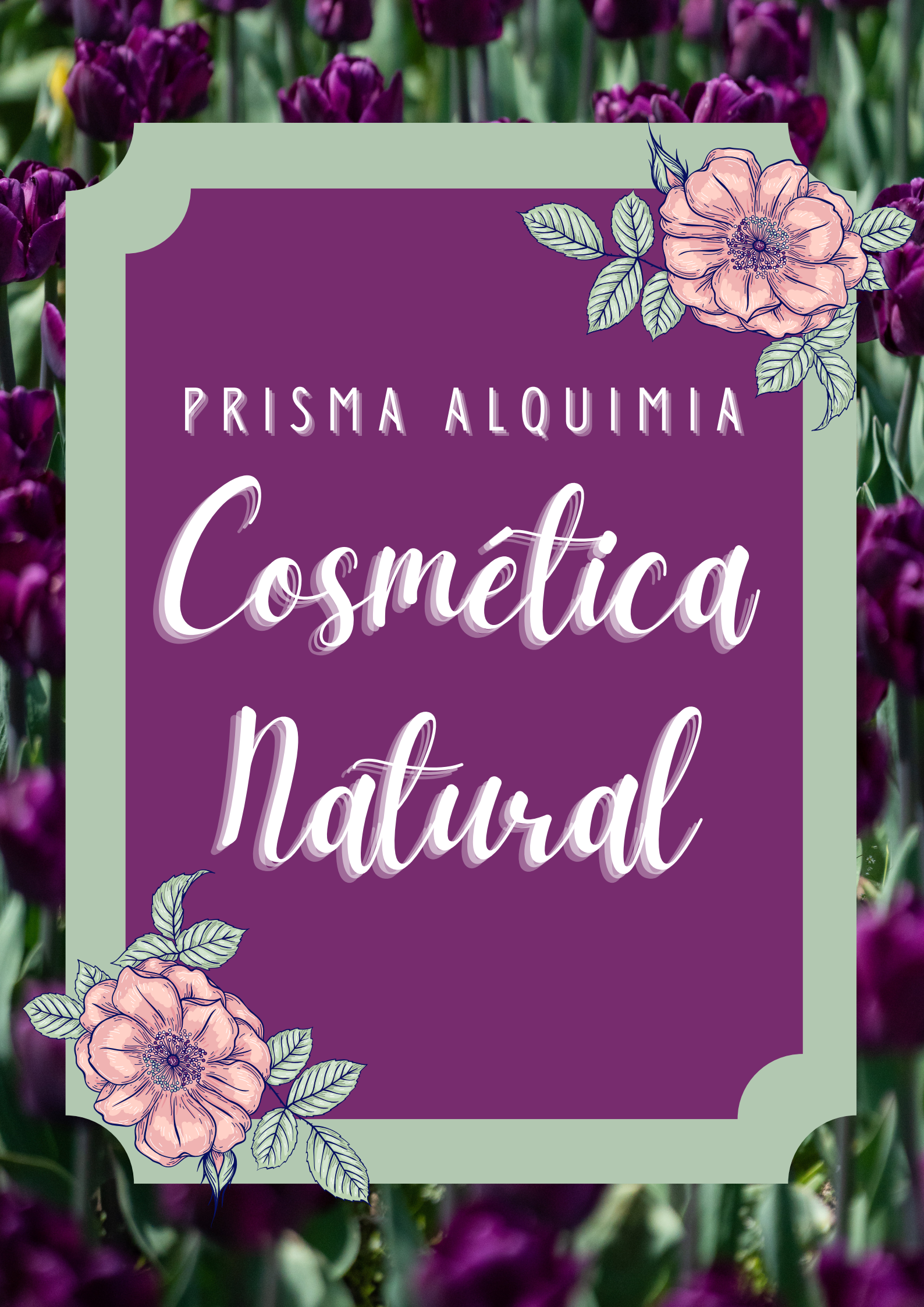


The background of the entire image is a dense field of purple roses. In the center, there is a rectangular frame with a light green border and rounded corners. Inside this frame, the top half has a solid purple background, and the bottom half is white. The text is placed within this frame. Two stylized pink roses with green leaves are positioned in the top right and bottom left corners of the purple section.

