

CATÁLOGO de HIDROLATOS



Un tesoro para los sentidos...

Aguas florales o hidrolatos biológicos
cultivados y destilados por nosotros, de forma artesanal
y siguiendo los ritmos de nuestra Madre Tierra,
en un pequeño paraíso en el corazón del Empordà.

El Jardín
de
Las Lilas

www.eljardindelasilas.com



El Jardín
de
Las Lilas

Aguas florales o hidrolatos El Jardín de las Lilas

El Jardín de las Lilas es un proyecto familiar que nace desde un amor profundo hacia el lugar donde vivimos. Cultivamos y recolectamos diferentes variedades mediterráneas de plantas aromáticas, creando un espacio de biodiversidad. Ellas nos regalan el tesoro de sus esencias y con ellas elaboramos una pequeña y muy cuidada línea de aguas florales o hidrolatos y aceites esenciales.

La proyección de nuestra finca está basada en los conceptos de la Permacultura, los cultivos están certificados en agricultura ecológica y todo ello está pensado con criterios de sostenibilidad.

Recolectamos de manera tradicional, escogiendo el momento de maduración adecuado, cuando la planta tiene más principios activos, y siguiendo el calendario lunar para potenciar sus aromas y propiedades.

Nuestras aguas florales o hidrolatos

Las obtenemos mediante destilación por arrastre de vapor.

Son la base de nuestro proyecto, y como tales todo el proceso de destilación está orientado a obtener unas aguas florales de la mejor calidad.

Cuentan con la ventaja de no presentar contraindicaciones y contener principios activos hidrosolubles que no están en el aceite esencial, así como pequeñas cantidades de esencia que han conseguido quedar retenidas en el agua durante la destilación.

Desde un punto de vista físico y emocional los resultados pueden ser espectaculares, dando increíbles resultados; además son muy buenas para drenar en profundidad, actuando sobre “el terreno” en cada persona.

Debido al origen natural de la materia prima y las variaciones naturales en la composición, el aroma de nuestras aguas florales puede variar de un lote a otro.



¿cómo puedes utilizar nuestros hidrolatos?

POR DENTRO:

Tomaremos una cucharada o dos de hidrolato diluida en un litro de agua y lo iremos bebiendo a lo largo del día o una cucharadita diluida en un vaso de agua tibia unas 3 veces al día; repetiremos el proceso durante 28 o 40 días para realizar un buen tratamiento y así obtener resultados..

POR FUERA:

Cuidado de la piel:

Perfectos para la elaboración de productos cosméticos de todo tipo, cremas, champús, desodorantes, tónicos y lociones.

Excelentes para aliviar problemas de la piel tales como heridas, eccemas y psoriasis o para embellecerla, regenerarla, y protegerla.

* Consejos de uso:

Los utilizaremos empapados en algodón, en compresas, directamente en el agua de baño o en baños de asiento.

También en pulverizadores para la piel.

Uso doméstico:

Fantástico para purificar los espacios o añadir a nuestros productos de limpieza caseros, para baños y cocinas o para fregar el suelo. También se pueden usar como agua de plancha para perfumar nuestra ropa.

* Consejos de uso:

Una cucharilla de hidrolato en los pulverizadores atmosféricos y energéticos.

Uso culinario:

En la preparación de infusiones, batidos, zumos, guisos, dulces, pasteles, ... aromatizando y perfumando para crear deliciosas recetas.

* Consejos de uso:

Podemos diluir 1 cucharadita de postre por cada 500 ml. de líquido.



Conservación:

Los hidrolatos del Jardín de las Lilas se pueden conservar entre uno y dos años procurando que se guarden protegidos de la luz y el calor, a unos 10°. Están embotellados en envases de vidrio violeta que protege y mantiene todas las propiedades físicas y energéticas de nuestras preciosas aguas.



