

Aromaterapia en almohadas cervicales

Lina Marcela Sosa Fuquen.

Noviembre 2019.

Corporación Unificada Nacional de Educación Superior (CUN).

Escuela de comunicación y bellas artes.

Opción de grado III

Agradezco a Dios y la Vida por cada paso que me permiten dar día a día y por las capacidades para la ejecución de cada proyecto y cada meta. También a mis padres quienes han sido mis compañeros y apoyos permanentes en todos mis procesos y sueños. Y a mi asesor por su interés y compromiso constante. Por último, agradezco a la universidad por las bases que han sido cultivadas en mí para de esta forma tener el espacio y las herramientas que permitieron la ejecución de este proyecto.

Resumen

En este proyecto se analizan los efectos positivos de una estimulación adecuada que se hace al sentido del olfato por medio de sustancias que son extraídas de la naturaleza de forma artesanal y como estas pueden ayudar con ciertas sintomatologías e incomodidades que tiene una población de mujeres embarazadas, que residen en Bogotá, Colombia y están en sus últimas semanas de embarazo.

Se hace un análisis de cómo unas almohadas cervicales pueden ayudar con la problemática y como es la mejor manera de agregar las sustancias, para que este producto se convierta en un accesorio de uso cotidiano que además de comodidad que se le da bajo los principios de antropometría también sea hipoalergénico, suave, cómodo y estéticamente agradable.

Tabla de Contenidos

iv

Capítulo 1

1.0. Introducción e información general	1
1.1 Antecedentes.	1
1.2. Planteamiento del problema.	4
1.3. Formulación del problema.	6
1.4. Justificación.	7
1.5. Objetivo general.	9
1.6. Objetivos específicos.	9

Capítulo 2

2.0. Estimulaciones y equilibrio.	10
2.1. Aromaterapia y sentido.	10
2.2. Sistema límbico.	11
2.3. Gestante.	12
3.0. Aceites esenciales.	13
3.1. Propiedades y usos.	13
3.2. Extracción.	14
3.3. Métodos de impregnación en los textiles.	16
4.0. Almohadas cervicales.	16
4.1. Elaboración.	16
4.2. Diseño.	18
5.1. Catálogo textil.	20

5.2. Catálogo de aceites esenciales con su respectivo aporte.	20	v
5.3. Diseñar planos bidimensionales.	20	
Capítulo 4 Resultados y discusión.	22	
Lista de referencias	30	
Apéndice	33	

Lista de tablas

vi

Tabla 1. Promedio contorno de cuello.....	22
Tabla 2. Promedio altura de cuello.....	22

Lista de figuras

vii

Figura 1. Estructura sistema límbico.....	13
Figura 2. Proceso de expresión de la cascara de naranja.....	16
Figura 3. Proceso de destilación con agua y vapor.....	17
Figura 4. Descripción toma de medidas.....	18
Figura 5. Almohada cervical.....	19
Figura 6. Base textil, algodón.....	24
Figura 7. Catálogo estampados.....	25
Figura 8. Catálogo tradicionales.....	26
Figura 9. Catálogo aceites esenciales.....	27
Figura 10. Ficha técnica.....	28
Figura 11. Prototipo bidimensional tradicionales.....	29
Figura 12. Prototipo bidimensional estampados.....	30

1.0. Introducción e información general

1.1 Antecedentes.

Los aromas llevan a la mente a percibir sensaciones agradables, molestas o desagradables. Se puede decir que es uno de los gustos con mayor importancia a nivel emocional, ya que por medio de este se puede llegar a tranquilizar o poner en sentido de alerta a una persona. Como un ejemplo claro se tiene a las personas que han perdido el olfato, generalmente tienen tendencia de ser depresivos, ansiosos, perder parte de la capacidad de aprendizaje, pérdida de la memoria y la ausencia de apetito. (Rúa, 2008)

En los seres vivos los sentidos se han desarrollado como una herramienta para conocer y relacionarse con el mundo que los rodea, alertar de posibles peligros y recopilar información que les permita sobrevivir. Se dice que el apetito no da por el sentido del gusto, sino por el contrario, los aromas que ingresan por el olfato son los que motivan a que un alimento sea consumido o por el contrario rechazado. (Braun, 2003)

Las terapias con aromas se han practicado a través de la historia en diferentes culturas; de las que se tiene un registro con exactitud son: la cultura china (2000 a. c), se ve también en los textos médicos ayurvédicos de la india, en las culturas babilónicas y egipcias. Se cree que el hombre en la prehistoria conocía bien las propiedades que tenían los extractos. Otras culturas que aprovecharían más tarde las propiedades de estos aceites, serían las romana y griega. Tiempo después se ayudarían a traducir los libros a la lengua árabe, persa y otros idiomas para ser posteriormente socializados. (Rúa, 2008)

Avicena (médico, científico, filósofo y musulmán. Más conocido por ser el autor del *libro de la curación y el canon de la medicina*), fue la primera persona en descubrir la extracción de los aceites esenciales por medio de la destilación. (Rúa, 2008)

El uso de los aceites se fue dando en los perfumes, la medicina, los cosméticos y en productos higiénicos, hacia el siglo XIII. Más adelante serían prohibidos ya que se consideraban sustancias que llevaban al ser humano a un mundo pagano, vanidoso e irrumpía con la conexión hacia el mundo espiritual. (Rúa, 2008)

Los aceites esenciales volvieron a ser notorios gracias a los trabajos de varios investigadores; uno de ellos, el químico francés René-Maurice Gattefosé (quien acuñó el término aromaterapia), y la bioquímica (también francesa) Marguerite Maury quien introdujo los aceites esenciales en los tratamientos de belleza. (Rúa, 2008)

Estos son algunos de los aceites que se han destacado por sus diversas propiedades, pero con una en común, llevar al ser humano a estados más tranquilos, y así aportar de forma positiva en su salud física y emocional;

Bergamota, (*citrus bergamia o Aurantium*) estimulante, calmante y relajante. Limón, (*citrus limon*). Fresco, relajante, organizar mejor las ideas y sensación de familiaridad. Mandarina (*citrus reticulata*) hipnótico, relajante, inducir al descanso y disminución del insomnio.

Manzanilla (*Matricaria recutilla*) sedante, relajante y pensamientos positivos.

“La aromaterapia es una rama de la medicina alternativa que usa aceites y extractos para el tratamiento de ciertos síntomas. Se basa principalmente en aplicar, inhalar, o ingerir extractos del mundo vegetal” Según (Diaz, 2011)

La introducción de la aromaterapia clínica en la medicina occidental, tuvo origen en Francia antes de la primera guerra mundial. Cuando el químico René-Maurice Gattefosé curó una de sus

heridas casi gangrenada, resolviendo esta situación aplicando un poco de aceite esencial de lavanda. Esta experiencia lo llevo a autorizar este tipo de tratamiento en las heridas de los soldados durante las dos guerras mundiales. (Price y Price,1999) (Dalglish et al., 2007) 3

En los Estados Unidos de América ha sido recientemente vinculada en el campo de la enfermería. A pesar de que estas prácticas tienen reconocimiento y aceptación como parte de la profesión, en Suiza, Alemania, Australia, Canadá y Reino Unido, e incluso especialidad médica en Francia. Esta modalidad es especial para las enfermeras, ya que se incorpora la experiencia del valor terapéutico sensorial (es decir, el olfato). También se basa en una herencia rica de terapias botánicas al interior de la enfermería. (Libster, 2002) (Dalglish et al., 2007)

Los principales usos de los aceites esenciales en la salud son para atenuar el dolor, tratamientos de la ansiedad, el insomnio, la agitación y para prevenir o tratar las infecciones. Las enfermeras encargadas de los partos han implementado estas esencias para tratar el dolor antes y después del parto (Allaire,Moos y Wells,2000;Burns,Blarney,Ersser et al., 2000) (Dalglish et al., 2007)

1.2. Planteamiento del problema.

El embarazo es una etapa que es considerada de mucha importancia y muy especial para las próximas madres. Son entre 38 y 42 semanas que comparte la gestante y el feto siendo los dos habitantes de un mismo cuerpo. Se ven mucho cambios físicos y hormonales, el cuerpo debe acomodar sus órganos para darle cabida a este nuevo ser, y las hormonas juegan un papel fundamental en la alteración de las emociones y los sentidos.

