



TIERRA PURA

Curso de Biocosmética Terapéutica

Preparados naturales para el cuidado personal

Teoría

Vínculo con las plantas y clasificación

Conocer una planta nos puede llevar toda una vida, es como conocer una persona: es infinita, cuanto más la conoces, más te sorprende. Es importante abrir los 5 sentidos y a esto sumar el 6to que es la intuición.

Lo primero que se observa es la forma, el color, la textura, cómo es el territorio donde crece (arenoso, barroso, seco, húmedo, si crece en el agua...), qué plantas crecen cerca, si siempre se asocia con las mismas plantas, en qué estación del año florece, en qué estación da frutos, si sus flores se abren de día o de noche, de qué manera se reproduce, si es perenne o caduca, etc.

Las plantas se clasifican de distintas maneras:

Según su Olor:

- Cuando frota y hueles una planta, deberás fijarte si su olor es aromático, fresco, dulce, vegetal, rancio.
- Las aromáticas suelen ser medicinales.
- Las de aroma vegetal suelen ser nutritivas.
- Las que tienen aroma rancio no se deberán ingerir, sus propiedades suelen ser de limpieza energética.
- Una vez que has oído la planta y ves que no es rancia podrás saborearla.



Según su sabor:

- Las amargas, son altamente desparasitantes, como la altamisa, la artemisa.
- Las picantes, barren y limpian, como el suico, la barba de piedra, la picantilla.
- Las saladas remineralizan, como la cola de caballo.
- Las dulces, tienen la función de nutrir, como la yerba buena, la marcela.

Además de la observación es fundamental abrir la intuición, la escucha de la energía de cada planta, ya que estos seres tienen una manera muy sutil de comunicarse. Desarrollar la intuición nos va a permitir conectar con el espíritu de las plantas y así podremos deleitarnos con su medicina desde otros cuerpos además del físico. Ir desarrollando esto nos permitirá saber qué planta usar en cada momento.



Cosecha

Es importante esperar a que la planta dé su semilla antes de cosecharla, por eso insisto en la importancia de la observación.



Una vez que la planta dio su semilla se corta dejando una parte del tallo para que pueda rebrotar, sin arrancar de raíz. Si lo que queremos es cosechar la flor, teniendo en cuenta que en la flor está la semilla, se cosechan las flores pero no todas, dejamos una parte para que semille.

Cuando cosechamos, sembramos, porque al cosechar vamos esparciendo las semillas que está soltando la planta. Este cuidado basado en la observación y el respeto de los ciclos de la naturaleza evita la depredación y por ende la extinción de esta medicina.



Cosecha (cont.)

Otra cosa a tener en cuenta al momento de cosechar es que las plantas deben estar secas, no debe haber llovido y se debe haber secado bien el rocío. De lo contrario las plantas recolectadas pueden llenarse de hongos. Después de las lluvias se debe esperar al menos dos días de sol para cosechar. Por eso Córdoba es conocida como la botica de Argentina, porque su clima seco soleado y la altura dan una calidad a las plantas de mucha potencia y concentración de activos.



Cosecha según la Luna y el Sol:

Tomamos estos momentos de la luna y el sol ya que su movimiento influye en la savia de las plantas y ésta se concentra en cada parte de la planta según el momento lunar y solar.

- Cuando lo que nos interesa de la planta son **las hojas**, cosechamos en **luna creciente**, a la mañana, después de que se ha secado el rocío.
- **Las flores** las cosechamos en **luna llena**, al medio día.
- **Las cortezas** las cosechamos en **luna menguante** a la tarde, antes de que baje el sol.
- **Las raíces** en **luna nueva** una vez que bajó el sol. (idealmente a media noche)



Secado de las plantas

Hay dos maneras para secar las plantas:

- Se ponen boca abajo, se atan del tallo y se cuelgan en un lugar seco y fresco donde no reciban sol. Una vez están secas se descuelgan, se cortan y se guardan en una bolsa de papel madera o en un frasco de vidrio con tapa. Esta forma de secado hace que la savia de la planta quede concentrada en la parte que queda boca abajo.



