Cómo conservar correctamente los aceites esenciales

Los aceites esenciales son sustancias concentradas y, aunque muchas veces pensamos que por estar dentro de un frasco van a mantenerse igual durante mucho tiempo, la forma en que los conservamos influye mucho en su estabilidad.
Hay 2 cosas a las que tenemos que prestar especial atención: la luz y el contacto con el aire.

Aromaterapi
Integral Inici

Protegerlos de la luz

Lo ideal es conservar los aceites esenciales en frascos de vidrio oscuro, generalmente ambar.
La luz, especialmente cuando la exposicion es prolongada, puede favorecer procesos de degradacion y alterar algunos de sus componentes.
Por eso, no es recomendable dejarlos expuestos sobre una repisa donde reciban luz directa, aunque el frasco sea oscuro.
Mejor guardarlos en un lugar protegido de la luz.

Evitar el calor

Los aceites esenciales tambien deben mantenerse alejados de fuentes de calor.
No conviene dejarlos cerca de una ventana donde reciban sol, junto a una cocina, una estufa o cualquier otro lugar donde la temperatura pueda elevarse.
Un lugar fresco y estable es una mejor opcion.

Mantenerlos bien cerrados

Cada vez que utilizamos un aceite esencial, debemos volver a cerrar correctamente el frasco.
El contacto con el aire puede favorecer procesos de oxidacion y, ademas, algunos de sus componentes son volatiles y pueden perderse con el tiempo.
Por eso tambien es importante no dejar el frasco abierto mas tiempo del necesario.

Y el frasco

El vidrio es el material que preferimos para conservar los aceites esenciales.
Ademas del color del envase, es importante que el cierre sea adecuado y que no queden restos de aceite alrededor de la rosca o del gotero.
Mantener el envase limpio y correctamente cerrado tambien ayuda a una mejor conservacion.

Aromaterapia Integral Inicial

Cuanto tiempo duran

No todos los aceites esenciales tienen la misma estabilidad.
Su composicion quimica influye mucho en esto. Algunos son mas susceptibles a la oxidacion que otros, especialmente aquellos ricos en determinados monoterpenos.
Por eso no podemos decir que todos los aceites esenciales duran dos años o establecer una unica fecha para todos.

Un aceite esencial que estuvo bien cerrado, protegido de la luz y conservado en un lugar fresco no va a estar en las mismas condiciones que otro que paso meses expuesto al calor y al aire.
Como podemos darnos cuenta de que algo cambio
Una de las primeras cosas que podemos hacer es observar y oler el aceite esencial.
Si aparece un olor diferente al habitual, especialmente un olor desagradable o que nos resulta claramente extraño, puede ser una señal de alteracion.