Llegando a fondo de lo que en verdad se vive en este proceso, un grupo de madres gestantes que están en el octavo mes de embarazo (semana 32) se reúnen para asistir a sus terapias prenatales en la localidad de Usaquén (Bogotá, Colombia), en el segundo semestre del año 2019. Estando allí ellas expresan que estas últimas semanas han sido las más difíciles.

Se dice que, a lo largo del proceso del embarazo, el cuerpo cambia, los pechos se inflaman, la vesícula, los intestinos y el estómago se acomodan, y la pared del vientre tiene una distensión proporcional al mes. El cuerpo externamente también sufre una transformación, el tronco puede tener una forma arqueada tirando los hombros hacia atrás para así poder soportar el nuevo peso del abdomen. En el octavo mes estos síntomas ya empiezan a incomodar aún más, puesto que allí en promedio ya se ha tenido un aumento de peso de entre 8 y 12 kg. Esto responde a que el vientre ya ha llegado al punto final del desarrollo, el útero ocupa la mayor parte del abdomen y el bebé pesa 2 kg. (Lepercq, 1995)

Dichas modificaciones que debe hacer el cuerpo, son las que más incomodan a estas madres, razón por la que manifiestan ahora tener menos horas de descanso, además sus funciones laborales y la continua movilización en transporte generan un agotamiento mayor, y descansar se

está convirtiendo en algo poco alcanzable. Esto ha sido motivo para que estén un poco más 5
irritables de lo habitual, y que su desempeño laboral y concentración se vean perturbados.

La mayor preocupación que se tiene es que con los inconvenientes que se viven a medida que el embarazo avanza, y se vea afectada esta etapa, en vez de convertirla en un momento agradable este último mes en el que aún se comparte cuerpo, sea de estrés, incomodidad, respuestas negativas emocionalmente, y lo más importante que esas reacciones que se tienen no se transmiten al feto afectando su tranquilidad.

Por los argumentos anteriormente expuestos y atendiendo a las preocupaciones que se tienen, se plantea el uso de unas almohadas cervicales, en las cuales se implementa el uso de la aromaterapia con aceites esenciales específicos para contribuir y hacer de esta etapa y el último mes de embarazo más cómodo y placentero, ayudando allí a la gestante a tener un poco más de control sobre sus estados emocionales.

1.3. Formulación del problema.

6

¿Cómo generar en una madre gestante niveles de estimulación por medio de almohadas cervicales con contenido de aromaterapia, aportando de esta forma a que sus periodos de descanso y relajación sean verdaderamente reconfortantes?

1.4. Justificación.

7

En la sociedad la mujer y su papel como madre tiene gran importancia, pero es una realidad que la comodidad de ellas es un factor al que se le ha restado atención. Al estar en constante movimiento en diferentes medios de transporte se deben sufrir las incomodidades que esto conlleva. También se debe tener en cuenta cuando las circunstancias obligan a la madre a seguir laborando, y aunque en muchas ocasiones se les asignan funciones que no impliquen mucho esfuerzo físico, no deja de ser complejo estar en continuo movimiento, y al llegar en las noches a su hogar no se garantiza que habrá un descanso adecuado, puesto que las noches también traen su propio reto.

Se dice que en un embarazo promedio la mujer tiene un aumento de peso de 8 a 12 kg (Alcolea Flores & Mohamed Mohamed, 2011). Algunas de las molestias que se pueden sentir son ardores en el estómago, la recomendación médica que se hace es dormir semisentada. Ahora, cuando el feto ha llegado a su desarrollo máximo, el bebé se mueve bastante en las noches y debido al peso que debe soportar el cuerpo también aumentan los calambres, generando así noches de descanso intermitente y como consecuencia de mala calidad. (Lepercq, 1995) Después de haber pasado una mala noche la madre debe seguir con su rutina y enfrentarse así a los obstáculos que enfrenta a diario para lograr la llegada a sus destinos diarios (trabajo, personales o controles médicos). Según el departamento nacional de planeación, Bogotá es una de las ciudades que tiene una movilidad al punto del colapso. "El traslado promedio de Bogotá es de 67 minutos, es decir, que la gente gasta 37 minutos por día por encima de esa media y eso se multiplica por el universo de la población laboralmente activa. En el caso de Bogotá se concluyó que son 7 millones de horas perdidas, dice Hidalgo" (Departamento Nacional de planeación, 2016) Después haber pasado por el tráfico hacia uno de sus destinos permanente, su lugar de

trabajo, debe continuar sus labores a pesar del cansancio y posible estrés que sienta. El estrés 8 en la etapa de embarazo puede desencadenar un nacimiento con bajo peso, un aborto espontáneo, problemas de alta tensión en la mujer y malformaciones congénitas (Marrero Santos, 2015).

Ahora, según la normativa colombiana, una mujer tiene derecho a una licencia de maternidad preparto, la cual le otorga dos semanas de descanso remunerado antes de la posible fecha programada, esta ha sido debidamente certificada por el médico tratante. (Bernal, 2016).

Estas dos semanas son de gran ayuda para la madre, pero ya que se debe seguir con las labores diarias y que las molestias inician desde unas semanas antes, debe existir la forma de ayudar a la gestante a sentir un poco de tranquilidad, y así sobrellevar esta etapa que, aunque es linda, genera ciertas incomodidades y el cuerpo debe acostumbrarse a los cambios que se tienen. Como estudiante de diseño de modas y haciendo la segmentación de un nicho que padece diferentes molestias físicas y emocionales, se hace un estudio y posteriormente un desarrollo de una almohada cervical, la cual le permitirá a la madre sentir un poco de descanso, estimulando con aromas su mente, para así otorgarle un poco de estabilidad emocional, alejándose de los episodios de depresión, ansiedad, miedo y tensión que puede sentir debido al esfuerzo en que somete a su cuerpo diariamente.

Este accesorio además de tratar con una terapia de aromas incluida, también tendrá un diseño que ofrece comodidad ya que se elabora de forma antropométrica y con una base textil que proporciona frescura y suavidad, haciéndolo aún más agradable al tacto que tiene directamente con la piel.

1.5. Objetivo general.

9

Crear un prototipo bidimensional de almohada cervical con la impregnación del textil base en aceites esenciales generando de esta forma una terapia de aromas la cual aporta sensaciones de tranquilidad y descanso en las madres que están en una etapa avanzada de gestación.

1.6. Objetivos específicos.

- Crear catálogo con textil hipoalergénico.
- Creación de catálogo de aceites esenciales con su respectivo aporte a la estimulación física y emocional.
- Diseñar planos bidimensionales, en los cuales se haga una visualización previa del producto final.

2.0. Estimulaciones y equilibrio.**2.1. Aromaterapia y sentido.**

Se dice que la aromaterapia ha sido una contribución que se hizo a la historia de la humanidad hace algunos años, con el fin de generar estimulaciones, disminuyendo de esta forma las incomodidades que se sienten en las labores y los afanes que trae el día a día. El término aromaterapia hace referencia a “aroma” traduciendo olor dulce, y “terapia”, que traduce tratamiento diseñado para curar. Con estos procedimientos se busca exaltar las sensaciones de tranquilidad, felicidad y relajación para la persona que es tratada.

En esta técnica se combinan los estudios y conocimientos de la botánica, la bioquímica, la medicina, y la farmacia. Con esto se busca ofrecer soluciones y alternativas a la medicina actual, llevando esto a un conjunto de tratamientos terapéuticos, los cuales más adelante se conocería bajo el nombre de “esenciales”. Una de las principales características que refuerza ésta, es que se centra en el sentido que ha sido olvidado debido a la agitada rutina que se tiene en la actualidad, el olfato. Y es que este sentido tiene una gran importancia en la vida del ser humano. “Mónica Junemann ha dicho, nadie puede negar que las fragancias naturales hermosas despiertan nuestro deseo de envolvernos en la vida y en todo lo que esta tiene para ofrecer” (Berwick, 2000) Ofrecerle a la gestante esa capacidad de encontrar la calma y organizar sus ideas de manera adecuada es un hecho que se da por medio de la estimulación al sistema límbico con los aceites esenciales.