Secado de las plantas (cont.)

- Otra manera es cortarlas y esparcirlas en un bastidor o sobre una mesa o superficie plana sobre una tela de algodón o algo que les permita respirar. Durante los días, se va oreando y dando vuelta a las plantas para ayudar a que se sequen más rápido. Esta forma de secado asegura que la savia quede repartida de forma pareja en toda la planta.

Una vez que la planta está seca se guarda en una bolsa de papel madera o en un frasco de vidrio con tapa. Las plantas pueden quedar guardadas por 1 año con sus principios activos. Pasado el año van perdiendo vitalidad.



Plantas que usamos en Tierra Pura

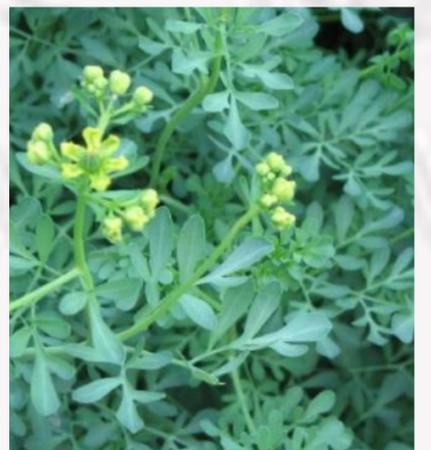


- **Caléndula:** regenera los tejidos de la piel, nutre, hidrata, cicatriza. Para pieles irritadas, sensibles. Se utiliza en pomada para tratar heridas eczemas, quemaduras, llagas, grietas del pezón, úlceras en la piel, arrugas. Es por estas propiedades tan nobles que en Tierra Pura sembramos y utilizamos la caléndula en varios de nuestros productos. Esta planta hace honor al nombre que le dan en España: “Maravilla”.
- **Árnica:** Activa la circulación y desinflama. Se utiliza en pomada para relajar los músculos, para golpes, dolores musculares, hematomas.
- **Aloe Vera:** calma, suaviza, hidrata, regenera tejidos, posee una acción bactericida, antiséptica y analgésica. Es excelente para las quemaduras, heridas y eritema solar. A pesar de que no es una planta nativa, elegimos sembrarla en nuestro campo laboratorio y utilizar sus bondades en nuestros productos.



Plantas que usamos en Tierra Pura (cont.)

- **Tomillo:** antiséptico, antibiótico, estimulante. Se utiliza en pomada para frotar el pecho cuando hay catarro y para tratar el acné y regular la piel grasa.
- **Romero:** relajante muscular y articular. Es vigorizante y activa la circulación. Fortalece el cabello y el cuero cabelludo. Es antirreumático.
- **Llantén:** ayuda en la cura del herpes, cicatrizante, desinflamatorio, astringente, antibiótico, antiséptico.
- **Ruda:** aceite de ruda para fricciones, para dolores del reuma, limpia energéticamente.
- **Malva:** ayuda en la cura de hemorroides, baños de asiento, antiséptica, cicatrizante.



Plantas que usamos en Tierra Pura (cont.)

- **Lavanda:** sedante, calmante, analgésica, antiséptica.



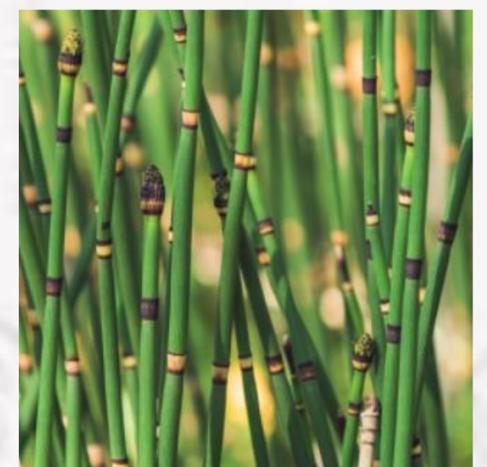
- **Jarilla:** contiene mucho yodo y potasio, ablanda los tejidos, desinflama, desinfecta. Para dolores e inflamación articular y de huesos. hemorroides.



