonoll, pebre...)

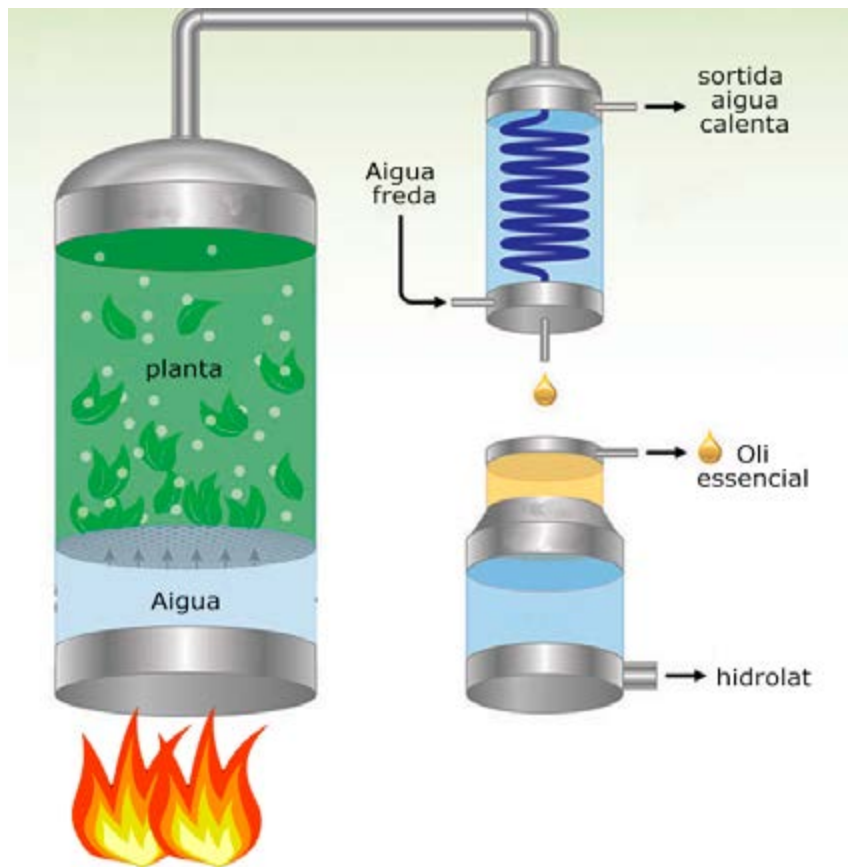
Quan es destil·len fulles i flors es fa servir el mètode de la destil·lació, en canvi quan es vol extreure l'essència d'un cítric es fa servir una premsa mecànica (veure dibuix de l'alambí).

En aquest taller treballarem només amb olis essencials 100% purs, per què a més de fer colònia, farem salut. Una colònia o bé un perfum no és res més ni res menys que una dilució dels olis essencials en alcohol o bé en oli. **Farem una colònia quan només hi posem entre un 3 -5% d'oli essencial , mentre que serà un perfum si li posem més d'un 10%.** Per això els perfums són molt més cars que les colònies i també conserven més temps l'olor en la nostra pell.



### Què conté?

- 30 flascons amb roll-on 25 ml
- Olis essencials de menta, lavanda i romaní (15 pots/3 per grup)
- Alcohol etílic de 70°
- Oli vegetal
- 10 gots mesurador(2/grup)
- 15 tires de paper (3/grup)
- 30 etiquetes adhesives



Per extreure l'essència de les plantes hem de fer servir un alambí, una caldera que a través del vapor d'aigua aconseguix separar l'essència de la planta.

#### ELS PERFUMS TENEN NOTES:

En perfumeria pren una gran importància el grau de volatilitat dels olis essencials, ja que determinarà la percepció que tenim d'una olor. Segons algunes tendències en el món de la perfumeria, una fragància ben formulada hauria de contenir olis essencials amb diferents graus de volatilitat, per tal de garantir una permanència i fixació de la olor. Els perfumistes anomenen aquesta característica amb el nom de notes i classifiquen els olis essencials en tres categories de notes: alta, mitja i baixa.

Les notes altes estan presents en els aromes cítrics que són els més volàtils, per tant els detectarem abans i s'esvainan amb major rapidesa. Les notes mitges estan contingudes en plantes herbàcies (romani, sàlvia...) i es van volatilitzant durant les primeres hores. Finalment les notes baixes són pròpies de fustes, arrels i re-

sines aromatitzades i són les que es volatitzen més lentament i es perceben al final del perfum.

