



Curso de Jabones artesanales

Comentario [LT1]:

Contenido del curso

Clase 01 Introducción. La piel. Funciones. Qué vamos a hacer.

Clase 02 Materiales básicos necesarios, cuales sí, cuales no, por qué. Historia. Saponificación.

Clase 03 Jabón translucido elemental. Secretos. Trampita. Cómo limpia el jabón.

Clase 04 Jabón opaco. Comparaciones. Secretos. Trampita. Leyenda.

Clase 05 Sales para baño. La piel. Materiales elementales.

Clase 06 Sales simples para comenzar. Aromaterapia elemental.

Clase 07 Sales naturales. Bolsita especial. Consideraciones muy importantes.

Clase 08 Bombas efervescentes. Bombas efervescentes con sales.

Clase 09 Jabón líquido. Jabones líquidos especiales

Clase 10 Champúes. Mi favorito. Los piojos.

Clase 11 Jabón con rulos de colores.

Clase 12 Jabones exfoliantes.

Clase 13 Jabones en capas.

Clase 14 Ideas para aplicar lo aprendido hasta aquí.

Apéndice Fórmula y proceso para producción de jabón
(Reacción de saponificación)

Clase 01

Introducción

La piel

Es un órgano del cuerpo, algo que habitualmente no tomamos en cuenta, si pensamos en nuestros órganos inmediatamente la lista comienza con el corazón, el estómago, los pulmones, el hígado, etcétera, difícilmente incluyamos la piel. Este es un gran error, consideramos a la piel como una cobertura, un vestido y es un órgano con funciones comparables a los anteriores y además el de mayor tamaño, una persona de 1,70 m y 70 Kg.

tiene cerca de 2 m² de piel cuyo peso es de aproximadamente 4 kilos.

Después de esto creo que queda claro que debemos prestarle atención mas allá de que este bonita o huela bien, porque no solo nos recubre y nos hace ver de tal o cual manera sino que además cumple varias funciones.

Funciones

Como es evidente recubre el cuerpo, pero no es evidente que es la mediadora entre el medio ambiente y los otros órganos.

Entre las muchas funciones que realiza esta el evitar la pérdida excesiva de agua, protegernos de la acción agresiva de los rayos solares a través de la melanina, regular la temperatura de nuestro cuerpo a través de la mayor o menor transpiración, permitirnos sentir y apreciar variaciones de textura y temperatura a través de terminaciones nerviosas.

No voy a transformar esto en una clase de anatomía y fisiología de la piel porque no estoy preparada para ello y tampoco es la idea, sino simplemente comenzar a tomar conciencia de lo que significa la piel para nuestro organismo para después poder comprender el porque si y porque no de la elección de los productos con los que trabajaremos.

Qué vamos a hacer

Vamos a aprender a realizar jabones, translúcidos, opacos y enriquecidos, sales para baño, bombas efervescentes y talcos.

Estos productos apuntan fundamentalmente a la higiene de la piel y si volvemos a las funciones que desarrolla, es una buena higiene una de las formas de mantener el buen funcionamiento de este órgano tanpreciado de nuestro cuerpo.

Pero una de las cosas que nos va a permitir aprender a realizar los productos con que haremos esta higiene es aprovechar una de las cualidades que tiene la piel que es la absorción para a través de ella no solo limpiarla, sino cuidarla.

La trataremos para solucionar su sequedad o grasitud, la mantendremos fresca y joven y la perfumaremos, todo ello tratando de no agredirla con productos que provoquen lo contrario a lo que queremos lograr, todo ello es posible cuando nosotros mismos estamos eligiendo los componentes de estos productos con los que vamos a higienizarnos.

Pero no piensen que solo nos vamos a ocupar de esto y que no haremos por ello un hermoso trabajo artesanal, lentamente vamos a ir logrando los dos cometidos, que nuestra piel se mantenga en muy buenas condiciones y que nuestros jabones, sales, champúes, talcos se vean bellísimos.

Clase 02

Materiales básicos necesarios, cuales sí, cuáles no, por qué.

Lo primero que debemos tener en cuenta al adquirir los materiales para realizar nuestros jabones es que todos sean específicos para jabones.

Necesitaremos:

- Barras para realizar jabón translucido, son las barras con glicerina.
- Barras para realizar jabón opaco, son las barras con coco o de coco.
- Barras para realizar jabón de tocador, son barras que permiten el agregado de otros productos beneficiosos para la piel, como los aceites de almendras, de oliva, leche, miel y otros.
- Fragancias.
- Colorantes.
- Desmoldante, puede ser líquido o en aerosol.
- Moldes.

No podemos de ninguna manera utilizar fragancia para velas para hacer jabones, tampoco los colorantes para velas son aptos para ellos, y en algunos casos tampoco los desmoldantes.

¿Por qué?, porque la piel absorbe los productos que colocamos sobre ella y así como absorbe una buena crema y se nutre, humecta o hidrata absorbe cualquier otro producto y lo que no puede hacer es seleccionar los que pueden producirle daños a ella o a otros órganos y los productos para velas no están probados para el uso sobre ella sino para ser mezclados con la parafina.

El caso de los moldes es diferente, podemos utilizar los moldes de velas que nos gusten para realizar jabones, pero antes debemos limpiarlos muy bien, retirar todo resto de parafina y luego lavarlos con detergente y agua tibia para que no queden restos de ninguno de los otros productos, los secaremos bien y lo más adecuado es rociarlos con un desmoldante de siliconas que prolongará su duración y facilitará el desmoldado, sino untarlos con una pequeña cantidad de desmoldante para jabones.

En todos los casos se le debe preguntar al proveedor de los materiales si los mismos son o no aptos para jabones, ya que hay en el mercado fragancias, por ejemplo que si están testeadas y sirven para ambas cosas, lo mismo que algunos desmoldantes.

En el caso particular de los colorantes no es así, ningún colorante para velas sirve para jabones, tiene una base grasa que si hacemos un jabón de tonalidad muy oscura va a manchar, esto agregado a que pueden tener algún componente que resulte tóxico.

Bueno, entonces ya tenemos una lista de materiales y las primeras consideraciones

sobre como seleccionarlos, ahora vamos a ver un poquito de la historia del jabón y en la próxima ya estaremos haciendo los primeros jabones.

