

# Limoncillo

(Lemongrass) *Cymbopogon flexuosus*

Aceite esencial 15 mL



SKU: 30130608



dōTERRA México



## QUÍMICA DEL ACEITE ESENCIAL



**Parte de la planta:** Hoja



**Descripción aromática:** Herbal / Cítrico/ Ahumado



**Método de extracción:** Destilación por arrastre de vapor



**Componentes químicos principales:** Geranial y neral



## DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

El aceite esencial de Limoncillo es un aceite herbal, aunque es común creer que este aceite es un cítrico, en realidad proviene de la hierba Limonera o también conocido como Zacate Limón.

Antiguamente los indios orientales y occidentales cultivaron la planta de Limoncillo con propósitos culinarios. Gracias a estas prácticas, se descubrieron otros usos y beneficios de esta planta, como por ejemplo que las hojas del limoncillo se destilaron para obtener un aceite esencial del que posteriormente se obtuvieron notas aromáticas para el desarrollo de perfumes, jabones, detergentes y maquillaje.

Cada gota de aceite esencial de Limoncillo tiene un aroma refrescante y un sutil sabor cítrico que posee delicadas notas especiadas y herbales. También tiene distintas formas de uso y múltiples beneficios que van desde el terreno culinario, hasta la aplicación tópica y aromática; por ejemplo, algunos chefs tienen la costumbre de mantener una botella de aceite esencial de Limoncillo en la cocina para agregar sabor a sus platillos hechos con carne de res o pescado; también es un ingrediente popular de diversas recetas asiáticas como curry o lentejas.

Aromáticamente el aceite esencial de Limoncillo produce una sensación gratificante que se deriva de su contenido en *aldehídos* (moléculas intensamente aromáticas del grupo CHO), estos suelen tener una esencia cítrica agradable. Los *aldehídos* pueden sensibilizar la piel por lo que es necesario diluir el aceite esencial de Limoncillo con un aceite portador como el Aceite Fraccionado de Coco, para que sus propiedades calmantes puedan generar una sensación placentera al aplicar un masaje relajante a los músculos tensionados.

dōTERRA® eligió el sur de la India como un lugar de abastecimiento para el aceite esencial de Limoncillo, debido a que los altos niveles de lluvia en el área producen un mayor contenido de citral en el limoncillo y de esta forma ayuda a que más comunidades mejoren sus vidas y el mejor aceite esencial de Limoncillo pueda llegar hasta tu hogar.

## PRINCIPALES USOS Y BENEFICIOS



Combinar Limoncillo y Melaléuca para mantener el aspecto limpio y agradable en las uñas de pies y manos.



Agregar de 1-2 gotas de Limoncillo al preparar alimentos horneados o dulces y saborizarlos.



Agregar un par de gotas dentro de una cápsula vegetal e ingerir antes de los alimentos, para promover la función digestiva. Se puede combinar con aceite esencial de Menta para mejores resultados.



Añadir 10-15 gotas de Limoncillo en una botella de vidrio con atomizador y rellenar con agua. Agitar y rociar cada vez que se requiera un repelente de insectos con aroma natural.



Aplicar un masaje calmante sobre músculos y articulaciones, diluir con Aceite Fraccionado de Coco después de un entrenamiento intenso y disfrutar de sus propiedades refrescantes y tonificantes.



Mezclar y difundir aromáticamente con Albahaca, Cardamomo o Hierbabuena; los aceites esenciales que comparten propiedades herbales, suelen tener combinaciones aromáticas muy agradables.



Difundir aromáticamente para ayudar en los momentos que se siente fatiga mental.



Combinar los beneficios de Limoncillo con Deep Blue Rub® para aplicar un masaje calmante en las piernas después de un largo día de actividad física.



