

# TALLER DE COSMÉTICA NATURAL



<https://www.youtube.com/watch?v=S6x1fQenO2s>

<https://www.youtube.com/watch?v=vt-lb0GEBc8>

.Cosmético :

*Viene del griego Kosmeticos ,que significa adornar,siendo el arte de preservar la belleza.*

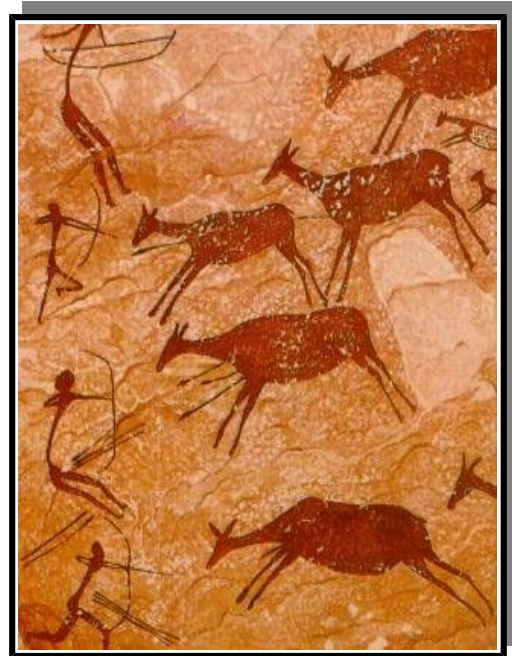
.Cosmetología:*Es la parte de la medicina que trata de los cuidados y belleza de la piel*

## HISTORIA

*El mundo de la belleza es fascinante . Desde los tiempos más remotos el ser humano siempre ha buscado estar perfecto,estar guapo.*

*El origen es desconocido por eso se le atribuye algo mágico.*

*Se cree que empezó en la prehistoria, en las pinturas rupestres, que eran obtenidas de la naturaleza.*



*Egipto fue el primer pueblo interesado en la belleza, es aquí donde se han encontrado jeroglíficos que contienen recetas de belleza.*

*Se han encontrado cofres con sustancias venenosas como antimonio, azufre, salitre...*

*. Maquillaje de ojos -----> hollín mezclado con grasa de ganso.*

*. Antimonio .....>color rojizo para los labios y para protegerse del sol y viento.*

*.Arena mezclada con aceites que suavizaban la piel.*

*.Mascarillas con barro del Nilo con sustanciasgrasas.*

*Las mujeres eran pulcras y se arreglaban las manos, pies y cejas.*

*Se rapaban la cabeza lo que dio origen a otra profesión: La posticeria*

*La barba solo era un privilegio para el faraón.*



*Todas estas costumbres las agregaron a las suyas los griegos, romanos, arabes, cretos...*

*En la edad media cayo en el oscurantismo y era mal visto; de hoy viene la leyenda de que son cosas de brujas ¿porque? Porque desde la antigüedad las mujeres eran y somos las portadoras de las tradiciones y costumbres, conocian los secretos de la cocina y ellas eran las que dominaban estas practicas.*

*Coge un poco de auge de nuevo en el renacimiento y sobre todo en Francia dándose las famosas pelucas de enormes dimensiones.*

*Hasta llegar a nuestros días donde se recupera el gusto por la estética debido en gran parte a la independencia de la*

*mujer y al nacimiento del cine.*

*Da comienzo la Cosmética Química.*

*Existen numerosa firmas donde nos prometen todo y últimamente se ha puesto de moda los cosméticos BIO / ECOLOGICOS*

## ¿QUE SON LOS COSMETICOS ECOLOGICOS?

*.Son los fabricados sin componentes tóxicos (parabenos) que tienen efectos nocivos en el organismo.*

*.La diferencia entre la cosmética ecológica y la convencional esta en la forma de realización, que no incluye sustancias peligrosas, no tienen conservantes químicos, sus conservantes son naturales y producen raras alergias*

*.La tradicional no suele informar de los componentes, por lo que no sabemos si son inofensivos o no.*