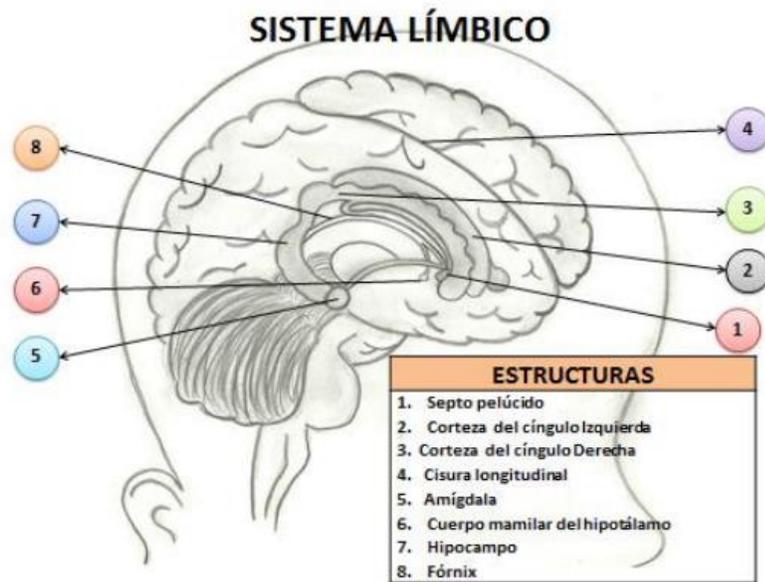
2.2. Sistema límbico.

11

En el campo científico, es conocido el caso de un trabajador llamado Phineas Gage, quien como consecuencia de un accidente perdió las conexiones de su región prefrontal con el sistema límbico. El efecto negativo que trajo este hecho en su vida fue un cambio de personalidad bastante agresivo, irritable, caprichoso, irreverente y era incapaz de tomar decisiones. (Pallares, 2010)

El sistema límbico es el encargado de regular la comunicación espaciotemporal con el medio ambiente. Tiene un vínculo primordial con las emociones y la motivación. Siendo un actor importante en el proceso de aprendizaje y la memoria. (Stephano, 2010). La anterior teoría se sustenta de la siguiente manera; las reacciones que tiene el cuerpo frente al ingreso de una sustancia por vía olfatoria tienen una respuesta positiva en más corto tiempo, esto sucede ya que las moléculas del aceite ingresan de manera apresurada llegando directamente al bulbo olfatorio. Al llegar a esta zona se dan unos impulsos que se desplazan inmediatamente al sistema límbico ubicado en el cerebro. Allí llegan a la amígdala, ésta es la responsable de organizar las respuestas emocionales, y cuando llega al hipocampo, éste se encarga de hacer que los aromas tengan mayor recordación. (Dalglish et al., 2007)

Figura 1. Estructura sistema límbico.



Tomado de. (Sebastian Saavedra Torres, Jair Díaz Córdoba, Fernanda Zúñiga Cerón, Alberto Navia Amézquita, & Omar Zamora Bastidas, 2015)

Logrando la estimulación de este se puede ayudar a reducir las emociones que pueden ser perturbadoras en la madre. Por esta razón se implementa el uso de los siguientes aceites esenciales; el extracto de la Bergamota, la manzanilla, la mandarina y el limón.

2.3. Gestante.

La mujer no está preparada para un embarazo. Socialmente se dice que es una de las etapas más complejas en la vida y para su propio cuerpo. Estos mitos urbanos acompañados con algo de realidad son los que crean en la gestante los primeros miedos e inseguridades en su nuevo proceso de cambios corporales, emocionales hormonales. (Guindel, 2014)

Algunas mujeres logran de una forma más emocional captar estos miedos y molestias convirtiendo algunos momentos y sintomatologías en situaciones de alta tensión, ansiedad y estrés. Y es que el cuerpo cotidianamente lucha con diferentes situaciones que generan tensión en el día a día. Ahora para una mujer en estado de embarazo no es fácil asumir estos obstáculos

con unas nuevas incomodidades físicas y emocionales. Por esta razón es importante 13 mantener las emociones de la madre y su ritmo cardiaco en un estado equilibrado, ya que todo lo que siente ella, lo siente el feto. Y debido a tanta incomodidad que se tiene las emociones y momentos de tensión se sienten con una frecuencia más alta a medida que se acerca el momento del parto, los miedos por la llegada de este y el desarrollo adecuado del feto aumentan. (Sebastiani, 2000).

Es necesario reforzar las estimulaciones positivas en las etapas avanzadas del embarazo, en este punto se pueden dar alteraciones emocionales, tales como depresión, miedos, ansiedad o preocupaciones. (Ocu ediciones, 2010).

3.0. Aceites esenciales.

La cantidad de aceites esenciales que se han dado en la historia por mano y descubrimiento del hombre son bastantes. El uso y la implementación de estos se dio como alternativa al tratamiento de distintas patologías, y en la actualidad se utilizan como una alternativa y complemento para lograr un equilibrio entre mente y cuerpo. (Brent A. Bauer, 2017)

La forma de usar estos productos es variada. La implementación del uso que se le dé a las propiedades que tiene cada una de las sustancias depende de la comodidad, finalidad y los beneficios que se deseen obtener de la mano de estos complementos en las terapias

3.1. Propiedades y usos.

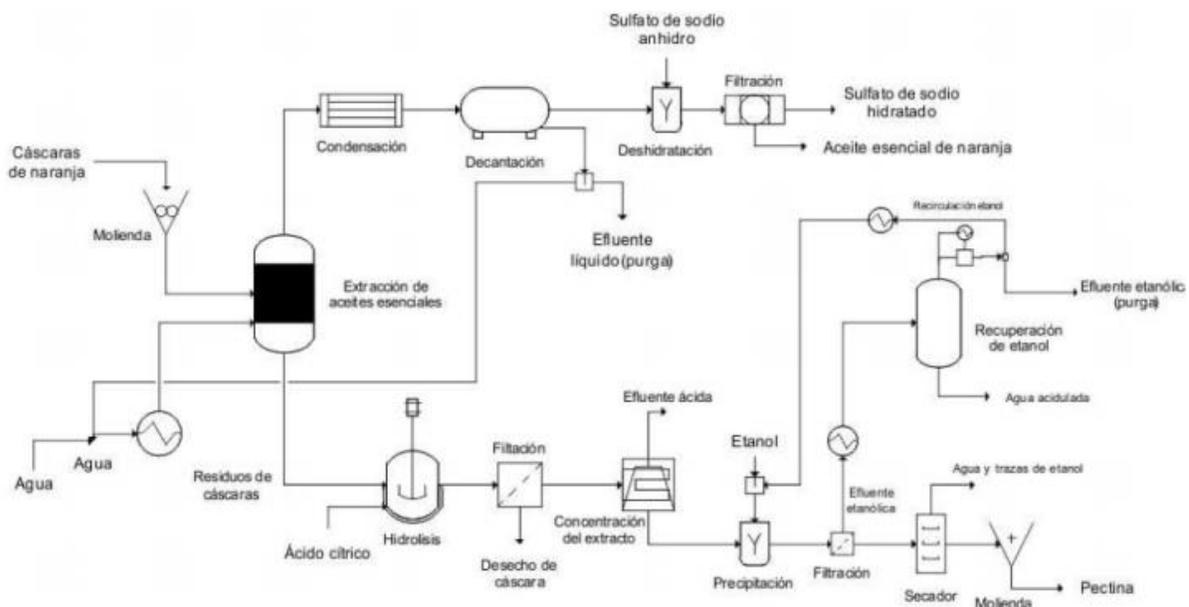
Los aceites esenciales pueden ingresar al cuerpo por tres canales diferentes, ya sea el farmacológico, el fisiológico o de forma psicológica. (García, 2008). En este caso se destacan estos, los cuales cuentan con las siguientes propiedades al ser utilizados de forma psicológica. Aportando estabilidad y tranquilidad al cuerpo y mente.

La Bergamota, (*citrus bergamia o Aurantium*), es de gran ayuda emocionalmente para alejar la ira y la apatía, sentimientos propios que se producen por el cansancio y el estrés. También es estimulante en momentos donde se percibe el miedo y la falta de fe, ya que esta sustancia actúa en el sistema simpático. Por su aroma cítrico tiene un efecto que genera calma y sensación de frescura. (Rúa, 2008) El Limón, (*citrus limon*), entre las propiedades que se destacan en este aceite, se resaltan las que aporta su aroma, ya que al sentirse tan familiar y fresco puede ayudar a disipar pensamientos de estrés, ansiedad. Y además ayuda a obtener un nivel más alto de organización mental, ya que contribuye a que las ideas puedan ser más claras. (Rúa, 2008) La Mandarina (*citrus reticulata*), este aceite destaca por su particular aroma, el cual logra llevar a un estado hipnótico y relajante, razón por la cual es recomendado para tratar problemas de insomnio e intranquilidad. Es ideal para mejorar la concentración y organizar ideas con claridad. (Rúa, 2008) La Manzanilla (*Matricaria recutita*), destaca por su efecto sedante y relajante. También induce a sentir calma y tolerancia; siendo perfecto para repeler la ira y hacer olvidar de las ataduras que se tienen. Alejando así pensamientos que generan estrés o ansiedad. (Rúa, 2008).

