



Contenido

Curso orientado a individuos que quieren profundizar sus conocimientos en aromaterapia y obtener una certificación profesional. Se estudian 25 aceites esenciales en profundidad, sus beneficios y usos prácticos.

Requisitos y Modalidad

No se requieren conocimientos previos sobre aromaterapia

Modalidad online

Esta certificación califica para presentar en la Asociación Nacional de Aromaterapia Holística de Estados Unidos (NAHA) y obtener la certificación Nivel 1 (NAHA Certified Level 1 Aromatherapist).

Plan de Estudio - Fundamentos de Aromaterapia - 50 horas

Introducción a la Aromaterapia



1

MÓDULO 1

Abriendo las Puertas al Mundo de la Aromaterapia

- Qué es la aromaterapia.
- Historia. Investigaciones y estudios.
- Aromaterapia moderna.
- Qué son los aceites esenciales.
- Qué función cumplen los aceites esenciales en la naturaleza.
- Métodos de extracción.
- Importancia de la calidad y seguridad de los aceites esenciales. Escuelas de pensamiento.
- Cómo se usan los aceites esenciales.
- Precauciones a la hora de usar aceites esenciales.
- Características y beneficios del aceite esencial de lavanda (*Lavandula angustifolia*).
- Cuestionario de repaso.

USO AROMÁTICO DE LOS ACEITES ESENCIALES.



2 MÓDULO 2

¡Descubre tu **SUPER** poder!
El sentido del olfato

- Precauciones a la hora de usar aceites esenciales.
- El sentido del olfato y los efectos de la aromaterapia.
- Menta (*Mentha piperita*) – Características, propiedades, usos
- Limón (*Citrus Limon*) - Características, propiedades, usos
- Aromatizadores/ Armonizadores de ambiente
- Mist relajante
- Mist desinfectante
- Mist Energizante
- Mist edificante.
- Cuestionario de repaso.

USO TÓPICO DE LOS ACEITES ESENCIALES.



3 MÓDULO 3

Aromas en la piel.
Creando elixires para el cuerpo y las emociones

- Cómo usar los aceites esenciales en forma tópica.
- Qué son los aceites portadores o vehiculares.
- Características de los aceites vehiculares más conocidos:
- Jojoba, oliva, coco y almendras.
- Dilución recomendada.
- Utilización de aceites esenciales para masajes y reflexología.
- Naranja (*Citrus Sinensis*). Características, propiedades, usos
- Rosa (*Rosa Damascena*). Características, propiedades, usos
- Brebajes para masajes
- Elixir relajante
- Elixir desintoxicante,
- Elixir energizante
- Elixir edificante.
- Cuestionario de repaso.

CÓMO CREAR PRODUCTOS DE BELLEZA Y CUIDADO PERSONAL CON ACEITES ESENCIALES.



4

MÓDULO 4

Mimos
aromáticos
para sentirte bien

- La piel y los aceites esenciales.
- Aceites esenciales sugeridos para uso tópico.
- Beneficios de preparar los productos para el cuidado de la piel.
- Algunos ingredientes básicos.
- Loción limpiadora facial. Para piel seca, normal, grasa.
- Tónico facial. Para piel seca, normal, grasa.
- Elixir facial suavizante y antiinflamatorio.
- Máscara exfoliante de rosas y avena.
- Manteca corporal de cacao y naranja.
- Tea tree o árbol de té (*Melaleuca alternifolia*).
- Características, propiedades y usos.
- Cuestionario de repaso.

CÓMO CREAR PRODUCTOS PARA LA LIMPIEZA DEL HOGAR CON ACEITES ESENCIALES.



5

MÓDULO 5

Limpia tu hogar,
fortalece las defensas
y desintoxica
tu mente

- ¿Por qué hacer tus propios productos para la limpieza del hogar?
- Aceites recomendados para limpiar tu hogar.
- Otros materiales necesarios para crear productos de limpieza para el hogar.
- Desinfectante multiuso.
- Limpiador desengrasante.
- Limpia pisos.
- Limpia vidrios.
- Limpiador para acero inoxidable y lustra muebles.
- Desodorante y limpia alfombras.
- Pastillas de detergente para lavavajillas.
- Más tips.
- Lemongrass (*Cymbopogon flexuosus*). Características, propiedades y usos.