Agua floral de Rosas Antiguas Bio

Nuestra pequeña rosaeda cuenta con diferentes variedades de rosales. Fueron rescatados y esquejados de jardines antiquísimos y se han reproducido siguiendo los ciclos del calendario lunar. Emanan aromas sutiles, dulces y sensuales, de fruta madura, de incienso, de té...

Recogidas durante las mañanas de mayo, tomamos los pétalos a mano cuando aún no se han abierto, con mucho cuidado los ponemos a macerar en el alambique para que el agua se impregne con la información de la planta y realizamos una hidrodestilación.

FAMILIA BOTÁNICA:
Rosáceas.

NOMBRE BOTÁNICO / VARIEDAD:
Rosa / damascena, centifolia, alba, galica.

Nombre INCI:
Rosa damascena flower water, Rosa centifolia flower water, Rosa alba flower water, Rosa galica flower water.

PARTE DE LA PLANTA UTILIZADA:
Pétalos.

OLOR:
Fresco, dulce, suave, penetrante, sutil y exquisito con notas de miel.

*¿Cómo utilizarla y cuáles son sus propiedades?**

POR DENTRO

Suave anti infeccioso, astringente o descongestivo de la mucosa, equilibrante de sistema nervioso, tónico digestivo, colirio ocular y maravilloso complemento en infusiones y repostería.

POR FUERA

Cuidado de la piel:

La Rosa es, con sus más de 300 principios activos, la reina de la belleza, con propiedades regeneradoras (antiarrugas), seborreguladoras y matificantes de la tez.

Limpiador y purificante, maravilloso tónico facial.

Calmante, descongestivo y acondicionador de la piel.

Uso doméstico:

Como agua de plancha para perfumar nuestra ropa.

Propiedades energéticas:

Tradicionalmente, la rosa y los productos derivados de ella se asocian con el bienestar del corazón, la satisfacción y la plenitud personal.

Se ha usado para trabajar sobre estados de mal de amor, consuelo en estados de tristeza leve, enfado, insatisfacción...

En algunas tradiciones lo utilizan para liberar y desbloquear los Chakra corazón y corona, ya que afirman que su aroma abre al amor universal, la compasión y a la ternura.

**Según la bibliografía consultada*

Agua floral de Lavanda Bio

Actualmente tenemos 6 variedades de lavanda fina, todas seleccionadas por la delicadeza de su aroma, con diferentes matices que proporcionan una paleta olfativa para todos los gustos. Recolectamos las flores durante las cálidas mañanas de Junio, cercanas al solsticio de verano, cuando la floración está en su máximo esplendor.

Ponemos a macerar las sumidades floridas en el alambique para que el agua se impregne con la información de la planta y destilamos seguidamente por hidrodestilación.

FAMILIA BOTÁNICA:
Lamiáceas.

NOMBRE BOTÁNICO / VARIEDAD:
Lavandula angustifolia / Maillette, Diva, Matheronne, Bianca, Popular, dulce y Las Lilas, que es una mezcla de todas ellas.

NOMBRE INCI:
Lavandula Angustifolia Flower Water.

PARTE DE LA PLANTA UTILIZADA:
Sumidad florida.

OLOR:
Suave, fresco, ligeramente dulce con notas herbáceas y fondo a albaricoque.

*¿Cómo utilizarla y cuáles son sus propiedades?**

POR DENTRO

Suave antiinfeccioso intestinal, descongestivo, equilibrante del sistema nervioso; es sedante y un antiespasmódico maravilloso en infusiones como relajante y recomendado para hacer gargarismos en afonía. Maravilloso complemento en infusiones y repostería.

POR FUERA

Antiséptico y seborregulador, purificante, dermocosmético, cicatrizante.

Cuidado de la piel:

Calmante, descongestivo y acondicionador de la piel, indicado para pieles sensibles, acnéicas e infantiles, como relajante en la bañera.

Uso doméstico:

Es perfecto para nuestro detergente de ropa o para limpiar el suelo. En el agua de plancha dará un olor muy agradable a nuestra ropa.