Historia

En algunos libros de historia, en las enciclopedias y en tratados sobre productos para la higiene personal se puede encontrar información que indica que en la antigua Babilonia ya se usaba el jabón, también los sumerios y los hebreos lo usaban y los egipcios lo utilizaban para lavar la ropa o con fines medicinales.

La fórmula más antigua encontrada sería del 2250 a.C. y se supone que su expansión comienza en Europa, para ser más precisos en Italia y España, desde donde pasó a Inglaterra y Francia.

Desde esta última, hacia fines del año 1700 y con el descubrimiento que hizo posible la fabricación del hidróxido de sodio, más conocido como soda cáustica se extendió hacia el resto del mundo.

Hasta ese momento los jabones eran de apariencia desagradable porque se los hacía con grasas animales impuras y cenizas de madera, hasta hoy se ha recorrido mucho camino y hay jabones artesanales realmente hermosos realizados con técnicas sencillas basadas en barras pre-listas que nos ahorran el trabajo más complejo y delicado de hacer nosotros mismos la saponificación que implicaría tener conocimientos más amplios sobre materiales como el hidróxido de sodio que bien utilizado da como resultado muy buenos jabones, pero que en manos inexpertas puede resultar muy peligroso.

Saponificación

De todas formas les explico que es saponificar, en términos sencillos transformar en jabón mediante un procedimiento relativamente sencillo los aceites vegetales y las grasas animales.

Al mezclar ácidos grasos con soluciones alcalinas se obtiene el jabón, las grasas animales y los aceites vegetales están formados por ácidos grasos, la solución alcalina se obtiene mezclando hidróxido de sodio con agua.

Realizado esto con todos los cuidados necesarios y con las fórmulas adecuadas, que dependen de tablas llamadas de saponificación, se obtiene el jabón.

Pero a no preocuparse por esto, no nos complicaremos con ninguna fórmula química, nuestros jabones serán mucho más parecidos a una receta de cocina y no realizaremos la saponificación ya que por suerte están en el mercado estas barras pre-listas realizadas por empresas que tienen la tecnología, los conocimientos y los profesionales adecuados para esta parte compleja del proceso.

Todo esto es simplemente para que todos sepamos un poquito más de algunas cosas que a veces por tener a diario al alcance de la mano no merecen demasiado de nuestra atención y nos resulta sorprendente por ejemplo que el jabón tenga como componente un elemento que consideramos muy peligroso como es el hidróxido de sodio y que no nos haga daño, pero esto es así porque justamente los

profesionales han dado con la cantidad justa de este material para hacer que una grasa se transforme en jabón.

Entonces no solo lo cuento para hacer partícipes a Uds. de las cosas de las que fui enterándome al adentrarme en este mundo fascinante, sino porque sabiendo es como uno luego puede elegir y comprender.

Clase 03

Jabón translucido

Recomendación especial

Por tratarse de clases eminentemente prácticas, recomendamos imprimir las lecciones para poder seguir las instrucciones mientras trabajas con el material.

Comencemos por los materiales necesarios

- 01.-Barra de jabón base con glicerina
- 02.-Colorante para jabones
- 03.-Fragancia para jabones
- 04.-Moldes

Pasos

- 01.-Cortar de la barra la cantidad de jabón a utilizar, por ejemplo $\frac{1}{4}$ de barra.
- 02.-Cortar en cubos ese trozo de jabón.
- 03.-Colocar a baño María para que se disuelva.
- 04.-En el momento en el que no queden trozos sin disolver retirar del fuego y del baño María.
- 05.-Mientras se disuelve preparar los moldes.
- 06.-Incorporar un 5% del peso del jabón que disolvimos en alcohol, por ejemplo si disolvimos $\frac{1}{4}$ de barra son 250 g de jabón y corresponde incorporar 12,5 g de alcohol.
- 07.-Ahora incorporar el color por gotas e ir mezclando suavemente hasta lograr el color deseado.
- 08.-Ya coloreado incorporar la cantidad de fragancia que sea de vuestro agrado.
- 09.-Verter en los moldes.
- 10.-Pulverizar con algún producto para prolijar, esto mejorara la apariencia final porque desaparecen las burbujas y la espuma.
- 11.-Dejar solidificar y enfriar totalmente.
- 12.-Desmoldar y dejar airear sobre una rejilla hasta que se pierda la sensación de humedad al tacto.
- 13.-Envolver con film autoadherente de cocina.

Secretos

Todos los elementos a utilizar deben estar muy limpios sino el jabón pierde transparencia.

No dejar en el fuego ni en el agua cuando ya está disuelto, es muy importante porque sigue subiendo la temperatura y se llena de espuma.

Se puede reemplazar el prolijador para jabones por alcohol, pero se deberá dejar el jabón aireando por un poco más de tiempo ya que queda con más aroma a alcohol. Calcular la cantidad de moldes necesarios y alguno extra, si sobra jabón y se solidifica no se debe disolver nuevamente porque pierde transparencia y calidad.

Trampita

Si resulta difícil desmoldar y el jabón ya está sólido y frío colocarlo por 15 minutos en el freezer, retirarlo y dejarlo otros 15 minutos a temperatura ambiente, transpirará y se desmoldará muy fácilmente.

IMPORTANTE

Se puede reemplazar la fragancia para jabones por aceite esencial aroma terapéutico, pero se debe medir la temperatura del jabón, no debe superar los 60° para colocarle el aceite porque se arruina.

No olvidar nunca envolver el jabón con el film auto adherente, ya que lo protege evitando que se reseque y pierda transparencia.

Si dejamos jabones artesanales al aire y no los utilizamos durante un tiempo prolongado nos parecerá que perdieron su aroma, pero al mojarlos para usarlos se percibirá el mismo.

Cómo limpia el jabón

Una molécula de jabón la forman una cadena de átomos entre los que se puede distinguir una cabeza y un extremo, ambos tienen funciones diferentes: la cabeza atrae el agua y el extremo la suciedad, así mientras la cabeza se sumerge en la suciedad la empuja hacia fuera, el extremo la lleva hacia el agua.

Más sencillamente el jabón se adhiere a la suciedad primero y se queda en la espuma y nosotros terminamos el proceso al realizar el enjuague, o sea retiramos los restos de jabón y la suciedad.

Clase 04

Jabón opaco con barra de coco

Recomendación especial

Por tratarse de clases eminentemente prácticas, recomendamos imprimir las lecciones para poder seguir las instrucciones mientras trabajas con el material.