3.2. Extracción.

La extracción de los aceites esenciales se da de dos formas, estas según su origen la **expresión** (este proceso se asemeja al molido o raspado), el cual se hace de forma exclusiva con los cítricos. Los frutos que hacen parte de este proceso son, la bergamota, la naranja, la mandarina y la limón lima. (Diaz, 2011)

Figura 2, proceso de expresión de la cáscara de la naranja.



Tomado de; (Cerón Salazar & Cardona Alzate, 2011).

Otro de los métodos de extracción que también se implementaría sería el de **destilación**, este es uno de los procesos más utilizados para la obtención de los aceites esenciales, puesto que es uno de los más económicos. Consiste en exponer la planta a una alta temperatura ya sea a través del vapor o en un proceso de agua en ebullición. En esta temperatura la planta se descompone generando de esta forma los aceites esenciales (Diaz, 2011).

Figura 3. Proceso de destilación con agua y con vapor



Tomado de, Buenas prácticas con las plantas medicinales en comunidades de la Amazonía ecuatoriana.

3.3. Métodos de impregnación en los textiles.

La moda bajo su responsabilidad social también ha hecho una inmersión en este campo de las sensaciones agradables con ayuda de la aromaterapia y los textiles inteligentes. Partiendo del método que utiliza la diseñadora e investigadora Jenny Tillotson quien tras haber sido beneficiada con una terapia de aromas esta decidió desarrollar un proyecto al que ella llama “*una segunda piel extra*”; este consiste en agregar en los textiles para la elaboración de sus colecciones aromas agradables al sentido del olfato, y de esta forma busca encontrar calma en las personas generando una disminución en la frecuencia del ritmo cardíaco, aliviando las sensaciones de estrés y conseguir un equilibrio en el sistema nervioso. (Pailes, 2016)

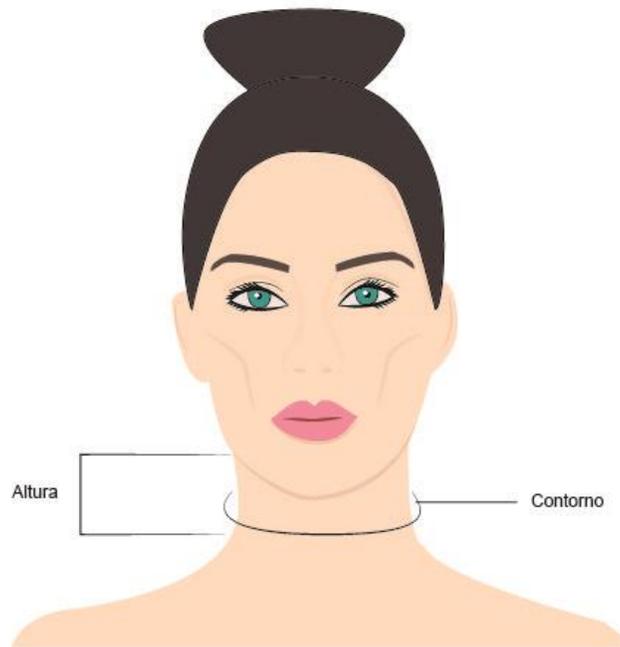
4.0. Almohadas cervicales.

4.1. Elaboración.

Con base en diferentes estudios antropométricos se elaboran almohadas cervicales con la forma del perímetro del cuello y la altura de este; para lograr una comodidad del producto se parte del principio de la antropometría estática o estructural, la cual indica que se debe medir al

cuerpo en una posición quieta, esto permite sacar una medida del esqueleto entre puntos anatómicos. (Vergara, M y Agost, 2015)

Figura 4. Descripción toma de medidas.



Elaboración propia.

“Las relaciones dimensionales entre el hombre y un producto de uso le proporcionan en gran medida salud, bienestar calidad y satisfacción.” (Sánchez, 2016).

Se parten de los puntos anatómicos y se toman las medidas en posiciones descansadas, con el cuerpo sentado en una posición de un ángulo de 90°, con ropa ligera y los hombros relajados.

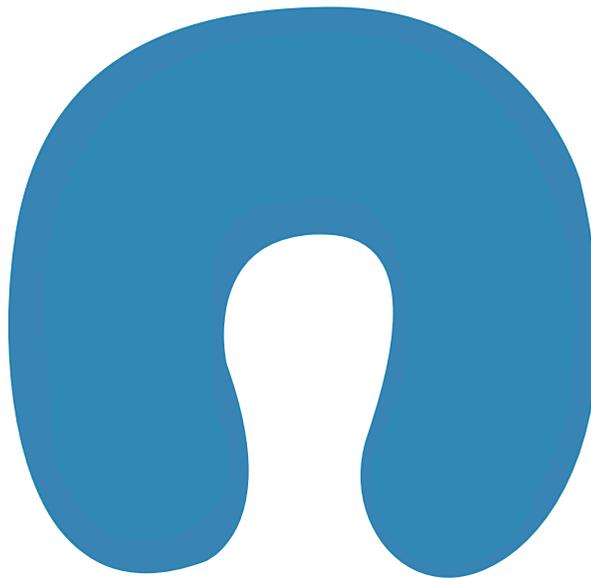
Teniendo las medidas de un promedio de los cuellos de diferentes mujeres, se elabora una ficha técnica con las medias y especificaciones del prototipo a desarrollar especificando que la base textil de este será el algodón; esta es una fibra de la que se tiene registro desde el año 2.700 A.C. en los territorios Indo-pakistaní, Egipto y Perú. Se destaca por sus diversas propiedades,

tanto estéticas como funcionales. (Suárez, s. f. 2019) Estéticamente tiene un tejido agradable a primera vista y su maleabilidad permite el uso en diferentes prendas o accesorios, es una tela bastante suave con el contacto directo en la piel, permite una transpiración adecuada y en su composición no cuenta con agentes que puedan generar algún tipo de irritación. (Lois, 2018).

4.2. Diseño.

De acuerdo a las medidas que han sido obtenidas (pagina 22), se procede a la elaboración del prototipo de una almohada cervical, la cual tendrá un diseño que cuenta con el desarrollo de antropometría, ergonomía, y materiales hipoalergénicos.

Figura 5. Almohada cervical.



Elaboración propia.

Para brindar una comodidad el diseño de este se hará de forma abrasiva al cuello. El interior de la almohada cuenta con la impregnación en el aceite esencial y además contará con un

estuche, el cual permite que la base textil que tiene una exposición directa con la piel y diferentes sustancias que puedan ensuciarlo, pueda ser retirado con la ayuda de un sistema de cremallera, para así poder ser lavado con frecuencia sin necesidad de lavar la almohada completamente. Extendiendo así el periodo de vida del producto y sus respectivas propiedades.

Se trabajará de la mano con una técnica de estampación conocida como screen o serigrafía, la cual consiste en hacer impresiones en diferentes materiales, (en este caso el textil) con la ayuda de una malla que ha sido previamente tensada en un marco y a la cual se le aplican unas emulsiones en algunas zonas para no permitir el paso de la tinta y así lograr la impresión del diseño adecuado. (Redondo, 2013) .

Se hacen grafías y se utilizan ciertos colores en el textil, teniendo como punto de inspiración las tendencias de la WGSN quien ha sido la encargada desde el año 1998, en ofrecer una biblioteca virtual de tendencias (WGSN, s. f.). Se elige el pronóstico de mujeres y mujeres jóvenes otoño/invierno 2019/2020: estilo libre; este busca por medio de tonos fríos haciéndolos neutros sofisticados y medios, generar un diseño juvenil con un toque adulto. Con influencias urbanas y deportivas. (Body, 2018).

5.0. Metodología.

20

5.1. Catálogo textil.

Los proveedores principales del textil algodón son,

Facol, marca reconocida en Colombia y con ubicación geográfica de unas sus tiendas en Bogotá, quien nos ofrece el metro de la tela base por un costo de \$10.000

5.2. Catálogo de aceites esenciales con su respectivo aporte.

Estas son las marcas que serán los proveedores principales de las sustancias.