*.Los cosméticos ecológicos, no se experimenta con animales y en algunos casos también se veta el empleo de derivados animales.*

*.También existe la artesanal que no necesariamente es biológica, si no que esta hecha en casa pero puede llevar química.*

## COSMETICA NATURAL

*.Es cosmética natural porque sus principios activos salen de las plantas.*

*.Las plantas tienen distintos usos: medicinal y cosmético.*

*.Se recolectan en época de floración, no se daña a la planta*

*y se almacena en lugares secos y envases de cristal oscuros.*

*.No recolectar en sitios contaminados, evitar las áreas sucias*

*.Se limpiara con un chorrillo de vinagre, unos minutos.*

## MÉTODOS DE PREPARACIÓN DE HIERBAS

*.Infusión : Consiste en introducir las hierbas a alta temperatura (té), dejandola en reposo unos minutos.*

*.Decocción : Las hierbas se añaden al agua(café) en el momento que entra en ebullición*

*.Pasta y polvo de hierbas : Uso interno y externo*

*.Jugo exprimido*

*.Infusión fría: Para plantas leñosas y aromáticas (que contienen mucho aceite esencial.)*

*.Tinturas madres : Contienen los principios activos del vegetal. Se obtienen por maceración en alcohol.*

*.Destilación*

## DESTILACIÓN CASERA

*. Olla con su tapadera (mejor transparente)*

*.Papel de aluminio*

*.Un envase met lico*

*.Cualquier planta aromática*

*.Hielo*

*Procedimiento: Echamos las plantas en la olla y las cubrimos con agua. En el centro de la olla colocamos el envase met lico y la tapamos con la tapadera del revés.*

*Llevamos a ebullición y añadimos en el centro de la tapadera dos cubitos de hielo que harán que las esencias al ser más volátiles se concentren en el centro y caigan al envase met lico.*

## Las Plantas Imprescindibles

EQUINACEA  
EUCALIPTO  
AJO  
JENJIBRE  
MIEL

OREGANO  
TOMILLO  
AZAHAR  
CANTUESO  
ROMERO

HIPERICO



# AROMATERAPIA

- .La aroma terapia es el uso de los aceites vegetales concentrados para mejorar la salud física o mental.*
- . Son unos de los remedios más antiguos usados por la humanidad para el cuidado del cuerpo y el espíritu.*
- .Los aceites es lo más valioso que se extrae de una planta cuyo aroma se expande a través de su aroma.*
- .Se usan en cremas y aceites para el masaje,*
- .Los aceites esenciales por si mismos no penetran en la piel por lo que necesitan un aceite vehicular para hacerlo.*
- .Se pueden aplicar directamente sobre la piel y cabello, en masajes, cremas, geles, mascarillas, champú.....*
- .Se conservan en un lugar seco fresco y con ausencia de luz.*

ALGUNOS ACEITES : aguacate, albaricoque, almendras dulces o leche de almendras, avellanas, caléndula, coco, germen de trigo, sésamo, uva, yoyoba, hipérico, rosa mosqueta, argan, aloe vera, ricino, olivo, girasol, lino, uva.....

## PROPIEDADES

Aceite de albahaca. De olor dulce es usado tradicionalmente para la depresión, los dolores de cabeza y para problemas respiratorios.

Aceite de árbol de té. Tiene sobre todo virtudes anti infecciosas, antifúngicas, antibacterianas y antivirales. Suele utilizarse para problemas cutáneos como granos, acné, verrugas, pie de atleta, sarpullidos, picaduras de insectos, quemaduras y ampollas.