Propiedades energéticas:

Pulverizar e inhalar el hidrolato de lavanda favorece el equilibrio del sistema nervioso, la calma, y por tanto reduce el insomnio, la agitación mental y los estados de ira.

Energéticamente se asocia con el YO en equilibrio y en paz, favoreciendo la organización del YO, dando prioridad a la calma y a la manifestación del cuerpo astral. Trabaja sobre emociones como la arrogancia, la agresividad y la impaciencia. Ayuda al desbloqueo del Chakra corona.

** Según la bibliografía consultada*



Agua floral de Romero Piramidal Bio

Nuestro romero procede de las matas silvestres que se han mantenido en su lugar de origen, aunque cuidado de forma ecológica, y recolectado siguiendo los ciclos del calendario lunar.

Se trata de un romero PIRAMIDAL, que posee una triada aromática muy equilibrada ya que incluye similares proporciones de los tres componentes primordiales de la especie *Rosmarinus officinalis*: 1,8-cineol, alfa-pineno y alcanfor. Esta composición otorga gran infinidad de propiedades al romero de ámbito terapéutico y energético.

Recogemos las sumidades floridas y las hojas de romero, evitando el tallo leñoso, durante las mañanas de primavera y de otoño, cuando la flor está bien desarrollada y su esencia es máxima. Preferimos la recolección manual con herramientas de corte limpio que no alteran su vibración, en luna ascendente para mantener al máximo y afinar su aroma.

Ponemos a macerar las sumidades floridas y hojas en el alambique para que el agua se impregne con la información de la planta y destilamos seguidamente por hidrodestilación.

FAMILIA BOTÁNICA:
Lamiáceas.

NOMBRE BOTÁNICO / VARIEDAD:
Rosmarinus officianlis.
Variedad Piramidal.



NOMBRE INCI:
Rosmarinus Officinalis Flower Water.

PARTE DE LA PLANTA UTILIZADA:
Sumidad florida y hojas.

OLOR:
Balsámico, herbal,
fresco, penetrante,
ligeramente alcanforado.

¿Cómo utilizarla y cuáles son sus propiedades?*

POR DENTRO

El alcanfor, como tónico-digestivo, colerético, colagogo y lipolítico.

El 1,8-cineol, mucolítico, desinfectante y expectorante.

El α -Pinene es un suave broncodilatador, antiséptico y anti inflamatorio.

Debido a estos componentes, suele asociarse a productos naturales para depuraciones, estimulación digestiva, obesidad abdominal... o bien, inhalaciones para despejar y limpiar las vías respiratorias.

POR FUERA

Cuidado de la piel y el cuerpo:

Antiséptico o desinfectante,
purificante dermocosmético.

Tonificante de la circulación y la musculatura,
antirreumático. Tonificante del cuero
cabelludo, para caspa, para seborrea
y alopecia estacional.

En fricciones musculares y de articulaciones
para deportistas.

Uso doméstico:

Es perfecto para nuestro detergente de ropa
o para limpiar el suelo. En el agua de plancha
dará un olor muy agradable a nuestra ropa.

Uso culinario:

Aromático culinario para aportar sabores
mediterráneos y provenzales.

Propiedades energéticas:

Podríamos decir que su característica principal, como buena planta solar, es la de activar los biorritmos, estimularlos y dotarlos de energía.

En el caso de nuestro hidrolato, por su tipo piramidal, la composición le puede otorgar propiedades estimulantes y calmantes a la vez, dependiendo de la dosis.

Pulverizado en el ambiente favorece la concentración en trabajos de memoria, aporta vitalidad y frescor a la mente, optimismo y confianza.

Activa los chakras del plexo solar y del tercer ojo además de reforzar el Aura.

* Según la bibliografía consultada



Agua floral de Tomillo Bio



Recolectamos la planta entre Marzo y Abril y su característico olor a miel endulza todo el espacio, limpiando y purificando el ambiente.