## INSTRUCCIONES DE USO



**Uso aromático:** Difusión: Utilizar 3 - 4 gotas en el difusor



**Uso interno:** Diluir 1 gota de este aceite por cada 4 oz. de líquido



**Uso tópico:** Aplicar 1 - 2 gotas en la zona deseada, diluidas en Aceite Fraccionado de Coco para minimizar cualquier sensibilidad de la piel



## PRECAUCIONES

- Mantener fuera del alcance de los niños
- Evitar el contacto con los ojos, interior del canal auditivo y zonas de la piel con sensibilidad
- Consultar a su médico antes de consumir cualquier producto especialmente las mujeres embarazadas, en lactancia o personas que se encuentren bajo algún tratamiento médico. Los productos dōTERRA® no son medicamentos o remedios herbolarios, su uso es responsabilidad de quien los consume
- Posible sensibilidad en la piel. Realizar una prueba de irritabilidad en una zona pequeña antes de su aplicación



## ANTECEDENTES

### Descripción de la planta

Existen más de 50 especies de Limoncillo; cada una posee sus propios rasgos y beneficios. El *Cymbopogon nardus*, por ejemplo, es perfecto para usar en jabones y fragancias, mientras el *Cymbopogon flexuosus* y *Cymbopogon citratus* son mejores para propósitos culinarios.

La planta de *Cymbopogon* o Limoncillo es una planta perenne que pertenece a la familia de las hierbas. Su aspecto a menudo es confundido con maleza, tiene hojas largas y aromáticas. El limoncillo se encuentra entre algunas de las hierbas más diversas y menos valoradas por la humanidad.

Esta planta nativa de la India prospera en las cordilleras costeras paralelas a la península India y sus países vecinos, aunque puede cultivarse en cualquier lugar, con un método de riego y clima de invernadero adecuado; para poder prosperar y florecer cada temporada de manera natural, necesita un clima cálido y húmedo, con mucho sol y lluvias.

La cosecha de Limoncillo es un proceso que requiere mucha mano de obra y es muy exigente físicamente, pero para las familias del sur de la India, esto ha sido una forma de vida transmitida entre generaciones. Durante el tiempo de cosecha, los agricultores caminan poco más de 8 km por una montaña empinada y trabajan durante aproximadamente siete días para cosechar a mano una plantación de 100 acres (4,046 m<sup>2</sup>). Una vez que se recolecta la hierba, los agricultores deben regresar por el mismo camino, cargando cada uno un bulto de Limoncillo sobre su cabeza, para hacer la entrega e iniciar el proceso de destilación al vapor que extrae el aceite crudo. Después de

este proceso se entrega el líquido con el fabricante especializado en producir el aceite esencial de Limoncillo que pasa por las etapas de refinación, filtración y mezcla antes de someterse a una serie de pruebas CPTG® (*Certificado de Garantía Total del Proceso*) de aprobación para la exportación, que garantizan la más alta calidad para que su distribución sea aceptable.

## Química del aceite esencial de Limoncillo

Su composición química incluye los *aldehídos geranial y neral*. También llamados citrales (*citral monoterpenoide*), por su intenso olor muy parecido al Limón, que es el principal constituyente de la esencia del Limoncillo. El *citral*, también se encuentra en la corteza de Limón, Canela y Geranio que comúnmente producen un fresco aroma e interesante experiencia emocional. Además de esto, el *geranial y neral* comparten similitudes en la estructura química de los aceites esenciales de Limón y Melisa que son conocidos por ayudar a disminuir los sentimientos de estrés.

Los *aldehídos* tienen aromas frutales dulces y agradables que se encuentran fácilmente en la naturaleza. Los *aldehídos* se clasifican dentro de las moléculas más aromáticas; los humanos percibimos un billón de olores distintos, pero lo que realmente percibimos son moléculas. Cuando éstas se unen a los receptores, se desencadena una reacción bioquímica que termina generando un impulso eléctrico que se envía al cerebro para que interprete e identifique el olor. Ciertos *aldehídos* se han descrito como: antivirales, antimicrobianos, tónicos, vasodilatadores, hipotensores, calmantes, antipiréticos y espasmolíticos. Los *aldehídos* son compuestos orgánicos que se oxidan fácilmente y pueden algunas veces tener un efecto sensibilizador en la piel.