Se utiliza para cortes y heridas infectadas y ayuda a que la piel se cure impulsando la formación de tejido cicatrizante. También contra la caspa, llagas frías e infecciones geritourinarias como cistitis y candida bucal, y

*contra resfriados, gripe, catarros e infecciones de cualquier tipo. También se utiliza para bajar la fiebre, matar pulgas y piojos y como desodorante.*

*Aceite de jazmín: Tiene un aroma dulce agradable y es usado como relajante "afrodisiaco", como tonificante y para las torceduras.*

*Aceite de lavanda: Aroma dulce y el más usado atribuyéndosele propiedades antisépticas, afrodisiacas, relajantes,.....*

*Aceite de romero: Es uno de los aceites esenciales más usados. Es un potente estimulante de la mente, el cual es utilizado también para combatir dolores musculares y afecciones respiratorias. Destaca por sus propiedades antisépticas. Para el fortalecimiento del cabello. Es un aceite que deben evitar las personas con hipertensión o epilepsia .*

*Aceite de Almendras dulces : rico en vitamina A. y E., proteínas, sales minerales y ácidos graso. Alto poder nutritivo corporal, uñas y cabello.*

*Aporta elasticidad, hidratación y suavidad.*

*Reconstituyente capilar, para masaje de niños y adultos.*

*Previene la formación de arrugas pues impide la deshidratación.*

## ACEITES ESENCIALES

### ALGUNOS ACEITES ESENCIALES

*Manzanilla romana, incienso, ilang ilang, madera de cedro, naranja, rosa, salvia romana, agria, néroli, bergamota, limón, pomelo, mandarina, ciprés, palma rosa, romero, mejorana, eucalipto, jazmín común, enebro, lavanda, árbol del te, menta piperita, geranio,.....*

### Efectos de los aceites esenciales

- *Relajantes: ciprés, clavel, enebro, mandarina, manzanilla, mejorana.*



- *Equilibradores: albahaca, geranio, y lavanda.*
- *Estimulantes: canela, cardamomo, clavo, eucalipto, hinojo, jengibre, lima, menta, naranja, pimienta negra, pino, pomelo y romero.*
- *Antidepresivos: albahaca, clavel, geranio, jazmín, lavanda, lima, limón, mandarina, manzanilla, naranja.*
- *Afrodisíacos: canela, cardamomo, cilantro, clavel, clavo, jazmín, jengibre, madera de cedro, pachuli, romero, rosa, sándalo.*
- *Anafrodisíacos: alcanfor, mejorana.*
- *Estimulantes de la mente: albahaca, cardamomo, cilantro, eucalipto, menta, pino, romero*

### EFFECTOS SOBRE LA PIEL ( USO COSMÉTICO)

*Piel Sensible : lavanda,geranio,cipres,rosa*

*Piel Seca : Ylang ylang,geranio,manzanilla,rosa*

*Piel Grasa: lavanda,limón,arbol de te,bergamota*

*Piel Mixta : pomelo, mandarina,geranio,cipres*

*Piel con acne : arbol del te,limón,enebro*

*Piel Envejecida : zanahoria,naranja,sándalo,incienso,mirra,romero*

*Contorno de ojos : naranja,incienso,zanahoria,geranio*

## *Y MUCHOS MÁS TRATAMIENTOS*

### CLASES DE COSMÉTICOS

*¿Cual es la función de un cosmético? La de limpiar la piel y cuidarla.*

*Tipos de cosméticos: Faciales, Corporales y Decorativos o Belleza( Maquillaje)*

*Faciales: Jabones,leches,tónicos,contornos de ojos,mascarillas,peeling*

Corporal: Sales de baño, Baño, Desodorantes, dentríficos, Afeitado, Aceites  
Aceites esenciales

Maquillaje

## Cuidados Básicos y Aplicación

1. Limpiar : Para que las células respiren y renueven (leches, geles y cremas limpiadoras)
2. Tonificar : Refrescan y estimulan la circulación y arrastran los restos de suciedad que pueda quedar.
3. Exfoliar : Limpia en profundidad los poros, elimina las células muertas y facilita la hidratación y oxigenación, aplicar en círculos
4. Hidratar /Humectar :
  
5. Contorno de ojos : Es la zona ,junto con los labios más delicada. Piel muy fina y les afecta el humo, cansancio, fijar la vista. Las cremas del resto del cuerpo puede originar arrugas o caída de párpados  
Aplicar en pequeñas cantidades en círculos ascendentes.
  