- **Muña-Muña:** estimula la producción de hormonas y aumenta el deseo sexual.



- **Cola de caballo:** es una planta que contiene mucho colágeno, colabora con la estructura ósea y remineraliza.



Aceites Vegetales Vehiculares

En cada región se encuentran las materias primas que necesita el ser humano según las condiciones climáticas del entorno.



Aceite de almendras dulces: (*amygdalus communis dulcis*)

Compuesto por sustancias muy afines a la piel, protege y mantiene la humedad formando una fina capa que nutre, hidrata, suaviza, elastiza y reconstituye. Rico en ácidos grasos esenciales y vitamina A (acción antiinflamatoria) y E (acción antioxidante). Este aceite es de absorción lenta y dota de nutrientes a las capas superficiales de la piel. Estimula la producción de colágeno. También mejora la salud del cuero cabelludo y aporta brillo. Recomendado para todo tipo de pieles.

Aceites Vegetales Vehiculares (Cont.)

Aceite de coco: (cocos nucífera)

Posee gran cantidad de grasas saturadas. Agente limpiador natural, antiséptico, antimicótico, antibiótico. Muy hidratante de la piel y cabellos secos. Reestablece el ph neutro de la piel, elimina grasa y exceso de sebo. Bloquea en un 20% los rayos uv.

Aceite de germen de trigo:

Es un conservante natural. Tiene mucha vitamina E (acción antioxidante). Previene estrías y el envejecimiento prematuro de la piel. Recomendado para pieles maduras.



Aceites Vegetales Vehiculares (Cont.)

Aceite de jojoba: (*buxus chinensis*)

Contiene un alto porcentaje de ceramidas, que son un tipo de lípidos imprescindibles para la salud de la piel, ya que mantienen las células unidas, dando elasticidad a los tejidos; también es rico en vitamina E y tiene un efecto antioxidante. Este aceite es muy bueno para las pieles grasas con tendencia al acné. Hidrata y nutre profundamente llegando a las capas más profundas. Se absorbe rápidamente sin dejar sensación de grasitud. Recomendado para la seborrea, estrías, manchas y envejecimiento prematuro. En las zonas más áridas y desérticas de Argentina, debido a que estas condiciones son óptimas para el crecimiento de la planta, se produce aceite de jojoba de excelente calidad. Por eso en Tierra Pura elegimos aceite proveniente de estas tierras.



Aceite de oliva: (*olea europea*)

Posee vitaminas A, D, E y K. Antioxidante, antiinflamatorio, relajante, hidratante, suavizante y elastizante para la piel. Repara tejidos dañados y protege del envejecimiento prematuro. El aceite de oliva de mejor calidad es el de primera presión en frío extra virgen con índices ideales de pH. Argentina, y especialmente Córdoba es conocida por la excelente calidad del olivo.



Aceites Vegetales Vehiculares (Cont.)