Comencemos por los materiales necesarios:

- Barra de jabón base de coco
- Colorante para jabones
- Fragancia para jabones
- Moldes

Pasos

- 1. Cortar de la barra la cantidad de jabón a utilizar, por ejemplo $\frac{1}{4}$ de barra.
- 2. Cortar en cubos ese trozo de jabón.
- 3. Colocar a baño María para que se disuelva.
- 4. En el momento en el que no queden trozos sin disolver retirar del fuego y del baño María.
- 5. Mientras se disuelve preparar los moldes.
- 6. En este caso no es necesario incorporar alcohol, pero una pequeña cantidad ayudara a acelerar el proceso de solidificación y evitara la presencia de espuma, esta bien colocar 5 g de alcohol cada $\frac{1}{4}$ kilo de jabón.
- 7. Ahora incorporar el color por gotas e ir mezclando suavemente hasta lograr el color deseado.
- 8. Ya coloreado incorporar la cantidad de fragancia que sea de vuestro agrado.
- 9. Verter en los moldes.
- 10. Pulverizar con algún producto para prolijar, esto mejorará la apariencia final porque desaparecen las burbujas y la espuma.
- 11. Dejar solidificar y enfriar totalmente.
- 12. Desmoldar y dejar airear sobre una rejilla hasta que se pierda la sensación de humedad al tacto.
- 13. Envolver con film autoadherente de cocina.

Comparaciones

- No ocurrirá nada si no se enjuaga el recipiente y antes se había disuelto jabón con glicerina, ya que este jabón no es transparente.
- No dejar en el fuego ni en el agua cuando ya esta disuelto, es muy importante porque sigue subiendo la temperatura y se llena de espuma, en este caso con mayor rapidez.
- No tomará colores plenos como el jabón translucido, siempre se obtendrán tonalidades pastel, dado que estamos trabajando con una base muy blanca.
- El tiempo de aireado será algo mayor que con la barra translúcida.

Repetimos algunos secretos que funcionan para todos los jabones

Se puede reemplazar el prolijador para jabones por alcohol, pero se deberá dejar el jabón aireando por un poco más de tiempo ya que queda con más aroma a alcohol. Calcular la cantidad de moldes necesarios y alguno extra, si sobra jabón y se solidifica no se debe disolver nuevamente porque pierde transparencia y calidad.

La trampita

Si resulta difícil desmoldar y el jabón ya está sólido y frío colocarlo por 15 minutos en el freezer, retirarlo y dejarlo otros 15 minutos a temperatura ambiente, transpirará y se desmoldará muy fácilmente.

IMPORTANTE

- Se puede reemplazar la fragancia para jabones por aceite esencial aromaterapéutico, pero se debe medir la temperatura del jabón, no debe superar los 60° para colocarle el aceite porque se arruina.
- No olvidar nunca envolver el jabón con el film autoadherente, ya que lo protege evitando que se reseque y pierda transparencia.
- Si dejamos jabones artesanales al aire y no los utilizamos durante un tiempo prolongado nos parecerá que perdieron su aroma, pero al mojarlos para usarlos se percibirá el mismo.

La leyenda

Cuentan, y podría ser cierto o por lo menos tener una base real si es que de tanto repetirlo no se han agregado partes para que lo parezca, que el jabón fue descubierto por un grupo de mujeres que lavaba ropa en un río a orillas del Monte Sapo.

En la cima de este monte se sacrificaban animales, y ellas vieron que la ropa se limpiaba al tomar contacto con algo que bajaba del monte y se vertía en el agua.

Tiempo después se descubrió que esto que bajaba por el monte era una sustancia formada por la grasa de esos animales sacrificados que se mezclaba con restos vegetales y con los materiales que componían ese suelo arcilloso.

Realizando un análisis superficial podría ser cierto, todo coincide perfectamente, incluso la palabra jabón en italiano se escribe sapone, y el monte Sapo está en Italia, pero todos sabemos que el hombre va adecuando poco a poco las viejas historias, quizá esta que se contaba en Roma aproximadamente en el año 1000 a.C. haya sido modificada por algún lugareño, o no, pero es una de las varias que seguramente andan por allí.

Si alguno conoce otra, envíela y la agregaremos en alguna clase, así todos vamos conociendo un poco más sobre el jabón.

Clase 05

Sales para baño. La piel. Materiales elementales.

La piel

Es el órgano de mayor tamaño de nuestro cuerpo, aproximadamente 2m², su función es protegerlo, esto ya ha quedado claro.

El cerebro utiliza la información que le da la piel y que se manifiesta exteriormente como enrojecimiento, palidez, etc., para regular la temperatura del cuerpo.

También la piel respira y en ese proceso absorbe oxígeno y elimina anhídrido carbónico.

Ahora veamos como podemos aprovechar estas funciones cuando nos bañamos.

El baño

El agua caliente relaja la piel y los músculos y permite actuar a los productos que colocamos en el agua.

Podemos bañarnos retirando de la superficie de la piel la suciedad, el exceso de grasitud y todo lo que el organismo desecha a través de ella utilizando un buen jabón, pero también podemos utilizar sales para baño como un saludable y gratificante complemento.

Las sales

Las sales para baño son preparados que pueden ser elementos meramente decorativos y a la vez soporte de algún aromatizante para nuestro cuerpo durante el baño, pero si las preparamos adecuadamente podemos lograr mucho más de ellas. No habrá nada más agradable para finalizar una dura jornada, nada mejor para prepararnos para una ocasión especial, para ayudarnos con los molestos síntomas de un resfrío, para mejorar dolores musculares y muchas cosas más que un buen baño preparado con nuestras propias sales.

Todas las sales deben ante todo ser preparadas con productos de buena calidad, recordemos que la piel es un órgano de nuestro cuerpo, cuidémosla mucho.

Sales muy sencillas, para empezar

Ante todo no preparar mas sal de la que puedan envasar, una buena forma de calcular es la obvia, llenar los frascos que prevean utilizar con la sal como fue comprada y después trabajar con esa cantidad, es bueno pesarla para no tener que repetir siempre este procedimiento.

Si se quieren hacer varios frascos con diferentes aromas y colores, trabajar por separado y limpiar muy bien el recipiente, observar que con muy poca cantidad de pigmento se colorean si el color es fuerte.