PRISMA ALQUIMIA

Cosmética
Natural

Í N D I C E

• Nuestra piel.....	2
• Las capas de la piel.....	3
• La piel en las diferentes etapas de la vida.....	6
• Los tipos de piel.....	9
• Biocosmética y salud.....	11
• Químicos en la cosmética y su impacto en la salud.....	12
• Materias primas naturales: Usos y propiedades.....	15
• Aceites esenciales	16
• Aceites vehiculares propiedades y usos.....	17
• Mantecas vegetales propiedades y usos.....	21
• Otras materias primas, usos y propiedades.....	23
• Conservantes en cosmética natural.....	26
• Arcillas: tipos, usos y propiedades.....	28
• Preparados terapéuticos con aceites esenciales.....	31
• Preparaciones base concéptos.....	33
• Seguridad e higiene.....	34
• Formulas y recetas: Crema facial, crema corporal, gel facial, gel corporal terapéutico, gel exfoliante, gelcream, emulsión corporal.....	36
• Recetas de Prisma Alquimia: Gelcream antiage, Emulsión corporal de rosas, gel terapéutico muscular, crema facial para pieles secas.....	37

Í N D I C E

- Cuadro de aceites esenciales segun tipo de piel.....38
- ¡Más recetas! Body splash, áuricos, perfumes.....39
- Combinación de aceites esenciales para body splash:
relajante, vigorizante, limpieza energética, amor propio.....40
- Sales terapéuticas.....41
- Bombas de baño efervescente.....42
- Jabones corporales a partir de bases líquidas: Recetas prisma de
jabones líquidos: relajante, energizante.....43
- Jabones sólidos.....44
- Jabones sólidos Tips básicos.....45
- Recetas de jabones sólidos Prisma Alquimia: jabón humectante y
cremoso de rosas, jabón de miel, Jabón exfoliante, Jabón para
rostro (hipoalergénico).....46
- ¡Más recetas! Crema sólida, espuma de baño sólida.....47
- Oleos para masajes.....48
- Aguas florales a partir de aceites esenciales.....50
- Aguas florales (lavanda, manzanilla, rosas, azhar, hamamelis) tips y
usos.....51
- Limpiadores faciales: Agua micelar, desmaquillante bifásico.....52
- Leche hidratante y de limpieza.....53
- Mascarillas faciales y corporales a partir de arcillas.....55
- Recetas de mascarillas Prisma Alquimia con arcillas: facial
mineralizante, exfoliante corporal, exfoliante revitalizante, corporal
anticelulítica, carbón detox, corporal purificadora.....56
- Mascarillas Prisma Alquimia con ingredientes caseros: refrescante
y de limpieza, capilar nutritiva, capilar brillo, protéica antiage,
exfoliante facial/corporal, facial nutritiva.....57

Í N D I C E

- Serum's terapéuticos corporales y faciales.....59
- Recetas Prisma Alquimia: reafirmante facial, antiage, nutrición y antioxidante, piel sensible, contorno de ojos.....60
- Tipos de cabello.....62
- Problemas habituales: Caspa y caída.....64
- Cuadros de aceites esenciales y vegetales según tipo de cabello.....65
- Fórmulas y recetas para tratamiento capilar: shampoo y acondicionador gel.....66
- Shampoo sólido.....67
- Recetas Prisma Alquimia: shampoo gel para caspa y cabello graso, shampoo gel para cabellos dañados, shampoo sólido para cabello normal, shampoo sólido reparador y anticaída.....68
- ¡Más recetas capilares! Acondicionador sólido.....69
- Recetas Prisma Alquimia: Acondicionador sólido de tratamiento y nutrición, baño de crema sólido.....70
- Serum's capilares sólido y líquido.....72
- Recetas Prisma Alquimia: serum puntas abiertas, serum brillo, serum cabellos dañados, serum sólido nutrición.....73
- ¡Plus! Balsamos labiales: de nutrición, de tratamiento, gloss brillo.....74
- ¡Plus! Pasta dental: simple, blanqueadora.....75
- ¡Plus! Recetas para el hogar: limpiador multiusos, fertilizante para plantas.....76
- Proveedores en Argentina.....76

R E S E Ñ A

¡Hola! mi nombre es Micaela, y voy a acompañarte como guía en este curso. Aquí obtendrás bases sólidas para la formulación de todo tipo de cosméticos naturales y mucho más. Podrás explotar tu creatividad descubriendo, imaginando y creando. Deseo que proyectes al máximo, que concretes todos tus sueños y todo lo que te propongas, que este curso sea un impulso, que todo lo que pase por vos se transforme, como la luz a través de un prisma. No hay límite para crecer... Con mucho cariño,

Micki, Prisma Alquimia





NUESTRA PIEL



A pesar de tener características generales, sabemos que no todas las pieles son iguales. Es muy importante conocer un poquito de la histología y el funcionamiento de la piel, si vamos a realizar productos! Ya que de esta forma podremos tener una comprensión mas amplia y hacer productos mejor pensados.