La recolección la hacemos a mano, con herramientas de corte limpio que no estresan a la planta, cuidando que quede una parte de flor y así cumplir su función para con los seres del bosque; procuramos no dejar huella y que no se note que hemos pasado. Ponemos a macerar las sumidades floridas y hojas en el alambique para que el agua se impregne con la información de la planta y destilamos seguidamente por hidrodestilación.

FAMILIA BOTÁNICA:
Lamiáceas.

NOMBRE BOTÁNICO / VARIEDAD:
Thymus vulgaris.

NOMBRE INCI:
Thymus vulgaris flower water.

PARTE DE LA PLANTA UTILIZADA:
Sumidades floridas.

OLOR:
Aromático, punzante, dulce caluroso con notas de miel.

¿Cómo utilizarla y cuáles son sus propiedades?*

POR DENTRO

Estimula el cerebro por lo que ayuda en casos de cansancio y debilidad.

Al ser antiséptico nos ayudará también en casos de bronquitis, tos y resfriados y como antiparasitario intestinal.

POR FUERA

Cuidado de la piel y el cuerpo:

Gran poder bactericida, para lavar heridas como desinfectante, lo utilizaremos en casos de acné, en fricciones, cuando hay impétigo, en casos de dermatitis y piel delicada.

Es dermoprotector, tónico, antioxidante y astringente, por lo tanto lo utilizaremos en nuestros preparados para cremas que equilibran las pieles grasas, en tratamientos capilares como champús para cabello graso y como tónico para después del afeitado; también en dentífricos y preparados para hacer gárgaras.

En el baño de los bebés para protegerlos de las gripes y resfriados.

Uso doméstico:

En difusor para limpiar espacios de bacterias y virus y prevenir resfriados.

Uso culinario:

Perfecto en nuestras infusiones de invierno con miel y limón o para aromatizar nuestros guisos.

Propiedades energéticas:

Despierta la inteligencia, la memoria y la concentración. Aumenta las fuerzas físicas y aviva nuestro fuego interno. Tiene un efecto positivo para resolver conflictos con uno mismo o con los demás.



* Según la bibliografía consultada



Agua floral de Helicriso Bio

Su aroma evoca la esencia del verano. Caminar entre las plantas de mil botones dorados, una tarde de verano en el Mediterráneo, despertará en nosotros recuerdos de infancia: olores agrestes, secos, dulces y arraigantes, olor a playa y por siempre, el maravilloso sol de verano. Nuestras plantas de helicriso son de una variedad de cultivo originaria del Mediterráneo (*Helicriso Itálico* de variedad *Serotinum*). Escogimos ésta por ser una variedad mediterránea (crece originalmente en un clima muy similar al nuestro en la Isla de Córcega) y muy terapéutica.

Recolectado desde finales de Junio hasta principios de Julio, cuando la planta está en plena floración, a lo largo de la mañana y hasta primera hora de la tarde. Tomamos las inflorescencias y parte del tallo, respetando la integridad de la planta, lo ponemos a macerar en el alambique para que el agua se impregne con la información de la planta y destilar enseguida en una hidrodestilación.

FAMILIA BOTÁNICA:
Compuestas.

NOMBRE BOTÁNICO / VARIEDAD:
Helichrysum Italicum sp. serotinum.

NOMBRE INCI:
Helichrysum Italicum Flower Water.

PARTE DE LA PLANTA UTILIZADA:
Inflorescencias y parte aérea.

OLOR:
Intenso, embriagador, seco,
a notas de heno, de curry y de miel.

*¿Cómo utilizarla y
cuáles son sus propiedades?**

POR DENTRO

Antialérgico, tonifica la circulación y activa el drenaje linfático, es un potente vulnerario y antiinflamatorio, estimula el hígado, riñón, páncreas y bazo, activa la circulación cutánea, indicado en menstruaciones dolorosas y espasmódicas, purificador sanguíneo.

POR FUERA

Cuidado de la piel y el cuerpo:

Potente regenerador y cicatrizante de la piel, indicado en eritema solar, acné, eccemas y psoriasis; como antiinflamatorio en friegas y problemas musculares y como loción para avivar el cabello rubio.