“*Puro & orgánico*”, una marca localizada en Bogotá, Colombia, ofrece los aceites esenciales puros por los siguientes valores, aceite esencial de limón por \$54.100, aceite esencial de bergamota por \$62.300, aceite esencial de manzanilla por \$62.100 y aceite esencial de mandarina por \$47.400.

“*Alkimia*” es otra marca también ubicada en Bogotá y nos ofrece estas tres esencias por los siguientes precios, aceite esencial de limón por \$30.600, aceite esencial de bergamota por \$41.000 y aceite esencial de mandarina por \$19.000. («Tienda Virtual Al-kimia Esencias Florales y Productos Naturales»; s. f. 2019)

Según, (Stashenko, 2009), recomienda que el cuidado de los aceites debe hacerse conservando su contenido en una botella de aluminio o de vidrio coloreado, que esté debidamente sellada, y a una temperatura de 5°C y 40°C, para así poder alargar su periodo de vida y mantener sus propiedades.

5.3. Diseñar planos bidimensionales.

Se toman las medidas a la muestra de 50 mujeres bajo los parámetros establecidos para obtener los siguientes resultados.

Tabla 1. Promedio contorno de cuello.

<i>Cantidad</i>	<i>Contorno</i>
1-30 mujeres.	37,37 cm
1-3 mujeres.	36.40 cm
1-17 mujeres.	38.24 cm

Se concluye que la variable que más predomina en cuanto a la medida de contorno de cuello es 37,37 centímetros.

Tabla 2. Promedio de altura de cuello.

<i>Cantidad</i>	<i>Altura.</i>
1-20 mujeres.	7,63 cm
1-30 mujeres.	8,03 cm

Se concluye que la variable que predomina en la población de mujeres es de 8.03 centímetros.

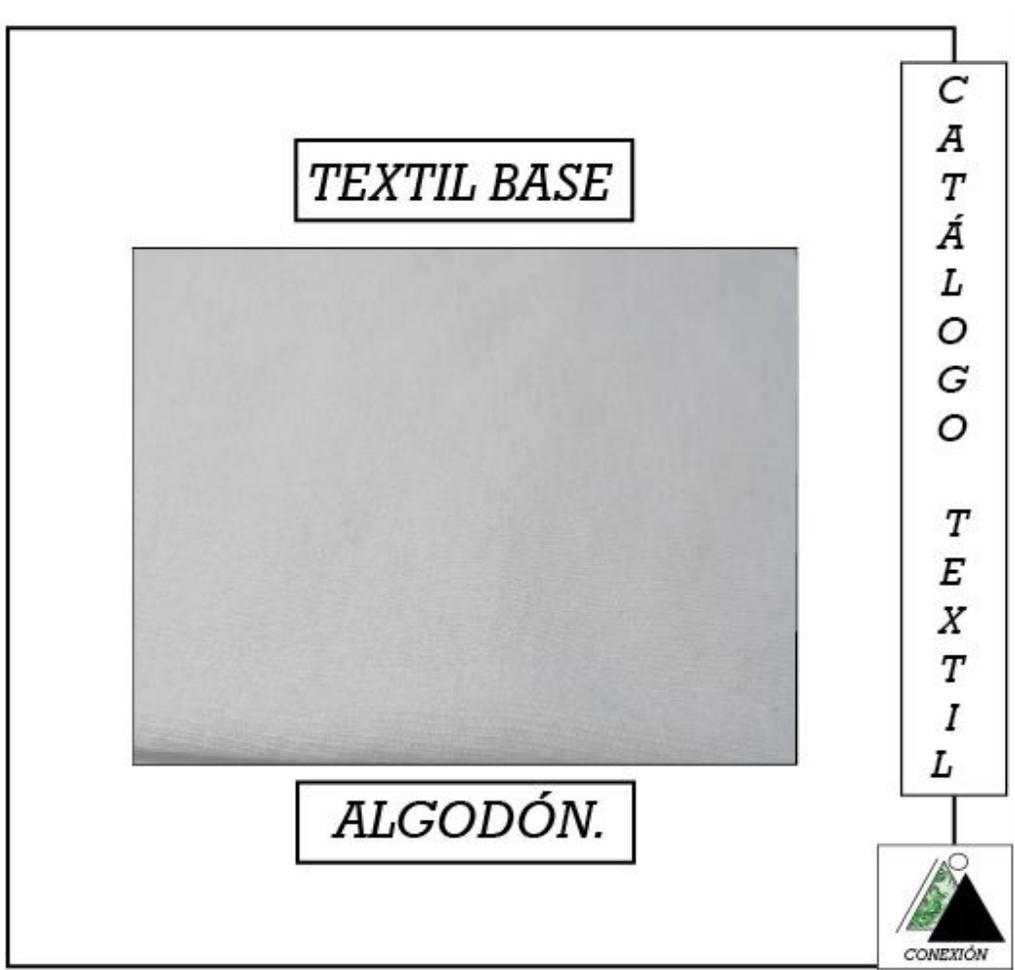
De acuerdo a los anteriores datos se hace un patronaje especial, en el cual se tienen en cuenta algunos desahogos y ajustes para generar una modificación en la talla por medio de un sistema de cierre, así de esta manera tener una amplia cobertura a estos dos mercados. Siendo el resultado, una almohada cervical que se ajusta por medio de diferentes niveles a la altura deseada por cada una de las personas que la utiliza.

El desarrollo que se hace con este pronóstico es una paleta de 6 colores a la llama tradicionales, siendo este dirigido al mercado que decide ser un poco más clásico a la hora de la elección de sus accesorios, y también se crean unas grafías con ayuda de las tendencias como apoyo, para las mujeres que deciden ser un poco más arriesgadas y sentirse en tendencia.

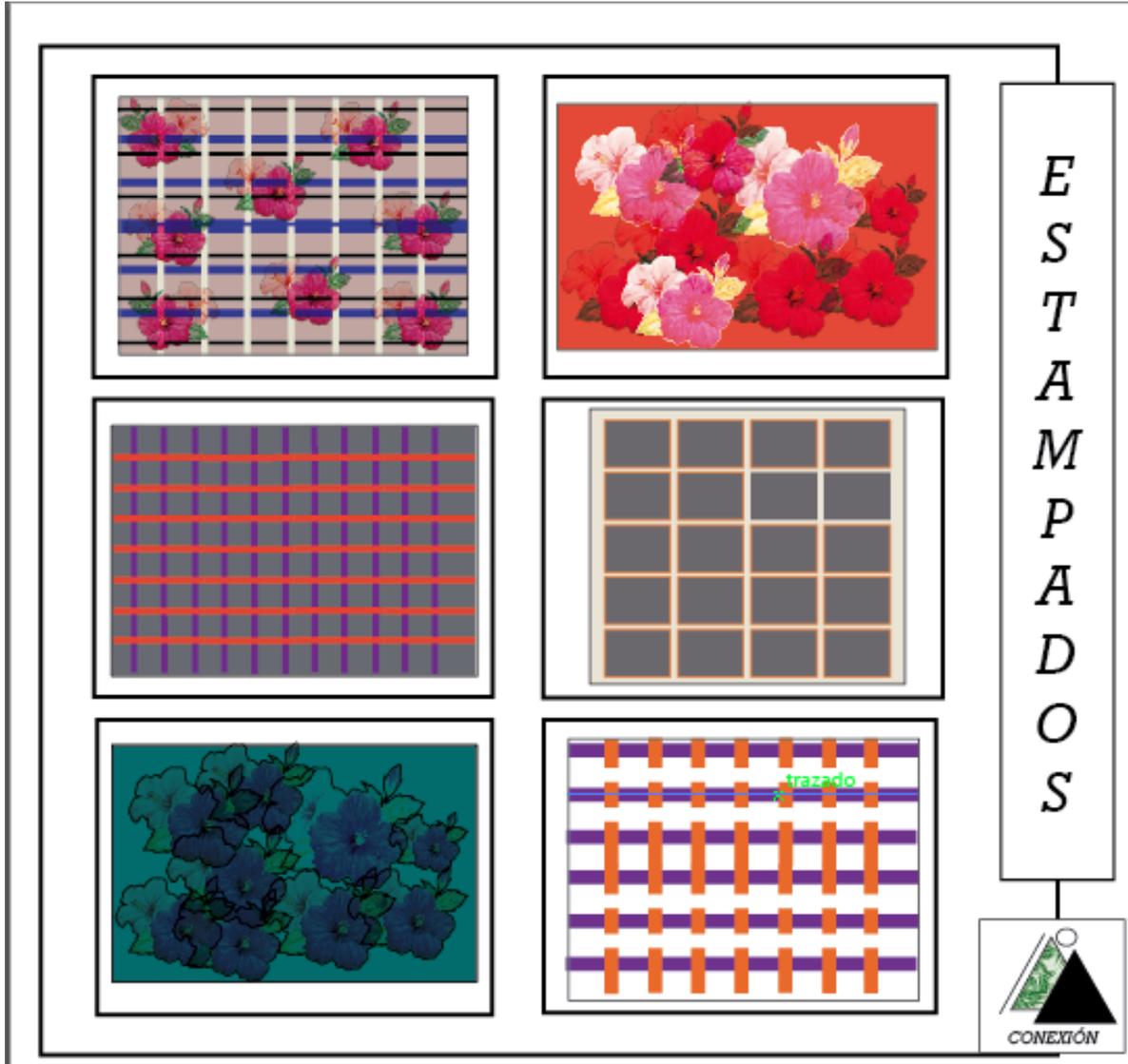
Resultados y discusión.