6. Mascarillas : Aportan principios activo.  
Se aplican en cara y cuello ,no en el contorno  
Clases: rejuvenecedoras, astringentes, refrescantes,  
rejuvenecedoras, astringentes, refrescantes, nutritivas,  
hidratantes, tensoras.....
  
7. Labios : Se deben de nutrir e hidratar constantemente.  
Carecen de protección, por eso aparecen grietas y desecación

*Se deben de proteger antes de salir de casa con bálsamos y cremas.*

*.Manteca de karite : sequedad, hidrata, cicatriza y para las grietas*

*.Propoleo : hidrata, grietas y sequedad*

*.Aceite del árbol de Té : llagas, eczemas, verrugas*

*.V. E. : previene el anti envejecimiento*

### *PRODUCTOS QUE SE NECESITAN*

*-Producto base : Loción corporal, crema limpiadora, crema hidratante, champú y acondicionador.*

*-Aceites esenciales ,aguas florales extractos de hierbas*

*-Aceite base : almendras, albaricoque, mosqueta.....*

*-Cera de abeja, manteca de karite, glicerina, manteca de cacao, parafina, vaselina*

*Los utensilios a usar : varilla de cristal, tarros de cristal, para las cremas y limpiadoras y botellas de cristal oscuras para los tónicos y lociones corporales, desodorantes.*

# PROPIEDADES

## Propiedades de la vaselina

*La vaselina es un derivado del petróleo, la cual se obtiene tratando el petróleo con vapor y filtrándolo a altas temperaturas.*

- *1. Ponte un poco en las pestañas antes de acostarte, para mantenerlas fuertes e hidratadas. Así parecerán más largas y densas.*
- *2. Aplicarte vaselina en los codos después de la ducha, y los tendrás siempre suaves.*
- *3. Para las primeras líneas de expresión ponte vaselina en el contorno de los ojos*
- *4. Pon un poco de vaselina sobre un algodón para desmaquillarte.*
- *5. Ponte vaselina en las cutículas cada vez que puedas, evitarás que se te sequen los pellejitos o padrastrós y la mantendrás más pegadas a la uña.*

## Propiedades de la cera virgen de abeja

- *Tiene propiedades cicatrizantes y antiinflamatorias.*
- *La cera de abejas es rica en vitamina A.*
- *Ayuda a blanquear la piel.*
- *Sirve como base para hacer cremas, ungüentos y pomadas.*
- *Forma una película protectora en la piel, impermeabilizándola y evitando su deshidratación. No penetra en la piel.*

## Propiedades del aceite de oliva

- **HIDRATANTE**
- *Alto poder reparador de la piel seca de todo el cuerpo, gracias a sus propiedades oleosas.*

- *Es una gran fuente de vitamina E, la cual es indispensable para una piel una piel más saludable.*
- *Suaviza la piel y proporciona humedad. Es muy adecuado en el tratamiento de la sequedad de la piel untar las zonas con menos humedad con un poco de este aceite antes de bañarse.*
- *Se puede usar como desmaquillante*
- *Exfoliante si se mezcla con azúcar.*

### *Propiedades de la manteca de cacao*

- ⇧ *Regenerador celular, previene la aparición de arrugas y estrías, protegiendo contra el envejecimiento de la piel.*
- ⇧ *Hidrata en profundidad, proporciona elasticidad y nutrición.*
- ⇧ *Nutritiva, mejorando la elasticidad de la piel. Empleada en bálsamos labiales y para la nariz irritada o agrietada.*
- ⇧ *Antiestrías, es un excelente hidratante corporal, previniendo las estrías.*

### *Propiedades de la manteca de karité*

- ⇧ *Rica en vitaminas A, D, E y F*
- ⇧ *Excelente poder hidratante, nutritivo, y emoliente*
- ⇧ *Acción calmante de la piel, reparadora, cicatrizante y regenerador celular*
- ⇧ *Propiedades reestructurantes y suavizantes en estrías y arrugas*
- ⇧ *Protege de agentes externos, como el frío y principalmente del viento y*  
*Crema de manos*

### *Propiedades de la parafina*

# *RECETAS COSMÉTICAS*

<https://www.youtube.com/watch?v=HucSeV'KC-W8>

### 1. Champú manzanilla y glicerina

#### Ingredientes :

- .1/2 l. de aguacate
- .5 sobres de manzanilla
- .4 cucharas jabón neutro
- .1 cucharada de glicerina
- .Esencia

Elaboración : Echamos el agua en una olla y la llevamos a ebullición. Cuando empiece a hervir la apartamos del fuego y echamos los sobres de manzanilla y el jabón neutro en escamas para que se derrita mejor.