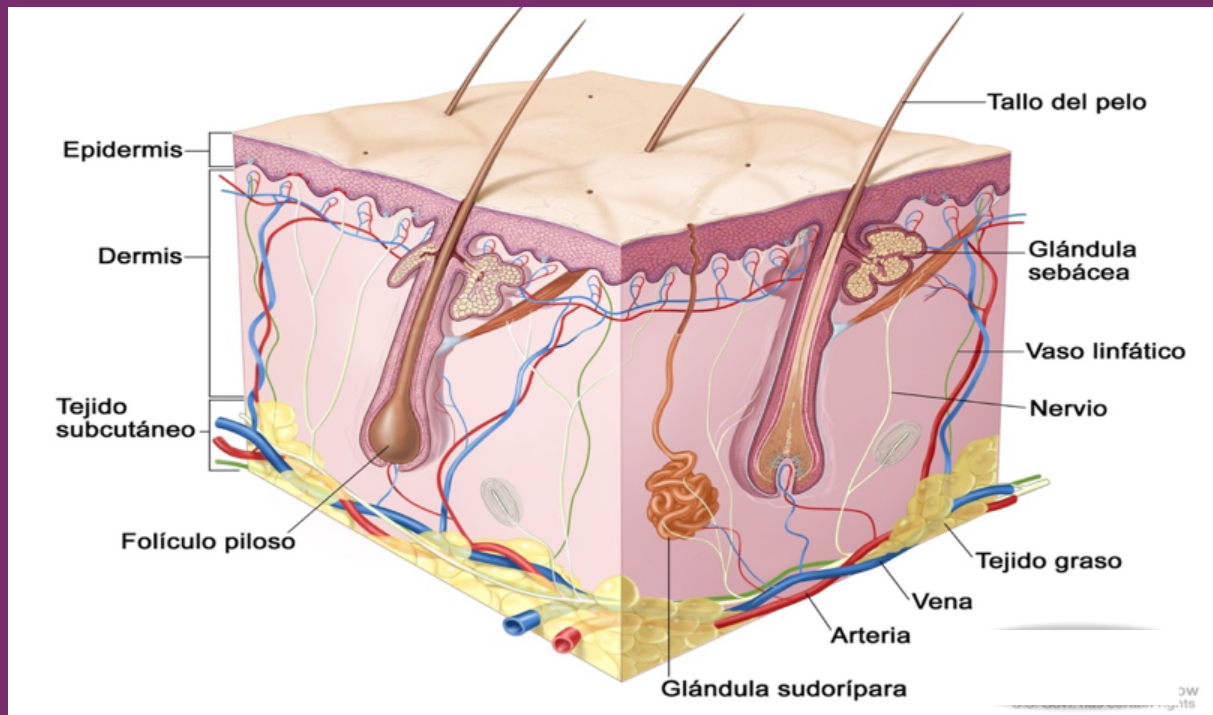
La piel es el órgano mas grande del cuerpo, representa más de la quinta parte de nuestro peso. Es mucho mas compleja de lo que parece. Su composición es elástica e impermeable. Nos ayuda a regular la temperatura, y nos protege del mundo exterior.

Es una **estructura** que cubre todos los tejidos y órganos de nuestro cuerpo, funciona como “membrana viva”, ya que se relaciona con los demás sistemas mediante vías de circulación de sangre, nervios y tejido linfático.

También, posee poros (orificios), pelos (folículos pilosos), glándulas sudoríparas (que secretan sudor) y tiene diferentes pigmentaciones, que le proveen distintas características a demás del color.

Por todo esto y mucho más, es muy importante darle todos los cuidados que necesita!