Si ens posem un perfum al matí podrem observar com al llarg del dia aquest perfum evoluciona. La primera hora percebrem les notes altes, a partir de la primera fins a la tercera hora percebrem les notes mitges i passat aquest temps començaran a volatilitzar-se les notes baixes.

Si volem seguir aquesta pauta de les notes, podem aplicar la següent proporció per crear fragàncies equilibrades: **3 parts de nota alta, 2 de nota mitja i 1 de nota baixa.**

Però no tota la perfumeria segueix aquest criteri. Hi ha molts perfumistes que treballen a partir de la intuïció, l'experiència i la creativitat per crear noves fragàncies.



## Olis essencials més enllà de la olor



**OLI ESSENCIAL DE MENTA**  
*Mentha Piperita*

L'oli essencial de menta s'extreu destil·lant les seves fulles i dona un oli essencial molt fresc i intens. Hi ha diferents espècies de menta i totes elles són molt aromàtiques i medicinals: menta viridis, menta piperita, menta xocolata....

L'oli essencial de menta, especialment la menta piperita, és un excel·lent oli per als problemes digestius, ja que facilita les digestions pesades, evita el mareig, els espasmes dolorosos estomacals i intestinals, ajuda a regular el trànsit intestinal.... Per això ficar unes fulles de menta a la cuina és tant interessant per facilitar la digestió.

S'utilitza també per alleugerir els dolors musculars, tot fent fregues a la part adolorida i és molt eficaç pel mal de cap. També s'utilitza quan estem refredats com a expectorant, ajuda a respirar millor quan estem molt congestionats.



**OLI ESSENCIAL DE LAVANDA**  
*Lavandula Latifolia*

L'oli essencial de lavanda és un dels olis més utilitzats en aromateràpia i en perfumeria per la seva agradable olor i el seu potencial medicinal. La lavanda ens ajudarà a relaxar el sistema nerviós, a conciliar la son en cas d'insomni, ansietat o nerviosisme. És molt emprat com antiinflamatori en cas de dolors musculars i contusions. Per les seves propietats desinfectants és molt útil per vaporitzar quan estem congestionats o engripats. I per acabar és un excel·lent regenerador de la pell, en cas de cremades, picades d'insectes, irritacions....



**OLI ESSENCIAL DE ROMANÍ**  
*Rosmarinus Officinalis*

El seu oli essencial s'extreu de la destil·lació de les fulles florides. És un oli essencial molt interessant pels estudiants, ja que augmenta la concentració, millora la memòria i evita la somnolència. És un oli que ens activa en tots els sentits, activa els nostres òrgans interns i les funcions mentals, aportant-nos energia per a fer front a jornades intenses de treball. També ajuda a alleugerir els dolors muscular, reumatisme, cames cansades.....



# Què farem?

- Prepararem dues colònies amb olis essencials naturals: una amb base oli i una altra amb base alcohol i compararem els resultats.
- Farem una colònia amb base oli per grup i una colònia amb base alcohol per cada alumne d'endur-se a casa.

## Recepta 1: (1 per alumne)

- Alcohol etílic de 70° (95%)
- Oli essencial de menta, lavanda i romaní (5%)
- Flascó roll-on

## Recepta 2: (1 per grup)

- Oli vegetal (95%) de girasol
- Oli essencial de menta, lavanda i romaní (5%)
- Flascó roll-on

Per crear una colònia hem de fer dos passos: primer inventarem la fragància i després elaborarem la colònia.

### 1er pas: crear la fragància a partir dels olis essencials

La fragància serà l'olor de la barreja de 2 o més olis essencials. Per tant, haurem d'introduir les gotes necessàries de les tres essències en el flascó de vidre i barrejar-les bé. Ja tenim la nostra fragància.

La nostra fragància és un 5% del total de la fórmula. Com que el producte final són 10 ml, calcularem que la fragància serà 0,5ml. = 10 gotes.