Materiales necesarios

- Sal (sal común de mesa, gruesa o entrefina)
- Colorante (debe ser para uso cosmético o alimenticio)
- Fragancia (debe ser para uso cosmético o para aromaterapia)
- Recipiente para mezclar, preferentemente de vidrio
- Cuchara de acero inoxidable
- Envases

Pasos

1. Colocar la sal en el recipiente para mezclar.
2. Incorporar el colorante a la sal comenzar con unas pocas gotas y mezclar con la cuchara hasta lograr un color uniforme si ese es el color deseado listo, sino incorporar mas gotas
3. Ahora incorporar unas gotas de fragancia, mezclar nuevamente muy bien, darle muchas vueltas, esas gotitas deben dispersarse en todas las sales.
4. Esperar un par de minutos, en lo posible alejarse antes y olerlas, si falta fragancia incorporar nuevamente, esto depende siempre del gusto personal.
5. Cuando el color y el aroma sea el buscado, listo.
6. Ahora envasarlas, la cantidad de fragancia no debiera dejarlas mojadas, no exagerar, si se les pone tanta fragancia que necesitan ser puestas a secar se va a perder parte de la fragancia.
7. Se pueden utilizar frascos de vidrio o de plástico grueso o acrílico y también bolsas de celofán.
8. Si la sal va a ser envasada en bolsas tener en cuenta que deben ser de celofán bien grueso o utilizarlas dobles.

A tener en cuenta

Todas las fragancias producen sensaciones especiales, si lo que se ha adquirido son aceites esenciales aromaterapéuticos, estas sensaciones van a ser mas profundas porque tienen esas propiedades terapéuticas.

De todas maneras, no se debe adquirir un aceite esencial solo por el aroma, siempre se deben preguntar sus propiedades y las cantidades adecuadas a utilizar de acuerdo al grado de pureza.

Nunca usar uno de estos aceites o una fragancia cosmética directamente sobre la piel, son muy irritantes si son puros.

Clase 06

Sales muy sencillas, pero diferentes para comenzar

Sales efervescentes

Para lograr que las sales para baño sean efervescentes debemos realizar todos los pasos para realizar sales aromatizadas y luego deberemos asegurarnos que estén totalmente secas, luego debemos incorporar a las mismas una mezcla de:

- 1 parte de ácido cítrico
- 1 parte de bicarbonato de sodio

La cantidad hay que calcularla sobre la base de la efervescencia que se quiera lograr y luego incorporarla a las sales.

Hay que observar especialmente que se hayan secado muy bien sino se apelmazan dentro del envase y luego no hacen ninguna efervescencia.

Teniendo en cuenta esto y para evitar que alguna parte quede sin efervescencia lo ideal es tamizar el bicarbonato y el ácido cítrico y luego mezclarlo muy bien a la sal.

Precaución

- Nunca mezclar si las sales están húmedas, se obtendrá una pasta que no se podrá extraer del envase porque al secarse solidifica, y puede no hacer ninguna efervescencia.

Más consideraciones

- Hemos preparado ya diferentes formas de sales, con todas ellas lograremos excelentes resultados, pero siempre dependiendo de la calidad de los elementos que utilizemos.
- Si queremos lograr sales de mejor calidad todavía debemos utilizar sal marina.
- Si queremos ampliar el efecto antiinflamatorio de un baño con sales usaremos al prepararlas una parte de sal marina y una parte de sales Epson o sulfato de magnesio.
- Para potenciar determinados efectos podemos utilizar aceites esenciales.
- **Recordemos siempre que los hipertensos no pueden utilizar sal común en los baños de inmersión y que la marina de todos modos debe ser autorizada por un medico.**
- Se pueden preparar sales enriquecidas incorporando junto con el colorante glicerina o aceite de almendras, una cuchara sopera por cada ½ kilo de sal también aceite de oliva o de jojoba.
- Estas sales no quedarán secas totalmente, tendrán un brillo mayor que las anteriores.
- Un pequeño problema es que estas sales dejan la bañera engrasada, las de aceite de almendras y oliva.
- No pueden usarse para mezclar con bicarbonato y ácido cítrico.
- Las sales efervescentes preparan la piel para recibir los otros ingredientes de mejor forma.

Algo de aromaterapia

Ante todo si usa aceites esenciales puros, no los deje al calor, ni a la luz ni al alcance de niños y animales domésticos.

Los aceites esenciales de cítricos, no son aconsejables si va a exponerse al sol.

Recuerde que si realmente compro y le vendieron aceite esencial, puro y de buena calidad es altamente concentrado, debe ser manejado por gotas.

Propiedades de algunos aceites muy conocidos

Eucalipto: se cree que tiene propiedades antivirales, descongestivas y expectorantes, también repele a algunos insectos y puede ayudar a bajar la fiebre.

Jazmín: el jazmín es beneficioso para la piel y el cuero cabelludo, combate la ansiedad, es afrodisíaco y equilibrante.

Lavanda: es antiséptica, calmante, desodorizante, antiinflamatoria, es utilizada para el insomnio y el acné.

Limón: es astringente, bacteriostático, antiséptico y rejuvenecedor.

Naranja Dulce: para algunos tiene propiedades equilibrantes, sedativas, aliviantes, regeneradoras.

Menta: limpia, es antiséptica, expectorante, es efectiva para el dolor de cabeza y dolores musculares.

Rosa: el agua de rosas es ideal para la piel, la combinación de rosas y jazmín es ideal para un especialísimo baño de inmersión.

Romero: es analgésico, antiséptico, astringente y estimulante del cerebro. Es ideal para despertarse y para estimular la memoria.

Sándalo: es humectante, antidepresivo y afrodisíaco.

Tomillo: es un excelente antiséptico y expectorante.

Manzanilla: es analgésico, antiespasmódico y sedante de excelentísimos resultados.

LOS ACEITES ESENCIALES DEBEN ESTAR ENVASADOS EN FRASCOS DE VIDRIO COLOR ÁMBAR.

Advertencias

- Tanto la menta como el eucalipto anulan la actividad de los medicamentos homeopáticos, es recomendable no utilizar ambas cosas y mantener siempre los medicamentos homeopáticos lejos de los aceites esenciales.
- No utilizar aceite de canela, es sumamente irritante.