LAS CAPAS DE LA PIEL



Si miramos la piel desde adentro, vamos a encontrar que tiene varias capas. Estas son **la Epidermis (mas externa) Dermis (intermedia) Hipodermis (tejido subcutáneo, la capa mas interna).**

La epidermis, es la capa exterior de la piel (la que vemos y tocamos) es una capa protectora ante agentes externos como virus y bacterias. Tiene gran cantidad de queratina, lo que le brinda elasticidad y una estructura fuerte. En la epidermis, vamos a encontrar zonas que contienen **células grasas (lípidos) y agua (ácido láctico, ácidos grasos, aminoácidos)** Estas sustancias, se encargan de nutrir la piel, fijando la humedad y creando una barrera de protección (la falta de ellos produce piel seca y aspera). Estos componentes forman el llamado "manto ácido", y gracias a él, el Ph de la piel se mantiene regular, se crea un ambiente adecuado para los microorganismos "buenos" y son destruidos aquellos que son nocivos, aquí también se produce el proceso de descamación (como buenos animales, también vamos cambiando nuestra piel).

La dermis, es la capa intermedia, está por debajo de la epidermis. Es una capa gruesa, profunda y elástica. Actúa como "base" de la epidermis, contiene vasos sanguíneos y linfáticos que nutren la capa externa. Aquí encontramos las glándulas sebáceas (liberan aceite en la superficie de la piel) y las glándulas sudoríparas (liberan ácidos y agua en la superficie de la piel). También encontramos en la dermis, vasos linfáticos, las raíces del pelo, y receptores sensitivos. Seguro todos escuchamos alguna vez nombrar los componentes principales de la dermis, estos son **el colágeno la elastina y el ácido hialurónico**.

Todas estas sustancias, proveen a la piel vitalidad, aspecto juvenil, capacidad para fijar el agua (hidratación) elasticidad, etc. El envejecimiento, la exposición al sol, la poca ingesta de agua y la forma de vida entre otras cosas, hacen que la piel produzca menos de estos compuestos que nombramos, lo que provoca que aparezcan las arrugas.

Comencemos a pensar. Si las arrugas aparecen en esta capa, ¿puede una crema llegar tan profundo? ¿No se necesitaría otro tipo de producto, de mayor capacidad de ser absorbido, para tratar las arrugas? La respuesta es Si! Un adelanto... Las cremas trabajan sobre la epidermis (capa externa) Los geles penetran hasta la dermis! Que gran engaño son las cremas antiedad!

Tercera y última capa cutánea, **la capa subcutánea o hipodermis**, Es la capa más interna, funciona como "aislante corporal", contiene un almacén de energía en forma de células adiposas (grasa) que se acumulan en diferentes lugares en las distintas partes del cuerpo, y varía entre hombres y mujeres.

LA PIEL EN LAS DIFERENTES ETAPAS DE LA VIDA



La piel comienza a formarse en el útero materno durante el primer trimestre y hacia la semana 34, su maduración es casi completa. Imagínense, que la piel luego de nacer, pasa de estar en un medio acuoso al medio externo, esto genera que este en constante adaptación.



La piel del bebé continua desarrollándose fuera del útero, y tiene características muy diferentes a las de un adulto.

La capa externa es mucho mas fina, por ende mucho mas permeable. También es mucho mas propensa a descamaciones, porque su estructura no esta completa. A su vez es mucho más **sensible** a los agentes externos, y a los rayos UV ya que tiene un menor número de melanocitos (células que proveen entre otras cosas, la pigmentación). Por todo esto, hay que tener extremo cuidado al elegir y producir productos para bebés.

La piel de lxs niñxs: a partir de los 4 años aproximadamente, la piel es mas madura pero continua siendo delgada, y a pesar de haber desarrollado ciertas estructuras sigue siendo muy vulnerable a los factores externos como los rayos UV. A los 12 años de edad aproximadamente, la piel ya posee la estructura de un adulto.



En la adolescencia se producen muchos cambios en la piel debido a la pubertad y toda la revolución hormonal que trae. Principalmente, vemos los cambios en la cara, los hombros, el pecho y la espalda. Todo esto, incrementa la producción de sebo, la piel tiene tendencia a ser grasa, y en consecuencia puede producirse el acné.



La forma de vida y la genética, van a ser factores determinantes en los cambios que comienzan **entre los 20 y 30 años**. En esta etapa, las capas más externas (epidermis, dermis) comienzan a afinarse, y con este proceso, aparecen las primeras “lineas de expresión”. A su vez, cuando la piel se afina, las funciones de barrera y protección bajan. Los procesos de las células se vuelven mas lentos, se pierde mas la humedad de la piel, y se reduce la elasticidad.