Catálogo textil

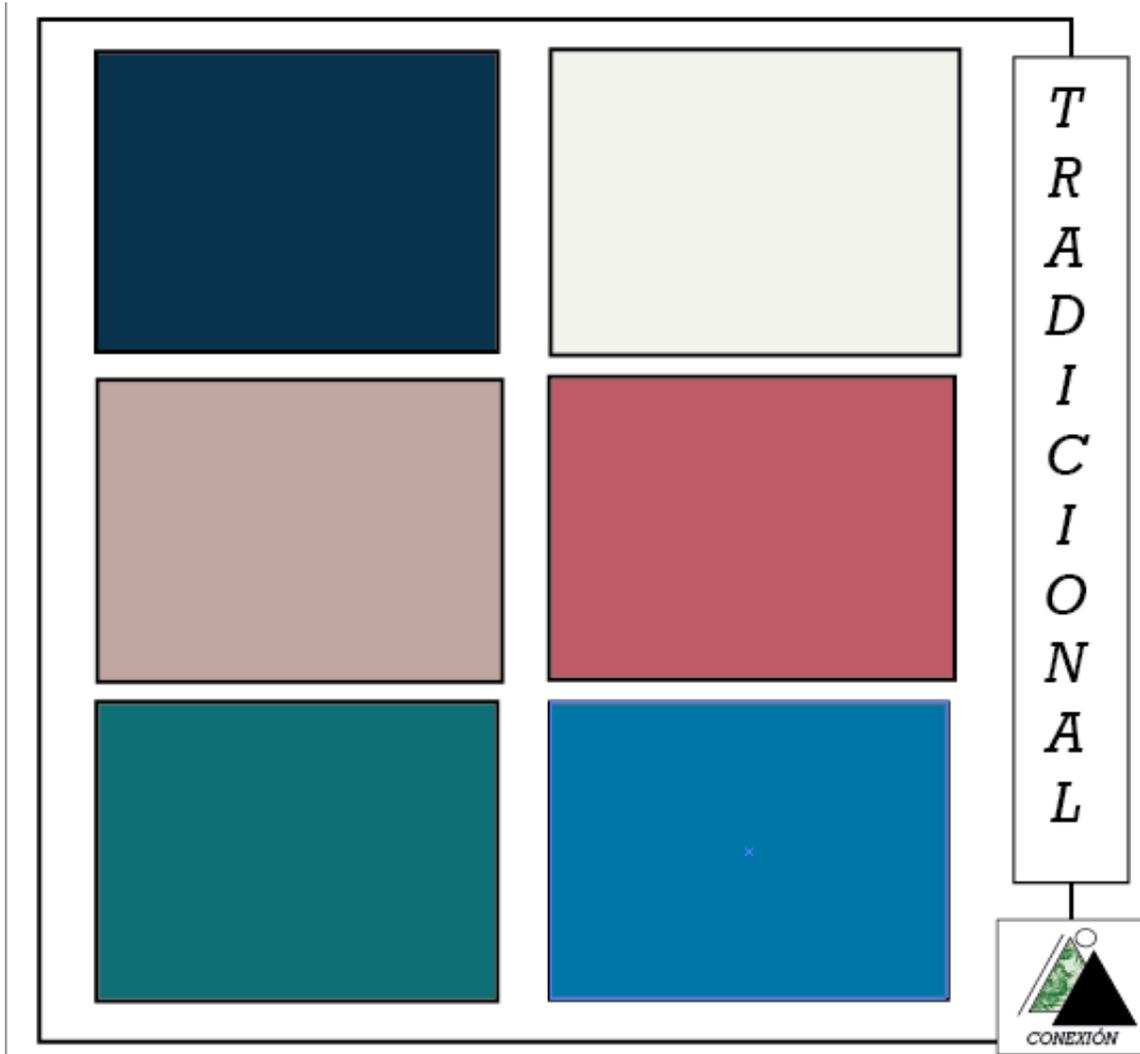
Figura 6. Base textil, algodón.



Elaboración propia.



Elaboración propia.



Elaboración propia.

Figura 9. Catálogo aceites esenciales.

<p>MANZANILLA</p>  <p>Tiene efecto sedante, Relajante. También Induce a tener pensamientos positivos</p>	<p>BERGAMOTA</p>  <p>Destaca por su efecto calmante relajante Y su aroma critrico genera una sensación de frescura y calma.</p>	<p>C A T Á L O G O S D E</p>  <p>CONEXIÓN</p>
<p>LIMÓN</p>  <p>Gracias a su aroma ayuda a dejar pensamientos de estrés y ansiedad. Para de esta forma lograr tener las ideas más claras.</p>	<p>MANDARINA</p>  <p>Su aroma genera una sensación Tranquilizante la cual ayuda a organizar mejor las ideas. Relajante</p>	

Figura 10. Ficha técnica.