Propiedades energéticas:

Disuelve bloqueos por conmociones y traumas en la primera etapa de nuestra vida.

Ayuda al anclaje, al equilibrio entre la vida material y espiritual. Favorece el encuentro con las personas, el arraigo y la percepción desde el alma.

Cura las heridas del alma. Limpia el aura. Trabaja sobre el Chakra raíz y del tercer ojo, ayudando a la conexión con la Tierra y a la visión de Luz.

** Según la bibliografía consultada*

Agua floral de Ciprés Bio

Recolectamos las ramas y hojas en los meses de Noviembre y Diciembre, cuando el árbol utiliza sus aceites esenciales para protegerse del frío, dejamos las ramas, hojas y frutos cortados a pequeños trozos todo un día de maceración y destilamos por hidrodestilación.

El hidrolato resultante es de aroma solemne, balsámico, amaderado y cítrico.

FAMILIA BOTÁNICA:
Labiadas.

NOMBRE BOTÁNICO / VARIEDAD:
Cupressus sempervirens.

NOMBRE INCI:
Cypress water, cypress hydrosol,
cypress hydrolat.

PARTE DE LA PLANTA UTILIZADA:
Hojas y frutos.

OLOR:
Solemne, balsámico, amaderado y cítrico.

¿Cómo utilizarla y cuáles son sus propiedades?*

POR DENTRO

Descongestivo y regenerador del sistema venoso y linfático.

Regulador de la presión sanguínea.

Celulitis, edema y retención de líquidos.

Piernas pesadas, varices y hemorroides.

Cistitis.

POR FUERA

Cuidado de la piel y el cuerpo:

En tratamientos para la celulitis ya que mejora la micro circulación de la piel.

Acné, eccema y cuperosis.

Calma el cuero cabelludo irritado y es indicado en el tratamiento de la caspa.

Uso doméstico:

Su olor cítrico y balsámico es perfecto en difusores o para limpiar la casa.

Uso culinario:

Con un suave toque de madera perfecto en pescados, infusiones y arroces.

Propiedades energéticas:

Impaciencia, falta de control emocional, incapacidad para tomar decisiones, indiferencia.

** Según la bibliografía consultada*





Agua floral de Geranio Bio

Es un placer caminar durante las mañanas de primavera recolectando el geranio, el olor cítrico, a rosas y ligeramente picante invade todo el espacio.

Nuestra variedad de pelargonio es la rosa, recolectamos a mano la sumidad florida junto con sus hojas entre Abril y Mayo.

Ponemos a macerar las sumidades floridas y hojas en el alambique para que el agua se impregne con la información de la planta y destilamos seguidamente por hidrodestilación.

El hidrolato resultante es de aroma cítrico, floral, dulce y ligeramente picante.

FAMILIA BOTÁNICA:
Geraniaceae.

NOMBRE BOTÁNICO / VARIEDAD:
Pelargonium graveolens.

NOMBRE INCI:
Geranium floral water, geranium hydrosol.

Parte de la planta utilizada:
Hojas y sumidad florida.

OLOR:
Cítrico, floral, dulce y ligeramente picante.

¿Cómo utilizarla y cuáles son sus propiedades?*

POR DENTRO

Pre-menopausia, menopausia y sofocos.

Antiparasitario y fungicida.

Relajante y calmante en situaciones de estrés.

En combinación con el hidrolato de ciprés para realizar baños de asiento en caso de hemorroides.

POR FUERA

Cuidado de la piel:

Gran regenerador y antiarrugas, aplicado directamente sobre la piel o en combinación con el hidrolato de salvia o de rosas.

Tónico cutáneo en casos de piel inflamada o con acné.

Uso doméstico:

Vaporizado en la habitación como repelente de mosquitos.

Uso culinario:

En nuestros batidos de frutas, zumos y yogures, helados y postres.

Aumentarás el efecto antioxidante de tus bebidas.