BOTIQUÍN ESENCIAL



6

MÓDULO 6

¿Por qué los aceites esenciales son tan poderosos?

- ¿Por qué los aceites esenciales son tan poderosos?
- Los aceites esenciales como complemento a la medicina tradicional
- Botiquín Esencial
- Recetas caseras para dolencias comunes: Vapor rub. Pomada para aliviar síntomas de resfrío y ocasionales molestias respiratorias.
- Vaporización para aliviar congestión y molestias respiratorias.
- Rescate para el dolor de cabeza.
- Alivio para artritis o inflamación en las articulaciones.
- Pomada para moretones.
- Enjuague bucal casero.
- Pomada para dolores musculares.
- Mezcla para aliviar inflamación y golpes leves.
- Exfoliante para piernas cansadas.
- Solución para quemaduras solares u otras quemaduras leves.
- Desinfectante para manos.
- Rescate para tristeza y angustia.
- Los aceites esenciales durante el embarazo
- Los aceites esenciales y los niños
- Cuestionario de repaso

INTRODUCCIÓN A LA QUÍMICA DE LOS ACEITES ESENCIALES



7

MÓDULO 7

Develando el secreto oculto de los aceites esenciales

-
- Introducción
 - Monoterpenos
 - Sesquiterpenos
 - Alcoholes
 - Esteres
 - Aldehídos
 - Cetonas
 - Fenoles
 - Óxidos
 - Otras familias.
 - Cuestionario de repaso.

25 PODEROSAS PLANTAS AROMÁTICAS



8

MÓDULO 8

Explorando
los **aceites
esenciales**

**LOS ACEITES
ESENCIALES
COMO SOPORTE DE
LOS SISTEMAS
DEL CUERPO.**



9

MÓDULO 9

El **cuerpo**
es nuestra
 casa

- Introducción
 - Albahaca (*Ocimum basilicum*)
 - Canela (*Cinnamomum verum*)
 - Ciprés (*Cupressus sempervirens*)
 - Clavo (*Syzygium aromaticum*)
 - Eucalipto (*Eucalyptus globulus*)
 - Geranio (*Pelargonium graveolens*)
 - Hierbabuena (*Mentha spicata*)
 - Incienso (*Boswellia carterii*)
 - Jengibre (*Zingiber officinale*)
 - Manzanilla alemana (*Matricaria recutita*)
 - Orégano (*Origanum vulgare*)
 - Patchuli (*Pogostemon cablin*)
 - Palo Santo (*Bursera graveolens*)
 - Romero (*Rosmarinus officinalis*)
 - Tomillo (*Thymus vulgaris* ct. thymol)
 - Salvia Sclarea (*Salvia sclarea*)
 - Sándalo (*Santalum album*)
 - Ylang Ylang (*Cananga odorata*)
 - Cuestionario de repaso
- Nota: Debido a que están en peligro de extinción, el incienso y el sándalo se analizarán en referencia a sus usos históricos así como también sugerencias de aceites esenciales alternativos para usar en su lugar.

-
- Introducción
 - Sistema nervioso
 - Sistema límbico. Cómo los aceites esenciales interactúan en los niveles físicos y emocionales
 - Sistema respiratorio
 - Sistema digestivo
 - Sistema musculatorio
 - Sistema esquelético
 - Sistema cardiovascular/ circulatorio.
 - Cuestionario de repaso

CONSULTA Y PROMOCIÓN



- Qué es un terapeuta holístico
- Estructura de una sesión de aromaterapia
- Cualidades de un aromaterapeuta
- El poder del pensamiento y la palabra
- Ética profesional
- Promoviendo el uso de los aceites esenciales
- La importancia del lenguaje
- Examen de repaso
- Cuestionario de repaso.

10

MÓDULO 10

Compartiendo la sabiduría milenaria de los **aceites esenciales**



- **Completar todas las pruebas de revisión**
- **Completa un trabajo de investigación de 5-10 páginas.**
- **5 Casos de Estudio**
- **2 Exámenes finales**

11

MÓDULO 11

Cómo completar el **programa**