Clase 07

Sales para baño naturales

Materiales

Sal marina o común
Fragancia o aceite esencial
Hojas y flores de tilo
Recipiente para mezclar
Cuchara de acero inoxidable
Envases de vidrio

1. Colorear la sal por el método ya visto.

2. Colocar la sal en un recipiente y agregar la fragancia mezclando hasta diseminar bien parejo el aceite.
3. Comenzar a envasar intercalando las hojas y flores de tilo.
4. En realidad lo ideal es confeccionar una bolsita de tela de algodón, colocar en ella una taza de te de la sal y añadir un puñado de las hojas y/o flores que se vayan a utilizar, atar con un cordón y colocar bajo el chorro de agua bien caliente para facilitar su dilución y que las hierbas o flores suelten su aroma y propiedades en el agua.
5. En el caso del tilo van a ser sales tranquilizantes, muy relajantes.
6. La bolsita ideal es con tul doble así se luce lo que pones adentro.

Consideraciones importantes

- Las flores, hojas y otras hierbas que incorporemos a las sales deben ser de nuestro jardín y secados al aire, de no ser así deben adquirirse en herboristerías o comercios que nos merezcan absoluta confianza que nos garanticen que los mismos no estén contaminados con pesticidas.
- Si las hierbas son cultivadas por nosotros deben estar bien secas, se cuelgan cabeza abajo en lugar aireado y seco hasta que estén crujientes.
- Estas sales pueden prepararse mezclándolas con muchas clases de hierbas, las hay muy variadas y algunas se consiguen muy fácilmente, pero siempre debemos asegurarnos que sean para infusión, si podemos ingerirlas podemos utilizarlas sobre nuestra piel, que como ya hemos dicho antes es un órgano más de nuestro cuerpo.

Algunas posibilidades

- Manzanilla y aceite de manzanilla.
- Menta con aceite de menta y naranja.
- Romero, con aceite de romero y pomelo.
- Tilo con aceite de tilo.
- Lavanda con aceite de lavanda.
- Pétalos de rosa del jardín con esencia de rosas.

Y muchas combinaciones más que pueden prepararse en bolsitas de tela sin el agregado de aceite esencial y con una taza de sal marina en el fondo de la bolsa. Puede usarse aceite esencial o fragancia, no es lo mismo, pero es aceptable, mas si se utilizan hierbas con propiedades terapéuticas propias.

- Una idea muy relajante que puede ser un excelente obsequio es una almohadita rellena con guata en cuyo centro se colocaron flores de lavanda humedecidas con dos gotas del mismo aceite esencial.
- Si no agregamos el aceite son excelentes para colocar debajo de la almohada de los niños para que tengan un sueño tranquilo.
- No agregar nunca perfumes ni aceites esenciales en nada que vaya a usarse con niños pequeños, todos somos potenciales alérgicos, y en los niños es mas riesgoso por no contarse con antecedentes propios.

• Cuidado con los hipertensos, las personas que tienen presión alta, no pueden usar sales para baño sin autorización del medico y de usarlas deben ser bajas en sodio en general se usan sales

marinas, CUIDADO ES MUY PELIGROSO.

- Estas sales no deben echarse directamente en la bañera, ya que van a tapar el desagüe, por ello sugiero las bolsitas de tul, pero pueden ser de liencillo, de tela de algodón o de cualquier otra tela no muy gruesa y natural que tengamos por allí.

Clase 08

Bombas efervescentes

Básicas

Materiales

Preparación para bombas efervescentes

- Polvo y aceite de coco en cantidad suficiente.
- esencia
- colorante
- alcohol
- molde con forma de ½ esfera

Procedimiento

1. Mezclar los ingredientes secos muy bien en un recipiente preferentemente de vidrio.
2. Incorporar el aceite, si la temperatura ambiente es inferior a los 25° disolverlo a baño maría.
3. Incorporar esencia en cantidad suficiente.
4. Mezclar muy bien para repartir la humedad en forma pareja, puede usarse una cuchara o las manos.
5. Incorporar el colorante, recordar que se aclararan los colores siempre que tenemos una base blanca y opaca, mezclar hasta que el color se distribuya en forma pareja.
6. A esta altura tendremos un polvo, pero ligeramente húmedo y granulado.
7. Colocarlo dentro del molde.
8. Presionar firmemente.
9. Emparejar.
10. Desmoldar dando vuelta sobre una superficie plana y dar un golpecito seco sobre el molde.
11. Dejar secar por lo menos 24 hs en lugar muy seco y fuera del sol.
Se debe desmoldar sobre algo en lo que puedan ser dejadas a secar, un cartón, por ejemplo.
12. Luego de secas envolver muy bien con film de cocina y luego con celofán.
13. Quedan muy bien si se corta un cuadrado de celofán bien grande, se apoya la bomba en el centro y se llevan las puntas hacia arriba, luego se ata con hilo de papel o cinta bebe justo encima de la bomba, se acomodan los pliegues de celofán

hacia fuera, quedara como un gran moño.

El alcohol se utiliza si al presionar no se logra unidad, se vuelve a mezclar humedeciendo con un poco de alcohol, muy poco sino se pegotean.

No tan sencillas

Materiales

mezcla para bombas efervescentes completa
sal entrefina dos cucharadas
colorante
fragancia
alcohol
molde semiesférico

Procedimiento

1. Mezclar muy bien los ingredientes secos del paquete junto con la sal, preferentemente como siempre en recipiente de vidrio, con cuchara de acero inoxidable o con las manos.
 2. Si la temperatura ambiente es baja disolver a baño María el aceite de coco y luego incorporarlo a los polvos junto con colorante y esencia.
 3. Mezclar todo muy bien,
 4. Se obtendrá una mezcla granulada y húmeda, igual que la anterior, pero mas áspera al tacto.
 5. Colocarla en el molde y proceder como en el caso anterior, pero mas firmemente.
 6. Desmoldar con un golpe seco sobre cartón y dejar secar por 24 horas.
 7. Envolver muy bien con film de cocina y papel celofán o papel de seda.
 8. El celofán o el papel de seda pueden manejarse de la misma forma que en el caso anterior.
 9. Estas bombas tienen tendencia a dejar cierta grasitud en la bañera.
 - En este caso es probable que necesiten un poco de alcohol, una cucharita de te debiera ser suficiente.
 - Un ingrediente que colabora en la unión perfecta de todos estos ingredientes, que son muy sensibles a la humedad es el bórax, se puede agregar una cucharada sopera a cualquiera de las dos preparaciones.
 - Otro producto que ayuda a la unión de estos materiales es la goma arábica, se la consigue en negocios para repostería y puede utilizarse una cuchara de postre por preparación.
- **PRECAUCION:** las bombas efervescentes pueden dejar grasitud en la bañera, tener cuidado al entrar y salir de la misma.
 - Mantenerlas siempre muy bien envueltas y protegidas de la humedad.