Remover 5 minutos. Una vez que se ha enfriado un poco y no esta caliente añadimos la glicerina líquida.

## 2. Crema para los labios

### Ingredientes

- .50 gr de vaselina*
- .10 gr. de cera virgen de abeja*
- .2 cucharaditas de aceite de oliva*
- .Esencia*

Elaboración : *Fundir todo en un cazo y verter en un molde ingredientes y verter en un molde antes de que se enfrie*

## 3. Crema de manos

### Ingredientes

- .100 ml. De aceite de oliva*
- .20 gr. de manteca de cacao o Karite*
- .Esencia*
- . 40 gr. de cera virgen de abejas*

### Elaboración :

*Se ralla previamente la manteca de cacao (en caso de ser sólida) y se trocea la cera de abeja. Se echa en una cazuela junto al aceite de oliva y la esencia y se derrite todo. Es importante que el aceite no llegue a hervir ya que se perderían muchas de las propiedades de esta crema. Una vez derretido se echa en un molde y esperamos a que se enfrié y cuaje.*

#### 4.VINO DE CANELA

##### INGREDIENTES

1L DE VINO TINTO DE BUENA CALIDAD

20 GR DE CANELA EN RAMAS

30 GR DE RAIZ DE GINSEG O EN POLVO

15 GR DE VANILLA EN POLVO

##### ELABORACIÓN

MESCLAR TODO Y DEJAR MACERANDO DOS SEMANAS, FILTRAR Y TOMAR COMO VINO DE POSTRE

#### 5.PONCHE ARDIENTE

##### INGREDIENTES

1 TAZA DE VINO MOSCATE

1 COPITA DE COÑAC O BRANDY

¼ DE LITRO DE LECHE

1 TAZA DE NATA ESPESA

AZUCAR AL GUSTO

NUES MOSCADA

RAIZ DE GINSENG

##### ELABORACIÓN

BATIR EL VINO, COÑAC, BRANDY, LECHE LA NATA Y EL AZUCAR. ENCIMA LA NUEZ MOSCADA RALLADA Y EL GINSENG. SERVIR EN COPAS ALTAS.

CON EFECTO EROTICO

BLOG : COSMÉTICA Y BRILLOS



<https://cosmeticabrillos.wordpress.com/>

*ENLACE: COSAS DE MANUELA*

<https://www.facebook.com/manuela.hidalgosalas>

**ESTHER**

**COSMETICA NATURAL**

**FACIAL**

- > *Crema antiarrugas de Polen de Abejas o de Aloe vera.*
- > *Serum facial antiarrugas.*
- > *Mascarilla facial pieles mixtas o grasas de arcilla ghassoul y antimanchas de leche en polvo o avena y arroz.*
- > *Leche limpiadora y desmaquillante (leche de avena e hipérico).*
- > *Tónico facial de malvas, manzanilla, equinácea, cúrcuma,*

*agua de rosas, lavanda y vitamina e.*

*> Lápiz de ojos (caléndula, manteca de karité, cera carnauba y pigmento negro).*

*> Contorno de ojos (antiarrugas, antibolsas y antiojeras) de hibisco o algas.*

*> Desmaquillante de ojos de semillas de lino.*

*> Máscara de pestañas o rímel (cera abeja, aceite ricino, pigmento negro).*

*> Coloretos ecológicos (manteca de karité, arcilla blanca, proteína de seda, pigmentos naturales, esencia de rosa).*

*> Bálsamo o protector Labial (aceite coco, cera de abejas, esencia de rosa mosqueta).*

*> Pasta dentífrica de caléndula y salvia, versión para niños o dientes sensibles.*