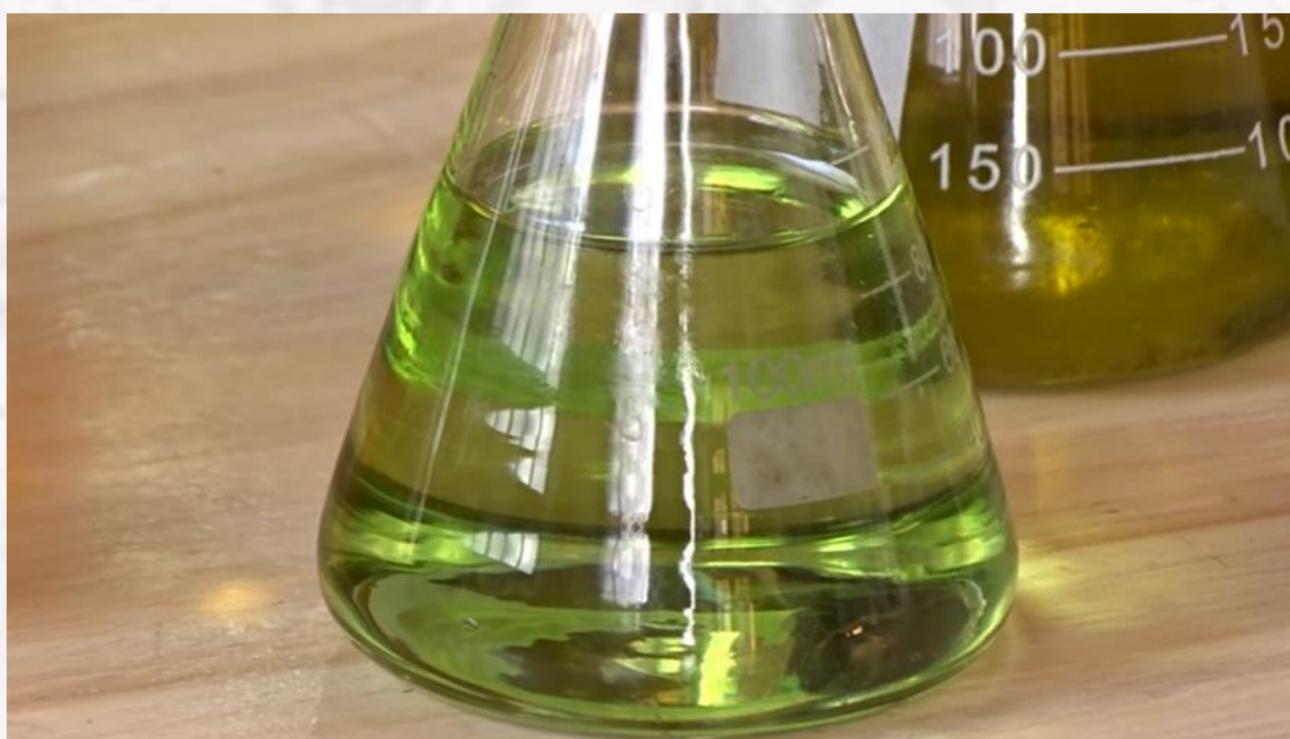
Aceite de rosa mosqueta: (rosa rubiginosa)

Rico en omega 3, omega 6 y omega 9, estos ácidos son muy nutritivos para la piel y están directamente relacionados con la regeneración de los tejidos. Es de absorción rápida y fácil, esto permite que penetre en las capas más profundas, dando firmeza y elasticidad. Regenera tejidos dérmicos, atenúa cicatrices, es hidratante, tiene propiedades astringentes, antiinflamatorias y antioxidantes. Se recomienda para todo tipo de piel especialmente seca, madura y sensible. Es de uso facial y corporal.



Aceite de palta:

Hidrata cabellos, cutis y cuerpo. Sus ácidos grasos protegen la membrana celular, es de fácil absorción. Indicado para pieles con poca luminosidad, celulitis, cabellos secos manos secas.



Aceites Esenciales

Se obtienen del proceso de destilación de las plantas. Tienen una pequeña estructura orgánica que les permite penetrar más rápida y profundamente en la piel. Tienen las propiedades terapéuticas concentradas de las plantas trabajando a nivel físico, emocional y espiritual. Desde la mirada de la alquimia son el alma de la planta.



Lavanda

Es el más seguro de los aceites, indicado para el tratamiento de quemaduras, potente antiinflamatorio y cicatrizante. Efectivo sedante, problemas de insomnio, calmante, relajante. Genera estados meditativos.



Aceites Esenciales (Cont.)

Romero

Activa la circulación sanguínea, tonifica y genera espacios de creatividad proporcionando claridad mental.

Tea tree

Antiséptico, antimicótico, astringente, desodorante.

Tomillo

Estimula el sistema inmunitario. Utilizado en frotaciones en el pecho para ayudar a aflojar el catarro.

Enebro

Relaja y ayuda en casos de fatiga extrema, relajante muscular, purifica y renueva. Ayuda a acelerar la recuperación después de una enfermedad.

Manzanilla

Desinflamante, muy recomendado para eczemas e irritaciones en la piel. No exponerse al sol cuando se aplica.





TIERRA PURA

Muchas gracias!