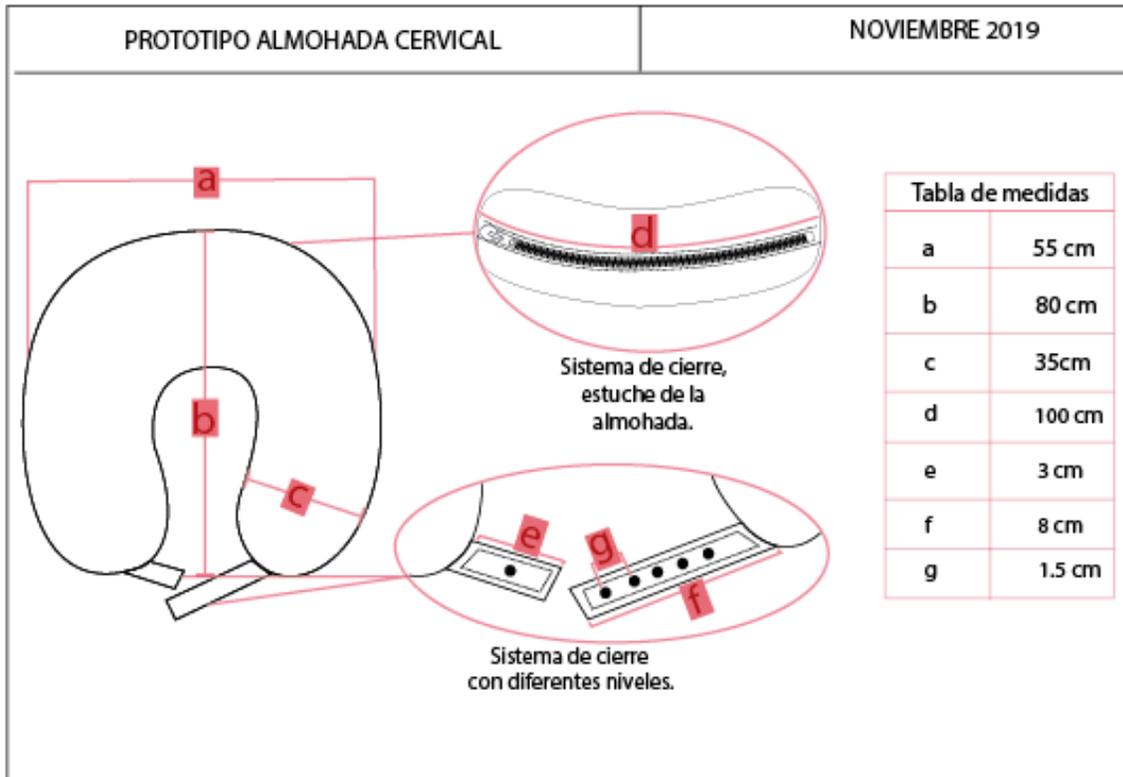
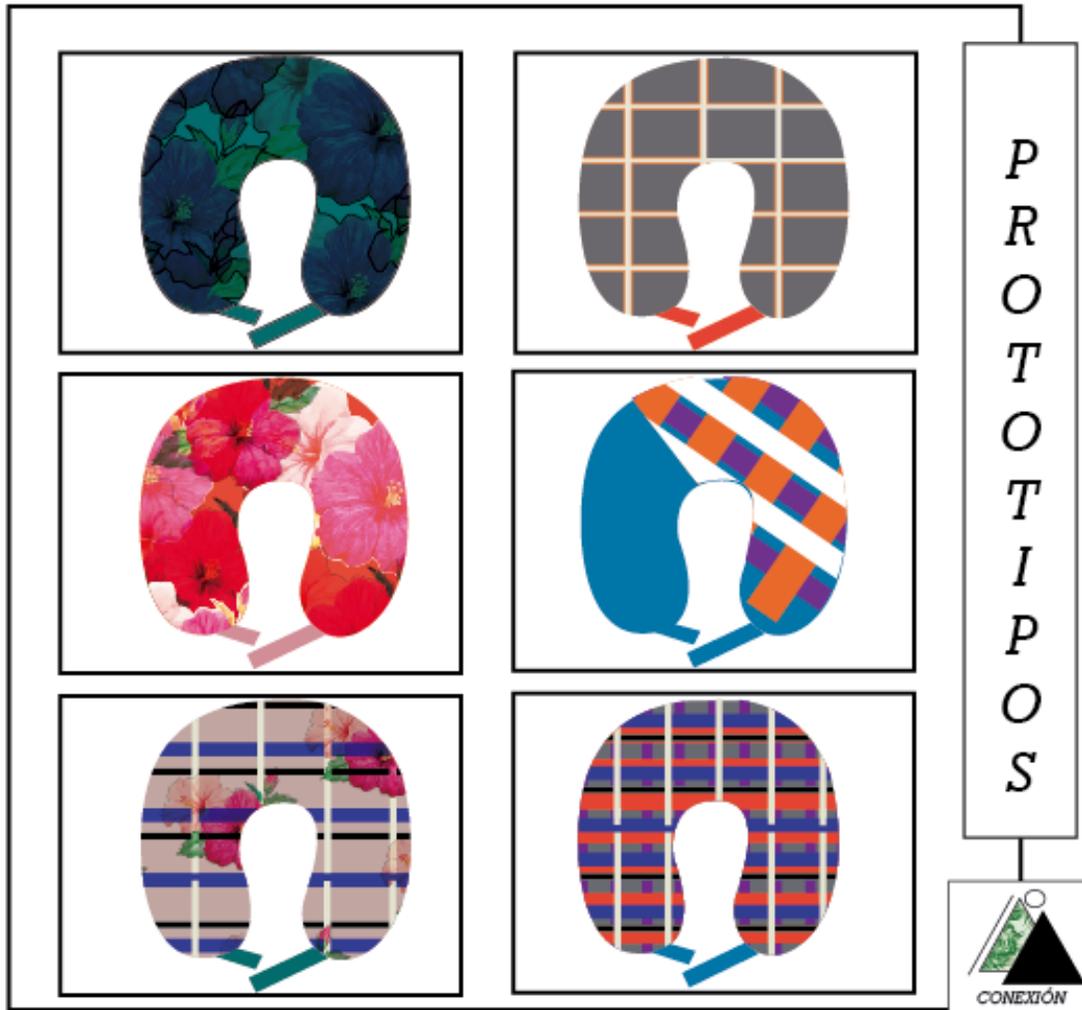


Figura 10. Prototipo bidimensional tradicional.



Elaboración propia.



Elaboración propia.

Las emociones que experimenta una mujer en estado de embarazo son variadas, muchos se dan de acuerdo a sus labores cotidianas, otros a los miedos que se han creado por medio de mitos o en muchas ocasiones son propios, debido a la presión que ella misma tiene en esta etapa acompañada de grandes cambios.

El sentido del olfato con la estimulación adecuada logra llevar la mente a estados de calma. Generar esta sensación de tranquilidad en este momento de la vida sería de gran ayuda para hacer más llevaderos algunas de las sintomatologías que, aunque inevitables, se pueden atenuar un poco

Para el desarrollo real del producto se debe tener en cuenta un método de encapsulación del aceite esencial que permita una mayor durabilidad del aroma y sus propiedades, y que además sea funcional, estético y se acomode de forma adecuada según los conceptos de antropometría. También se debe buscar la ayuda de un profesional de la salud, para saber cuál debe ser la cantidad adecuada a utilizar de estas sustancias en cada una de las almohadas cervicales, para que en verdad se convierta en una terapia positiva en el cuerpo y mente de la mujer. Además, se deben investigar las normas ISO, para saber hasta donde esta permitida la elaboración del producto, los parámetros a tener en cuenta para la realización de este, y los estándares de calidad que se piden de acuerdo a la función que tendrá dicho accesorio.

- Alcolea Flores, S., & Mohamed Mohamed, D. (2011). *Guía de cuidados en el embarazo : consejos de su matrona*. Instituto Nacional de Gestión Sanitaria, Servicio de Recursos Documentales y Apoyo Institucional.
- Bernal, E. (2016). *Cartilla laboral 2016*. Bogotá, Colombia: Ecoe ediciones Ltda.
- Berwick, A. (2000). *Aromaterapia, descubra los usos terapéuticos de los aceites esenciales*. Estados Unidos de América.: Llewellyn español.
- Body, J. (2018). *Pronóstico de mujeres y mujeres jóvenes*. Recuperado de [https://www-wgsn-com.zproxy.cun.edu.co/content/board_viewer/#/76938/page/1](https://www.wgsn-com.zproxy.cun.edu.co/content/board_viewer/#/76938/page/1)
- Braun, E. (2003). *El saber y los sentidos*. México. D.F: Fondo de cultura económica.
- Brent A. Bauer, M. D. (2017). Aromaterapia: ¿Es beneficiosa? - Mayo Clinic. Recuperado 19 de noviembre de 2019, de <https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/consumer-health/expert-answers/aromatherapy/faq-20058566>
- Cerón Salazar, I., & Cardona Alzate, C. (2011). Evaluación del proceso integral para la obtención de aceite esencial y pectina a partir de cáscara de naranja. *Ingeniería y ciencia*, (13), 65-86.
- Dalgleish, T., Williams, J. M. G. ., Golden, A.-M. J., Perkins, N., Barrett, L. F., Barnard, P. J., ... Watkins, E. (2007). Terapias complementarias y alternativas de Enfermería. En L. Halcón (Ed.), *Journal of Experimental Psychology: General* (Vol. 136). Mexico.
- Departamento Nacional de planeación. (2016). *DNP advierte que se avecina colapso de movilidad en las principales capitales*. 1. Recuperado de [https://www.dnp.gov.co/Paginas/DNP advierte que se avecina colapso de](https://www.dnp.gov.co/Paginas/DNP%20advierte%20que%20se%20avecina%20colapso%20de)

- Díaz, A. martha. . (2011). *Buenas prácticas con las plantas medicinales en las comunidades de la Amazonía ecuatoriana*. Ciudad de la Habana, Cuba.: Editorial universitaria.
- García, M. (2008). *Guía de Aromaterapia: La salud a través de los aceites esenciales*. Recuperado de www.elmundodelbienestar.es
- Guindel, M. (2014). *Vas a ser papá. El embarazo semana a semana. ¿que le pasa a tu chica?* Difusora Larousse - Ediciones Pirámide.
- Lepercq, J. (1995). *Larousse de los padres: embarazo, nacimiento, cuidados y educación*. México: Ediciones Larousse S.A.
- Lois, D. (2018). Tipos de tejidos. – Vestir con alergias. Recuperado 19 de noviembre de 2019, de <https://vestirconalergias.com/tipos-de-tejidos+>
- Marrero Santos, M. de L. (2015). *Estrés psicosocial laboral como factor de riesgo para las complicaciones de la gestación y el bajo peso al nacer*. El vedado, Ciudad de la Habana, Cuba: Editorial Universitaria.
- Ocu ediciones. (2010). *Dormir bien. Como solucionar los trastornos de sueño*. Bogotá, Colombia: Ediciones de la U.
- Pailles, R. (2016). *Tejidos inteligentes para diseñadores*. Barcelona: Parramon. Arts & desing.
- Pallares, M. (2010). *Emociones y sentimientos. Donde y como se transforman*. Marge books.
- Redondo, M. del M. (2013). *Impresión en serigrafía*. Andalucía, España.: IC editorial.
- Rúa, A. (2008). *Curación natural con aceites esenciales*. Bogotá, Colombia: intermedio

Sánchez, M. (2016). *fundamentos de la ergonomia*. México: Grupo editorial patria.