*> Blanqueador dental.*

## **CORPORAL**

*> Perfume.*

*> Desodorante para hombre (esencia sándalo) y para mujer (esencia de rosa).*

- > *Crema de manos y pies.*
- > *Leche corporal o Body Milk (manteca de karité, miel, rosa mosqueta, aceite de oliva, hipérico y caléndula).*
- > *Jabón líquido (gel de baño) para todo tipo de pieles.*
- > *Gel de manos de salvia, romero, lavanda y limón.*
- > *Gel íntimo de caléndula y malvas.*
- > *Jabón medicinal de Sándalo, Jasmín, Cúrcuma y Alcaravea.*
- > *Jabón sosa para pieles mixtas de leche de cabra y grasas de laurel, canela y cedro.*
- > *Jabón glicerina de malva, caléndula y aloe vera.*
- > *Bombas de baño de varios colores con aromaterapia.*
- > *Sales de baño aromatizadas.*
- > *Exfoliantes corporales (estimulantes o relajantes) de limón, romero y salvia o de naranja, tomillo y salvia.*
- > *Champú anticaspa, antiseborreico y anticaída para todo tipo de pelo (castaño de indias, ortiga, romero, árnica) y para dermatitis de Aloe Vera, caléndula y árbol del té.*
- > *Mascarilla-acondicionador pelo de Nuez de Macadamia.*
- > *Gel y champú para bebés (Manteca de karité, limón y naranja)*

- > Aceites de hierbas medicinales (romero, lavanda, hipérico, menta, eucalipto, azahar, tomillo, orégano, caléndula, rosas...).
- > Agua de rosas y azahar.
- > Gel de afeitar (romero, aceite albaricoque, manteca de karité).
- > After shave (aceite albaricoque o argán, ginkgo biloba y saúco, esencia de cedro, bergamota y sándalo).
- > After-sun (Aloe vera, caléndula, hipérico, té verde, aceite de oliva)
- > Protector Solar de aceite aguacate, aloe vera y esencia de frambuesa.
- > Loción antimosquitos (caléndula, espliego, romero, albahaca, aceite oliva y limón, esencia de citronella, geranio y lavanda) y difusor repelente de eucalipto.

## MEDICINAL

- > Bálsamo y Jarabe Anticatarral (cera abeja, eufrasia, vara de oro, equinácea, saúco, esencia de tomillo y eucalipto).
- > Bálsamo cicatrizante (líquenes).
- > Bálsamo hematomas (jengibre).

> *Bálsamo hemorroides (hipérico).*

## **HOGAR**

> *Lavavajillas de Romero.*

> *Jabón líquido ecológico para lavar ropa.*

> *Detergente lavadora.*

> *Suavizante casero de lavanda.*

> *Limpiador multiusos de hogar (mandarina y eucalipto).*

> *Ambientador purificador e insecticida para el hogar (limón, romero, lavanda y clavo), y para coche de romero.*

> *Insecticida de manzanilla y arcilla blanca.*

> *Velas de Parafina con aromaterapia.*

---

## **COMESTIBLES...**

> *Leche de avena, almendras y alpiste casera.*

> *Kefir o yogurt casero.*

> *Pan Integral de centeno.*

> *Queso en aceite de hierbas (romero, tomillo, eneldo,*

*menta de burra...).*

*> Paté de almendras a las finas hierbas.*

*> Caramelos de menta-hierbabuena, limón y fresa ecológicos.*

*> Mermeladas y compotas caseras con azúcar de caña (higos, pasas, vinoblanco y jengibre, naranja y manzana, plátano con miel de espliego y ron...).*

*> Frutas en almíbar.*

*> Estevia líquida y en polvo (proximamente)*

*> Orujo de cerezas, naranja, melocotón, fresas...*

*> Miel, polen, propóleo y cera de abeja (proximamente).*

*> Aceite aromatizado de romero, hierbabuena, tomillo, orégano, lavanda, cantahueso...*

*> Tartas caseras variadas (zanahorias y coco, calabaza y nueces, tres chocolates, queso y mermeladas...)*