Propiedades energéticas:

En situaciones de estrés notarás alivio físico y mental. Nos aporta alegría y vitalidad.

Vaporizado en la habitación como calmante y relajante.

* Según la bibliografía consultada

Agua floral de Salvia Bio

Nuestros cultivos comprenden variedades de *Salvia officinalis* y *Salvia lavandulaefolia*, y nuestro hidrolato es una mezcla de ambos.

Recolectamos la sumidad florida y hojas en las mañanas de Abril y Mayo cuando nos regalan sus flores.

Ponemos a macerar las sumidades floridas y hojas en el alambique para que el agua se impregne con la información de la planta y destilamos seguidamente por hidrodestilación.

El hidrolato resultante es de aroma solemne, dulce, femenino y especiado.

FAMILIA BOTÁNICA:
Labiadas.

NOMBRE BOTÁNICO / VARIEDAD:
Salvia officinalis / *salvia lavandulifolia*.

NOMBRE INCI:
Salvia officinalis/lavandulifolia
Flower/Leaf Water, Salvia Leaf Water.

PARTE DE LA PLANTA UTILIZADA:
Hojas y sumidad florida.

OLOR:
Aroma solemne, dulce,
floral y especiado.

¿Cómo utilizarla y cuáles son sus propiedades?*

POR DENTRO

Pre-menopausia, menopausia y sofocos. Síndrome premenstrual (vientre hinchado, calambres, agitación).

Infecciones bucales, regenerador y reconstituyente de encías, ayuda a cicatrizar aftas.

Apetito excesivo (quita el hambre), utilizado en una cura de 40 días en caso de exceso de peso.

Sudoración excesiva de pies, manos y axilas.

Refuerza la flora intestinal y vaginal.

POR FUERA

Cuidado de la piel:

En pieles arrugadas. Como desodorante. Como loción capilar aporta brillo y ayuda en casos de cabello graso.

Uso doméstico:

En vaporizador para limpiar energéticamente los espacios donde vivimos.

Uso culinario:

Para dar un toque especial a guisos de carnes, en pastas, arroces y pescados, aportando el aroma fresco de la planta.

Propiedades energéticas:

Dificultad para aceptarse y aceptar a los demás.
Dificultad para verse a uno mismo.

Intento de ocultar los recuerdos de la infancia.

Ansiedad a la hora de comer que genera bulimia.

Sexto Chakra bloqueado.

* Según la bibliografía consultada



CRÉDITOS y AGRADECIMIENTOS:

Fotos:
Juan Castro, Mariana Miracle y Edu Miralta

Diseño e ilustraciones:
Eva Bellón

Agradecimientos especiales a:
La Madre Tierra

** Ni los datos ni las propuestas de uso implicarán ningún garantía legalmente vinculante de que el producto tiene un propósito específico.*

No nos hacemos responsables del uso inadecuado de los productos suministrados.



BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA

- Len Price. Shirley Price. "Understanding Hydrolats: The Specific Hydrosols for Aromatherapy" Ed. Churchill Livingstone. 2004. págs. 135-137
- Lydia Bossom. "Hydrolatherapie". Ed. Amyris. - Food Microbiology, vol 21 pag 33-42
- P. Aureli, 1992
- P. Font Quer. Plantas medicinales, el Discorides Renovado (13aed). Barcelona: Editorial Labor; 1992
- Composición química de los aceites esenciales de Lavanda y Tomillo. Determinación de la actividad antifúngica. D.Marqués Camarena; 2015 ES-ECO-019-CT AGRICULTURA UE



HIJAS DEL SOL, S.C.
Mas Estevenet
17466 Garrigoles - GIRONA
R.G.S.E.A.A. 21.031703/GI · CIF J55269419

CONTACTO

Ana Gayoso y Alberto Miralta
Tel: +34 607 83 32 83
mail: esencia@eljardindelaslilas.com
#eljardindelaslilas
www.eljardindelaslilas.com