Que las disfruten.

Clase 09

Jabón líquido. Jabones líquidos especiales

Jabón líquido

Materiales necesarios

- Base para jabón líquido
- Colorante
- Fragancia
- Envase con bomba dosificadora

Jabón líquido. Jabones líquidos especiales

1. separar la cantidad de base que pueda contener el envase
2. colocar en un recipiente con pico vertedor
3. agregarle colorante y fragancia
4. mezclar muy bien, hasta que el color sea uniforme
5. envasar

Como se puede apreciar es sumamente sencillo, pero hay diferencias en las bases que se pueden adquirir hoy en el mercado, se consigue jabón líquido de glicerina, de coco, perlado y neutro.

Cada uno de ellos tiene características particulares, el de glicerina es amarillento, el de coco translucido y el perlado blanquecino, luego, el neutro es más espeso, también translucido y de mayor rendimiento ya que con una presión de la válvula dosificadora es suficiente para un lavado de manos bien sucias.

Como consecuencia de estas características se obtendrán colores diferentes si se coloca poca cantidad de colorante.

Tener en cuenta fundamentalmente que en la base amarilla con poco azul se obtendrán tonos verdosos, no celestes, y con poco rojo tonos salmón o ligeramente anaranjados.

La base perlada dará como resultado tonalidades pastel.

Como recomendación final les sugiero decorar los envases exteriormente con cintas de tela o papel y en el interior hay algunas piezas plásticas que se consiguen en los acuarios que vistas fuera del envase pueden ser hasta feas, pero se logran efectos realmente increíbles combinándolas adecuadamente con el tono del jabón. Una recomendación más: experimenten con los aromas, mézclenlos para lograr sus propias fragancias, si mezclan frutas con frutas, flores con flores y maderas con maderas difícilmente se equivoquen, solo tengan en cuenta mezclar en pequeñas cantidades colocando la fragancia en algún recipiente pequeño también y contándola por gotas, anoten lo que van haciendo y destaquen el resultado que van a usar, así podrán repetirlo.

Jabón líquido especial

Materiales

1. Base para jabón líquido
2. Colorante
3. Fragancia
4. Aceite de almendras (una cucharadita de café por cada 250 g de jabón)
5. Envase con bomba dosificadora

Pasos

1. medir el jabón
2. colocar en envase donde se pueda mezclar
3. agregar colorante, fragancia y el aceite de almendras
4. mezclar muy bien
5. envasar

Bueno, es tan sencillo como el anterior, pero deben tener en cuenta que puede perder la transparencia de acuerdo al tipo y calidad de la base que utilicen.

También deberán tomar en cuenta que necesitarán mayor cantidad de fragancia para perfumarlo ya que los aceites de alguna manera absorben parte de la fragancia y dificultan el perfumado.

El resultado será un jabón más suave y enriquecido.

Pueden utilizar otros aceites como el de oliva, coco, ricino, de acuerdo a las características que quieren que tenga el jabón que están haciendo.

Todos estos jabones pueden ser utilizados como jabón para la ducha, la diferencia fundamentalmente estará en el envase que utilicen ya que resultan más prácticos los envases con tapa vertedora que los que poseen válvula y nos obligan a utilizarlos apoyados sobre una superficie firme para presionar bien la válvula, en cambio los otros parecidos a un envase de champú simplificarán la tarea y evitarán que tengamos que agacharnos para utilizarlo con comodidad.

Mucha suerte !!

Clase 10

Champúes. Los piojos

Mi champú favorito

Materiales

1. Base para jabón líquido
2. Miel pura (la que endurece con el frío)
3. extracto de algas
4. Colorante
5. Fragancia
6. Envase con tapa vertedora

Pasos

1. Medir 250 g de jabón

2. Disolver una cucharada grande de miel a baño maría
3. Agregar al jabón la miel, fragancia y colorante y el extracto de algas
4. Mezclar muy, muy bien
5. Envasar

Bueno, era muy sencillo, acá lo importante es que la miel sea buena y el extracto de algas también.

Utilizando este champú se mantiene el cabello suave y no es necesario en cabellos lacios el uso de enjuagues.

Es un champú para uso frecuente ya que no arruina ni siquiera el cabello teñido.

Tengan presente que la fragancia variara el aroma final, ya que la miel modifica un poco todas las fragancias, esto no se arregla incorporando más fragancia, simplemente deberán encontrar la fragancia que les guste como queda.

Generalmente utilizo fragancias frutales que además no son desestimadas por ningún sexo.

Esos pequeñísimos enemigos

Los piojos

Para ayudarnos a prevenir la invasión de estos molestos bichitos podemos preparar un enjuague casero muy sencillo. Uno muy sencillo se logra mezclando una parte de vinagre de manzana con la misma cantidad de agua hervida y fría, pueden perfumarlo y se aplica con un pulverizador sobre el cabello después de enjuagado, se deja un momento y se vuelve a enjuagar, este enjuague puede perfumarse, también son aconsejables los aromas frutales.

Una forma bastante efectiva de eliminar los bichitos una vez que se han instalado sin recurrir a productos químicos es la siguiente mezcla de aceites esenciales puros en 60 ml de aceite de almendras:

- 10 gotas de aceite esencial de romero
- 10 gotas de aceite esencial de lavanda
- 10 gotas de aceite esencial de eucalipto

Se utiliza frotándolo sobre el cabello y dejándolo actuar por al menos una hora, luego de ello, lavar el cabello como de costumbre y enjuagar muy bien.

Luego deberá utilizar el peine fino y ya sabemos tener bastante paciencia y por supuesto repetir el tratamiento 4 o 5 días después y si es necesario una tercera vez.