## Dato curioso

El aceite esencial de Limoncillo desempeña un papel importante en el Instituto de Investigación Oriental de Mysore, India. Para preservar algunos de los más de 45,000 paquetes de manuscritos antiguos hechos en hojas de palma quebradizas, este Instituto usa aceite esencial de Limoncillo para mantener las hojas de palma flexibles y conservar los manuscritos secos, sin deterioro y libres de insectos. Aunque los manuscritos se han conservado en microfilm, la historia conservada en las hojas originales es invaluable así como el aceite esencial de Limoncillo.

## ESTUDIOS

En un estudio de investigación original realizado por científicos de dōTERRA® (*Consultar bibliografía*), el efecto de Limoncillo en el sistema de fibroblastos dérmicos BioMAP® se caracterizó mediante el análisis de biomarcadores ELISA y los microarrays de ARN para medir los niveles de proteínas y cuantificar la expresión génica.

El sistema BioMAP hizo posible que los científicos de dōTERRA® examinaran cómo el aceite esencial de Limoncillo apoyaba la actividad celular. Los investigadores agregaron ciertos factores a las células cultivadas de la piel humana e indujeron una respuesta celular *in vitro* que se esperaba que fuera comparable a una respuesta de inflamación celular *in vivo*. Algunas de las células se expusieron al aceite esencial de Limoncillo mientras que otras se dejaron solas.

Ambos grupos de células se rompieron y sus contenidos internos se analizaron mediante ensayos inmunoabsorbentes ligados a enzimas (ELISA). Los ELISA (Enzyme-Linked ImmunoSorbent Assay por sus siglas en inglés) son pruebas que utilizan anticuerpos para detectar una proteína específica de interés y medir su concentración en la muestra. Las proteínas de interés en este estudio fueron biomarcadores que se sabe que están regulados positivamente (producidos en exceso) en una célula durante condiciones inflamatorias. VCAM-1, IP-10, I-TAC, MIG, colágeno-I y III, EGFR y PAI-1 fueron algunos de los 17 biomarcadores estudiados.

Se descubrió que las células expuestas a Limoncillo tenían niveles significativamente más bajos de 11 de los 17 biomarcadores en comparación con las células NO expuestas a Limoncillo. Otros experimentos revelaron que la expresión génica (medida por los niveles de ARN) en estas células también se alteró significativamente. Las vías relacionadas con la remodelación de tejidos y la inflamación también se vieron afectadas.

Los resultados de este emocionante estudio sugieren que el aceite esencial de Limoncillo ayuda a mantener una piel hermosa, coadyuva con la respuesta inmunitaria y promueve el bienestar celular general.



## ENCUENTRA LIMONCILLO EN OTROS PRODUCTOS



## BIBLIOGRAFÍA

[www.doterra.com/US/en/brochures-magazines-doterra-living-fall-2015-essential-oil-spotlight-lemongrass](http://www.doterra.com/US/en/brochures-magazines-doterra-living-fall-2015-essential-oil-spotlight-lemongrass)

[www.doterra.com/US/en/blog/product-spotlight-lemongrass-origins](http://www.doterra.com/US/en/blog/product-spotlight-lemongrass-origins)

[www.doterra.com/US/en/blog/spotlight-lemongrass-oil](http://www.doterra.com/US/en/blog/spotlight-lemongrass-oil)

[www.doterra.com/US/en/blog/science-research-news-genetics-lemongrass-essential-oil](http://www.doterra.com/US/en/blog/science-research-news-genetics-lemongrass-essential-oil)

[www.doterra.com/US/en/lemongrass-oil](http://www.doterra.com/US/en/lemongrass-oil)

[www.doterra.com/US/en/blog/science-research-news-lemongrass-study](http://www.doterra.com/US/en/blog/science-research-news-lemongrass-study)

[www.doterra.com/US/en/how-can-i-talk-about-lemongrass-oil-in-a-compliant-way](http://www.doterra.com/US/en/how-can-i-talk-about-lemongrass-oil-in-a-compliant-way)