Entre los 40 y los 50 años, la piel cambia de forma estructural. **En la epidermis** (capa mas externa) se producen menos células y las existentes “se achican” por ende, se afina la piel aún más. Todo esto, causa que la piel se vuelva mas aspera y seca, aparecen areas de hiperpigmentación (manchas) y la cicatrización ya no es tan rápida. **En la dermis** (capa intermedia), disminuye la capacidad de retener agua, lo que hace que la piel pierda fuerza y elasticidad.



Aparecen más lineas de expresión y arrugas, que se van profundizando a medida que la piel madura. También, pasa que hay menos vasos sanguíneos, por ende, los nutrientes que la dermis enviaba a la epidermis decaen, todo esto genera que la piel luzca mas opaca.

En la hipodermis (capa mas interna) se reduce el tejido graso, por ende la piel pierde densidad y volumen.



A partir de los 70 años la piel perdió muchas de sus funciones principales, está mucho mas vulnerable, debido a que su acción de barrera protectora ya se encuentra debilitada. Esto causa que sea más propensa a sufrir afecciones.

LOS TIPOS DE PIEL:

NORMAL, SECA, GRASA, SENSIBLE, MADURA.

Normal o eudermica, llamamos así a una piel que se ve y se encuentra sana y equilibrada. Ni muy grasa ni muy seca. Posee poros finos, aspecto fresco, no tiene impurezas, no es propensa a la sensibilidad.



Piel seca. Produce menos sebo, esto hace que no tenga los lípidos (grasas) necesarias para retener la humedad, lo cual genera una mayor exposición a los agentes externos. Tiene poca luminosidad, descamaciones, sensación de picazón, tirantez, asperezas.



Piel grasa. Se caracteriza por producir mucho sebo, podemos observar mucho brillo y poros visibles. Se ve la piel engrosada y pálida, puede contener acné, comedones, pústulas etc.



Piel Mixta. Se caracteriza por ser una mezcla entre tipos de piel. Varía dependiendo de la zona donde observemos (zona T, frente, mentón y nariz) mejillas entre normales y secas, los poros pueden verse agrandados en zona T, quizás con impurezas.



Piel Sensible. Puede ser fina, a veces un poco seca. Puede descamarse en la superficie. Se enrojece fácil, es reactiva a los cambios de clima (frío, sol, viento) y reacciona también ante los productos. Puede tener lesiones o rosacea.



Piel Madura. Luego de los 50 años aproximadamente, la piel puede verse fina, seca o deshidratada. En general puede tener flacidez, con falta de luminosidad, puede tener manchas y arrugas.



BIOCOSMÉTICA Y SALUD



Como verán, **nuestra piel** posee una complejidad impresionante, y cada persona es un mundo en estas cuestiones.

Conociendo a fondo este órgano barrera, podemos ver que no solo nos protege de agentes externos, sino que por este medio intercambiamos muchas sustancias con el ambiente.

Por esta razón, es primordial ser conscientes de los productos que apliquemos, ya que ingresaran directamente a nuestro organismo, casi de forma imperceptible. En este curso no solo nos formamos para poder hacer productos naturales, sino también para generar un cambio desde nosotres hacia el mundo, promoviendo enseñanzas dentro de nuestro circulo, cambiando hábitos diarios y alertando sobre los peligros que nos venden envasados.

Proximamente, les voy a nombrar algunos de los compuestos químicos que mayor controversia generan en el mundo de la cosmética. La mayoría son muy habituales, lamentablemente para algunos aún no existen reemplazos naturales para la formulación, y resultan importantes, ya que sin ellos corremos riesgos mayores. Conociéndolos, podemos elegir y producir cosméticos que contengan la menor cantidad de ellos.

QUÍMICOS EN COSMÉTICA Y SU IMPACTO EN LA SALUD

Parabenos: conservante químico, relacionado con afecciones de piel, endocrinas y cancer.

Aceite mineral/Mineral oil, derivado del petróleo. Tóxico al ingerir.

Benzyl alcohol: Daños en la piel a largo plazo, propicia el envejecimiento y la sequedad

Parafina: Suavizante para la piel, Bloquea los poros

PEGs (polietilenglicol, polielendiamina) frecuentes en cremas, dan textura, los identificamos con los sufijos ETIL ó GLICOL.

DEA, MEA, TEA (Dietanolamina) es irritante para la piel y los ojos. Puede reaccionar con otros compuestos fácilmente y volverse cancerígeno.

Siloxanos (ciclotetrasiloxano, ciclopentasiloxano, ciclohexasiloxano, ciclometicona), productos más cremosos y agradables al tacto, alteran las funciones hormonales y pueden causar infertilidad.