Haurem de distribuir les 10 gotes entre els 3 olis essencials de que disposem:



Olis essencials	Nota olfactiva	Parts	Gotes totals 10
Menta	alta	3	5
Lavanda	mitja	2	3
Romaní	baixa	1	2

Taula: Distribució de les essències segons la pauta de les NOTES OLFACTIVES

## 2on pas: preparem la colònia

Un cop ja tenim la fragància creada, passarem a diluir-la en oli o en alcohol per tal de preparar la colònia. Això es fa perquè l'aplicació dels olis essencials purs és tant concentrada que resulta irritant per la pell.

Un cop diluida, caldrà tancar el pot i agitar durant un minut aproximadament, per tal que els olis essencials es dissolguin perfectament.

Les colònies i perfums es deixen en repòs unes quantes setmanes, abans de considerar que ja estan llestes per utilitzar-les.

Podeu comparar com evoluciona amb el temps la vostra colònia.

## Com ho farem?

1. Posarem sobre una tira de paper, 1 gota de cada oli essencial i la olorarem per separat. Us recorda la olor a la menta? a lavanda o al romaní fresc?
2. Un cop identificades les olors podem comentar les propietats de cada oli essencial.
3. Treball en grup: Colònia base oli
4. Començarem preparant la fragància: posarem 1 a 1 les gotes dins el nostre envàs roll-on i després agitarem per que es barregen bé. Us agrada la mescla?
  - 5 gotes de menta
  - 3 gotes de lavanda
  - 2 gotes de romaní
5. De la fragància farem la colònia, afegint l'oli sobre la fragància creada. Tornem a agitar per que es dissolgui bé. Ens la podem aplicar a la pell o simplement olorar-la.
6. Etiquetem posant la data d'elaboració i els components de cada una.

7. Treball individual:

Un cop feta la colònia grupal, ara repetirem el procediment amb alcohol i cada alumne es farà la seva colònia

8. Test olfactivu de la colònia que acabem de fer en oli i en alcohol:

- Quina és la nota de sortida? La detectes bé?
- Comparem els resultats en la pròpia pell i controlem la permanència de l'olor en un cas i en l'altre. Quin mètode reté més temps l'olor? quines diferències perceps?
- Ens apliquem les dues colònies en el pols de la mà, una a cada ma per poder anar comprovant al llarg de la jornada l'evolució de les dues olors. Quina perceps més al principi? Quina al final del dia?

- Els perfums necessiten un temps de repòs. Proveu els dos perfums passat una setmana.



### OBSERVACIÓ IMPORTANT:

*Recomanem que pregunteu si hi ha cap alumne que sigui al·lèrgic a alguna de les plantes que treballau. Els olis essencials són molt concentrats i cal conscienciar l'alumnat que han de treballar amb cura i responsabilitat.*

*Cal evitar tocar-se els ulls o boca durant la pràctica. En cas que l'oli essencial entri en contacte amb els ulls, caldrà netejar-los amb oli vegetal.*

## Què hem après?

- Què són els olis essencials, d'on provenen i com s'obtenen.
- Aprendrem que els olis essencials tenen moltes aplicacions i com utilitzar-los
- Sabrem què és una fragància aromàtica i com es pot crear
- Aprendrem a fer perfums i colònies amb dos mètodes diferents
- Avaluarem quin dels dos mètodes ens agrada més per fer perfum

1. Quins passos hem seguit per fer una colònia?

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_
- 4) \_\_\_\_\_
- 5) \_\_\_\_\_

2. Perquè no podem fer servir els olis essencials en estat pur (100%)?

- 1) \_\_\_\_\_
- 2) \_\_\_\_\_
- 3) \_\_\_\_\_

3. Què diferencia una colònia d'un perfum?

---

---

---

---

4. Una ampolla de 10ml de oli essencial d'espigol pot costar de 5 € mentre que una de rosa damascena pot arribar als 250 €. Per que creus que els olis essencials tenen un preu tant diferent ?

---

---

---

## Què més podem fer?

- Per grups de treball, busqueu productes que continguin olis essencials.
- Esbrineu perquè uns olis essencials tenen un preu molt elevat i altres són molt més econòmics. De què depèn el preu?
- Com s'obtenen els olis essencials? Cerqueu algun vídeo del procediment que es fa servir més.
- Heu sentit a parlar de l'aromateràpia? Podeu cercar informació sobre aromateràpia i buscar fórmules d'olis essencials per a millorar la concentració, la fatiga, la relaxació....
- Busca 3 maneres diferents en que podem aplicar els olis essencials?