Un enjuague muy sencillo es el que se logra agregando una cucharadita de té de vinagre en dos cucharas de postre de su enjuague habitual y una taza de agua tibia, utilizar inmediatamente y enjuagar muy bien, la fragancia a vinagre desaparecerá casi por completo al secarse el cabello que quedará muy brillante.

Bueno, muchísima suerte y que les sea útil.

Clase 11

Jabón con rulos de colores

Este jabón es uno de los mas vistosos y sencillos de realizar, pero hay dos formas de hacerlo.

Fácil

Materiales

- Jabón base de glicerina
- Jabón de tocador de buena calidad comprado color blanco
- Pelapapas
- Colorante
- Fragancia
- Alcohol
- Molde
- Prolijador de jabón

Pasos

1. Con el pelapapas cortar los rulos de la pastilla de jabón comprado.
2. Colocar a baño Maria la glicerina hasta que se haya disuelto.
3. Retirar del fuego y del baño Maria.
4. Colorear y aromatizar.
5. Incorporar los rulos y mezclar suavemente.
6. Verter en los moldes, si es necesario acomodar un poco los rulos, esto dependerá del molde elegido, son aconsejables los moldes con mas de 2 cm de profundidad y formas geométricas.
7. Pulverizar con el prolijador de jabón.
8. Dejar solidificar y enfriar.
9. Desmoldar
10. Orear hasta que pierdan la humedad al tacto.
11. Envolver con film autoadherente.

No tan fácil

Sin asustarse, en realidad solo hace falta un poquito de paciencia para superar la dificultad que presenta esta jabón, pero vale la pena.

Materiales

- Jabón base de glicerina
- Jabón de tocador de buena calidad comprado color blanco
- Pelapapas
- Colorante
- Fragancia
- Alcohol
- Molde como para budín, sirve una cajita plástica
- Prolijador de jabón

Pasos

1. Con el pelapapas cortar los rulos de la pastilla de jabón comprado.
 2. Con mucha paciencia colocarlos en el molde uno junto al otro en capas hasta haberlo llenado.
 3. Colocar a baño María la glicerina hasta que se haya disuelto.
 4. Retirar del fuego y del baño María.
 5. Colorear y aromatizar.
 6. Verter en el molde suavemente, controlando que los rulos permanezcan en su lugar.
 7. Pulverizar con el prolijador de jabón.
 8. Dejar solidificar y enfriar.
 9. Desmoldar
 10. Cortar de la barra obtenida porciones de 2 cm de espesor o mas de acuerdo al formato y al uso que se les quiera dar.
 11. Orear hasta que pierdan la humedad al tacto.
 12. Envolver con film autoadherente.
- Al cortar estos jaboncitos deben dejar ver los espirales que forman los rulos.

Clase 12

Jabones exfoliantes

Qué son y para qué sirven

La piel cuando su funcionamiento es normal libera del cuerpo toxinas y obviamente recibe contaminación externa, por ello periódicamente necesita ser purificada, para ello sirven los jabones exfoliantes.

¿Qué hacen?, le agregan textura a la espuma y logran remover así la suciedad y las células muertas de la superficie y al mismo tiempo estimulan las saludables.

Para que este trabajo tenga un beneficio adicional es bueno incorporar a estos jabones algún nutriente o humectante.

Recomendación: al utilizar este tipo de jabones nunca frote demasiado, ellos actúan por si mismo, un suavísimo masaje es suficiente.

Con qué podemos hacerlos

Podemos trabajar con elementos que tenemos al alcance de la mano en nuestra alacena o los podemos conseguir fácilmente, en el almacén o el supermercado.

Por ejemplo:

Germen de trigo

Avena fina o extrafina

Harina de maíz de cocimiento rápido

Todos deben ser finamente molidos, puede lograrse esto pasándolos por la procesadora.

También podemos utilizar productos más específicos, pero no es muy aconsejable a no ser que alguien nos aconseje muy bien el que nos conviene. Entre estos productos hay algunos que son mas sencillos de utilizar sin cometer errores que produzcan problemas en nuestra piel:

Piedra pómez: para utilizarla por si tuviera trozos desperejos debemos tamizarla, y siempre la usaremos para manos y pies, es muy útil para las manos sucias de grasas de mecánica automotriz o trabajos que dejen muy estropeada y sucia la piel, también para las partes del pie que se engrosan por el roce con el calzado, luego de utilizar este tipo de jabones es conveniente aplicar una crema suavizante.

No utilizar todos los días

Caolín: es una arcilla muy fina y se puede utilizar para manos percutidas, pies, talones, codos y rodillas.

También es aconsejable utilizar luego una crema suavizante y/o nutritiva y no usar permanentemente, cada tres o cuatro días estará bien y dejara nuestra piel libre de engrosamientos desagradables.

Y quedan las arcillas de uso cosmetológico que solo deben utilizarse conociendo muy bien sus propiedades y aconsejados por un profesional de nuestra confianza.

Mi exfoliante favorito

Jabón de avena y miel

Materiales

- Jabón base de coco o glicerina 250 g
- Miel pura (la que solidifica al frío) 1 cucharada sopera
- Avena extrafina 2 cucharadas soperas
- Fragancia
- Alcohol 10 cc
- Prolijador de jabón

Pasos

- 1. disolver a baño Maria el jabón que hayas elegido.
- 2. cuando este casi totalmente disuelto incorporar la miel, también necesita disolverse, pero no debe estar mucho tiempo al calor para mantener sus propiedades benéficas.
- 3. retirar del fuego y del baño Maria cuando se haya disuelto totalmente, incorporar la avena y el alcohol y la fragancia.
- 4. siempre es aconsejable utilizar fragancias que no varíen demasiado al combinarse con la miel, yo suelo perfumarlos con fragancia a miel o naranja o ambas, mezclar muy bien.
- 5. inmediatamente verter en los moldes.
- 6. aplicar el prolijador en caliente para alisar la superficie.
- 7. dejar enfriar y solidificar.
- 8. desmoldar.
- 9. dejar orear hasta que pierda humedad al tacto.
- 10. envolver con film autoadherente.

En este jabón se combinan las propiedades suavizantes y exfoliantes de la avena,

es un exfoliante muy suave y delicado con propiedades suavizantes, con las humectantes y antibacterianas de la miel.

A tener en cuenta: si la miel la cocinamos pierde sus propiedades, si no estamos seguros es preferible lograr que se disuelva colocándola en un baño de agua tibia y esperar que allí recupere solubilidad y agregarla al jabón cuando ya se ha disuelto.

