

## PRÁCTICA 7. ELABORACIÓN OLEOLATO\_ACEITE DE ÁRNICA PARA GOLPES

### Ingredientes para elaborar el Aceite de Árnica para golpes:

- **Flores de Árnica Montana:** Estas deben ser compradas en un herbolario o tienda especializada debido a que se trata de una especie en protección por su peligro de extinción. Se trata de una planta con poderosas acciones antiinflamatorias, cicatrizante, analgésica y antiséptica.

La toxicidad de la árnica es muy alta y por eso se reserva para aplicaciones externas. A dosis muy pequeñas se emplea por vía oral en curas homeopáticas para combatir el dolor.

Está considerado como el más potente antiinflamatorio a nivel externo y por ello es muy apreciada por deportistas y excursionistas para tratar; contusiones, torceduras, caídas, golpes, chichones, esguinces, luxaciones, así como también sobre heridas sin sangre (para que no penetre el componente tóxico en el torrente sanguíneo), rasguños, arañazos, escoceduras y llagas en la piel. Sirve para eliminar picores, sarpullidos y erupciones.

Es igual de útil para disminuir la inflamación interna y rebajar el dolor en problemas osteoarticulares.



- **Aceite de almendras dulces:** Como ya hemos mencionado tiene efectos antiinflamatorios y ayuda a calmar las irritaciones cutáneas, hidrata y suaviza todo tipo de pieles, se recomienda especialmente en casos de sequedad, deshidratación o escamación.
- **Aceite Esencial (AE) de Lavanda, romero, gaulteria, clavo, pino silvestre y sándalo.**

### **Preparación para 10 personas; aumentar proporciones para cantidades mayores:**

- 300 ml aceite almendras dulces.
- 30 gr. De flores de árnica montana.
- 4-5 gotas de cada AE.
- 10 Recipientes de 30 ml opacos de cristal con tapa de rosca.

### **Procedimiento para el Aceite para Golpes:**



**Paso 1:** Verter los 300 ml de aceite de almendras dulces en un precipitador al uso para preparados farmacológicos:



**Paso 2:** Verter en su interior 4-5 gotas de cada uno de los AE mencionados y remover de forma constante y enérgica durante 5 min. con una varilla de vidrio. Observar que no queden gotitas suspensas en el aceite para que los aceites esenciales estén bien disueltos uniformemente.



**Paso 3:** En los dosificadores de 30 ml introducir 2-3 flores de árnica.

**Paso 4:** Después, verter en los dosificadores la mezcla de aceite vegetal con AE's y cerrar el recipiente de rosca, agitándolo enérgicamente unos segundos.



**Paso 5:** Aplicar el preparado en la zona dolorida mediante una friega uniforme y constante. Si el dolor persiste, aplicar 3 veces al día, una de ellas antes de irnos a dormir.