Sebastian Saavedra Torres, J., Jair Díaz Córdoba, W., Fernanda Zúñiga Cerón, L.,

Alberto Navia Amézquita, C., & Omar Zamora Bastidas, T. (2015). Correlación funcional del sistema límbico con la emoción, el aprendizaje y la memoria. *Morfología*, 7(2), 29-44.

Sebastiani, M. (2000). *Embarazo ¿dulce espera?* Buenos Aires: Paidós SAICF.

Stashenko, E. E. (2009). Aceites Esenciales. En *División de Publicaciones UIS*.

Recuperado de <https://www.puroyorganico.com.co/aceites-puros/aceites-esenciales.html?p=5>

Stephano, L. (2010). *Neurofisiología básica*. México: Universidad Autónoma de Aguascalientes.

Suárez, C. (s. f.). -TEXTIL EL ALGODÓN Y SUS PROPIEDADES- – Diseñadores de

Moda DM. Recuperado 19 de noviembre de 2019, de

<https://diseñadoresdemodadm.com/textil-el-algodon-y-sus-propiedades/>

Tienda Virtual Al-kimia Esencias Florales y Productos Naturales: (s. f.). Recuperado 18

de noviembre de 2019, de

<http://www.alkimiaesenciasflorales.com/catalog/index.php>

Vergara, M y Agost, M. (2015). *Antropometría aplicada al diseño del producto*. España.:

Universitat jaume I.

WGSN. (s. f.). Sobre nosotros | WGSN | Creamos el mañana. Recuperado 21 de

noviembre de 2019, de <https://www-wgsn-com.zproxy.cun.edu.co/es/wgsn/>

Tiendas de aceites consultadas en línea.

COMPARAR (0) BIENVENIDO A TIENDA PURO Y ORGANICO COLOMBIA MI CUENTA OFERTAS DIARIAS BLOG MI LISTA DE DESEOS INICIA SESIÓN

puro & Orgánico Todo ▾ Buscar aquí... LLAMANOS AHORA (319) 364-45-50 (305) 348-22-40

INICIO **ACEITES PUROS** ▾ COSMETICOS ▾ HIGIENA PERSONAL ▾ AYURVEDA KITS - CAJAS DE REGALO

Inicio > Aceites Puros > Aceites esenciales

Más de 200 aceites esenciales HEBBD, puros y 100% naturales. Seleccionados y controlados rigurosamente, proceden de plantas silvestres, cultivos orgánicos o ecológicos.

Recetas para Cosmetica Natural

- Precauciones de uso Aceite esencial de Abeto Siberiano
- ¿Como usar los Aceites Esenciales? Puro y Organico Colombia
- Exfoliante Cafe Gourmet
- El Champu Solido PERFECTO PARA CADA TIPO DE PELO. Receta basica
- Receta Shampoo solido de Frutos Rojos

Filtrar por: Precio ▾ ↑ Mostrar: 20 ▾ **Categorías de Blog.**

- Noticias
- Recetas
- Precios

Desconectado

NUEVA DIRECCIÓN **Al-Kimia ESENCIAS FLORALES**
Av. Carrera 24 No. 86 - 50 Tel: 7509386 y 6008232 . Bogotá, Colombia.

Inicio » Catálogo » Aceites Esenciales Mi Cuenta | Ver Cesta | Realizar Pedido | Buscar

Monedas: **Aceites Esenciales Colombia Bogota** Mostrar: Todos ▾

Envío a Domicilio en Bogotá y envíos por correo en todo Colombia

WhatsApp: 3132940149

Viendo del 1 al 95 (de 95 productos) Páginas de Resultados: 1

Categorías	Productos+	Precio	Compre Ahora
Aceites Esenciales Combinación de esencias florales	Aceite de Oliva Extravirgen 250 ml Aceite de Oliva Extravirgen 250 ml Aceite extravirgen primera presion e... leer más.	\$23.600,00	compre ahora
Esencias clasificadas: Por emociones: Por Jardín o Casa: Por Chakras: Formulas: Formulas Importadas: Spray o Mist Set o kit para farmacias: Envases para esencias:	Acondicionador hidratante & reconstituyente Mantiene el cabello hidratado, previene su rotura y las puntas abiertas. Apor... leer más.	\$37.900,00	compre ahora
Libros florales	Aguacate Aceite extravirgen 250 ml Prensado en frío El aceite de aguacate es rico en ácidos grasos monoinsaturados que son conoci... leer más.	\$45.000,00	compre ahora
Filtros Resonadores Homeopatía Heel. Homotoxicología	Ajonjolí o Sésamo Aceite puro prensado en frío 250 ml Ideal para masajes corporales sus elementos esenciales penetran facilmente la... leer más.	\$24.400,00	compre ahora
Proveedores Laboratorios	Ajonjolí Tostado Aceite Gourmet x		

Tendencias utilizadas en elaboración de grafías y color de textiles.

WGSN[®] Pronóstico de mujeres y mujeres jóvenes O/I 19/20: Estilo libre
 BY ASCENTIAL Por Jane Boddy | Luke Tebbutt | the WGSN Womenswear Team / 02.21.18 Ver más imágenes

ESTILO LIBRE

Este libre presenta detalles de brillos basados en tonos medios y neutros sofisticados. Los rojos y naranjas son brillantes, aunque suavizados. Wild Fire añade vitalidad, mientras que Braeburn Red y Alphonse Yellow son intensos. Cópí Green añade un tono de verde a la mezcla, mientras que los brillos se complementan con neutros sofisticados, como Cashew y Blond Wood. Pink Ababates, con matices lilas, añade feminidad a los tonos vivos.

Las formas de los colores son adaptativas de WGSN / Colores adaptativos de mujeres y mujeres jóvenes

Foto: © Getty Images / Contrasto / Contrasto.com

coloro
Pantone de moda

WGSN[®] Pronóstico de mujeres y mujeres jóvenes O/I 19/20: Estilo libre
 BY ASCENTIAL Por Jane Boddy | Luke Tebbutt | the WGSN Womenswear Team / 02.21.18 Ver más imágenes

Introducción

Estilo Libre es una dirección juvenil con un toque adulto. Representa la evolución de la tendencia Manifiesto creativo de P/V 19, y va aligerando de los estilos impactantes para acercarse a otros más sofisticados. En esta historia, las influencias deportivas y urbanas comparten su espacio con materiales y detalles glamorosos.

Imágenes: © Getty Images / Contrasto / Contrasto.com

ACCIONES DE ESTILO LIBRE

01 El glamour irá en aumento: Después de algunos años de armadura y normitas, se vuelve a ver un brillante asfalto por la vestimenta elegante. Enrosc, por ejemplo, en las chaquetas asociadas con materiales y diseños opulentos.

02 La ropa urbana se actualizará con decorados: Cálido como gris en tonos a las combinaciones inesperadas de accesorio sofisticado, por lo que las prendas clásicas, como el blazer, se actualizan con decorados integrados.

03 Los clásicos se subvertirán: En esta tendencia todavía hay lugar para los clásicos básicos, pero con algunas modificaciones. La camisa blanca, por ejemplo, se renueva con cortes y detalles.

04 La ropa de hombre será la nueva ropa de mujer: Otro ejemplo de la influencia masculina de esta tendencia es la creciente influencia de la ropa de hombre, inspirada en gran medida en marcas de culto de jóvenes.

Pronóstico / Mujeres y mujeres jóvenes

1 / 13