Clase 13

Jabones en capas

Muy atractivos y fáciles de hacer

Materiales

- Jabón base de glicerina
- Alcohol
- Colorantes, por lo menos 2
- Fragancia
- Moldes
- Prolijador de jabón

Pasos

1. Colocar a disolver una parte de la glicerina a baño maría.
2. Cuando se haya disuelto colorear y perfumar.
3. Verter en los moldes llenando solo la mitad.
4. Esperar que solidifique
5. Mientras disolver mas glicerina
6. Colorearla con otro color y perfumarla
7. Cuando la primera capa esta sólida pero no ha enfriado totalmente pulverizarla con el prolijador y verter sobre ella el jabón que hemos preparado.
8. Dejar enfriar a temperatura ambiente hasta que haya solidificado y enfriado bien.
9. Desmoldar
10. Dejar orear hasta que pierda sensación de humedad al tacto.
11. Envolver con film autoadherente.

Secretos y trampitas

- El prolijador colocado antes de verter la segunda capa ayuda a que con el calor de la que estamos vertiendo se afloje un poco la superficie de la anterior y así se pegan.
- No intentar enfriar rápidamente, no se adherirán bien las capas.
- No desmoldar antes de tiempo, en este caso mas que en otros estropearemos lo que hemos hecho porque podemos hacer que se despeguen las capas que están muy frescas.
- Si llegara a despegarse de todas formas, en el mercado hay un producto para

pegar jabones que podemos utilizar y que nadie notara que lo hemos puesto ya que esta preparado para disolverse a medida que usamos el jabón.

Clase 14

¿Podemos mezclar todo esto?

Sí, es posible, no estropearemos nada, lograremos jabones mas equilibrados y podemos jugar con los contrastes.

¿Cómo?

No voy a explicar paso a paso como hacer uno, les doy ideas, espero las fotos de lo que hayan hecho a partir de ellas.

1. Jabón de avena y miel con una capa de glicerina superior, la glicerina sin color, para que deje ver lo rustico del otro jabón.
2. Trozos de jabón de coco sin colorear, de diferentes formas, (se cortan con cortantes o con cuchillo si son formas geométricas) incluidos en jaboncitos de glicerina coloreada.
3. Cubos de glicerina de diferentes colores incluidos en jabón de coco sin colorear hecho en molde para cortar.
4. Jabón de avena y miel con inclusiones de jabón de glicerina.

Es mucho lo que se puede hacer, prueben, los efectos son sorprendentes, mucho mas si trabajan con moldes que luego les permitan cortar los jabones.

Algo más complejo pero de resultados sorprendentes es mezclarlos cuando no solidificaron totalmente.

Lo que hay que hacer es verter una capa de alguno de los dos jabones coloreado y perfumado, (si la primera es de glicerina es mas sencillo) y cuando este empezando a ponerse espesa verter chorros del otro jabón en diferentes lugares.

Esperar que solidifique y enfríe, cortar y sorprenderse.

Apéndice

Fórmula para producción de jabón (Reacción de saponificación)

Insumos:

- Grasa (por ej. vacuna) o aceite (puede ser cualquiera, cuanto más fino mejor será el jabón): 100 g

- NaOH (hidróxido de sodio): 15 g
- Agua destilada: 70 ml
- Bórax: 0,2 g
- EDTA (secuestrante de calcio y magnesio): una punta de espátula o 0,5 g
- Colorante: 0,5 ml (opcional)
- Perfume: 0,5 ml (opcional)

Pasos

- 1.-Pesar la grasa y los otros insumos.
- 2.-Disolver el hidróxido de sodio en el agua destilada. A esta solución se le suele llamar lejía
- 3.-Volcar el NaOH en el agua y no al revés.
- 4.-Disolver el bórax en una mínima cantidad de agua.
- 5.-Fundir la grasa sin que se queme. Una vez fundida dejar enfriar un poco sin que solidifique.
- 6.-Agregar la lejía a la grasa, e incorporar la solución de bórax y el EDTA .
- 7.-Revolver continuamente. La lejía se va agregando poco a poco. Revolver suavemente para que la mezcla no incorpore aire y así evitar la formación de espuma. Este proceso se hace con el calor propio de la grasa caliente y no sobre fuego. A medida que va reaccionando el álcali con la grasa se va saponificando. El estado ideal final será cuanto esta mezcla tome una consistencia pastosa -como cuando se prepara un bizcochuelo-
- 8.-Cuando vaya bajando la temperatura se le agrega el colorante y la esencia. No debe estar muy caliente pues evaporará la esencia. (esto es opcional pues la saponificación se produce sin estos elementos igual)
- 9.-Antes que solidifique verter en un molde apenas untado con aceite para poder luego desmoldar.
- 10.-Dejar estacionar el tiempo necesario en lugar fresco y seco y no al sol.

NOTA

Dependiendo de la grasa o aceite que se usa será la calidad del jabón. Cuando más esté estacionado esta preparación mejor será la calidad. El EDTA (ácido etilendiaminotetraacético) además de conservante actúa como secuestrador del calcio y magnesio que pudiesen contener las aguas con las que la persona va a usar el jabón (las llamadas aguas duras). El jabón reacciona con el calcio y el magnesio contenido en este tipo de aguas produciendo sales insolubles e impidiendo la acción limpiante del jabón. Como sub-producto de la reacción se produce glicerina que otorga al jabón mayor suavidad. En los jabones de bajo precio normalmente la glicerina es extraída.

IMPORTANTE PRECAUCIONES

El NaOH levanta temperatura al agregarle agua porque es una reacción del tipo ácido base. El hidróxido es una base tan fuerte que el agua actúa como un ácido (hay 7 puntos de diferencia del pH) Tanto la solución como el NaOH son muy corrosivos. Tener cuidado de no tener contacto con la piel u ojos.

Si se produjera un contacto accidental lavar con abundante agua la parte expuesta preferiblemente bajo chorro de agua.
Consultar al médico urgentemente.

Conservación del NaOH

Mantenerlo en envasé hermético y en lugar fresco y seco. No sacar de su envase con elementos (cucharas) húmedos.

FÓRMULA DE LA REACCIÓN

NaOH + grasa jabón + glicerina

Libros Tauro

<http://www.LibrosTauro.com.ar>