Ftalatos (DBP, DEHP, DEP) disruptor endocrino, plastificante, se usa para portar fragancias.

Triclosan, antibacterial y fungicida, jabón, pasta de dientes, desodorantes. Interfiere en funciones hormonales.

Lauril Sulfato de Sodio (jabones) muy usado ya que produce espuma. Puede reaccionar con compuestos fácilmente y volverse cancerígeno.



Formaldehídos, toxico a nivel respiratorio y dermatologico. Contaminante.

Hydroquinona, usado como "antimanchas" y con el tiempo causa daños irreversibles en la piel, entre ellos, mayor pigmentación.

Butilhidroxianisol (BHA) y Butilhidroxitolueno (BHT) antioxidante sintético, puede provocar reacciones alérgicas, son cancerígenos, perjudiciales a nivel endocrino e inmunológico. Asociado a la hiperactividad.

Fragancias (nadie sabe de que estan compuestas, son super nocivas) contienen todo tipo de quimicos, y nunca se especifica cuales se utilizan. Pueden encontrarse mas de 3000 químicos diferentes como fragancias, y pueden provocar todo tipo de alergias, dolencias, y problemas respiratorios.

Mercurio y sus muchos derivados. (mercurous chloride, calomel, mercuric, mercurio, o mercury, Hg, mercuric iodide, mercurous chloride, ammoniated mercury, amide chloride of mercury, quicksilver, cinnabaris, mercury sulfide, hydrargyri oxydum rubrum, mercury oxide, mercury iodide). Cancerígenos, producen todo tipo de problemas de salud, Irritación, hormigueo en la boca, cara, son usados en productos antiedad, nuestra piel los absorbe muy rapidamente.

Petrolatum (HAP/PAH). Derivado del petróleo, cancerígeno, perjudicial para la salud y el medio ambiente.

Todos estos compuestos, están presentes en la mayoría de los cosméticos que utilizamos. Los efectos se producen a largo plazo o por causas previas y con una exposición prolongada. Representan un "factor de riesgo" como lo es consumir comida procesada, o fumar. No es algo definitivo. El objetivo de esta información es que los conozcan, y sepan de ellos a la hora de elegir sus productos.



MATERIAS PRIMAS NATURALES: USOS Y PROPIEDADES



ACEITES ESENCIALES

En todo el mundo se utilizan los aceites esenciales para el tratamiento de múltiples patologías tanto psicológicas, emocionales y físicas.

Los aceites esenciales como la palabra lo dice, contienen la esencia pura de una planta. Se obtienen a partir de materia prima vegetal, mediante procesos de destilación con agua o vapor, o por extracción (prensados en frío). Son una mezcla super concentrada de sustancias y principios activos, por ende, se utiliza muy poca cantidad para obtener resultados.

Los aromas tienen un impacto directo en nuestra psiquis. El proceso ocurre de la siguiente manera: Las moléculas aromáticas, penetran la cavidad nasal y son detectadas por los nervios olfativos. Luego se transforman en impulsos nerviosos que viajan hasta nuestro sistema límbico. Allí se generan diferentes reacciones químicas, que culminan con diferentes sensaciones tanto físicas como emocionales.



USO DE ACEITES ESENCIALES



En aromaterapia, se utilizan para el manejo de las emociones entre otros usos. Actualmente, funcionan en diversas partes del mundo, hospitales y clínicas que cuentan con servicio especializado de aromaterapia para acompañar el tratamiento de pacientes. Son útiles para el alivio de dolores y otras afecciones crónicas. También, pueden utilizarse como drogas vegetales y ser ingeridos, en este caso siempre bajo supervisión médica, poseen gran cantidad de beneficios medicinales. Pueden utilizarse de manera tópica en forma de compresas, o diluídos en aceites vehiculares para poder aplicarlos directamente sobre la piel.

No se deben aplicar sobre la piel los aceites esenciales sin diluir, ya que debido a la gran cantidad de componentes, puede producir reacciones alérgicas.

En cosmética natural, los usamos para la elaboración de todo tipo de preparados, utilizamos aceites esenciales para generar sensaciones aromáticas, y para brindar al usuario todos los beneficios que estos proveen. También podemos agregarlos a preparaciones como limpiadores de cocina, repelentes de insectos, etc. Más adelante profundizaremos en diferentes combinaciones y sus diversos usos terapéuticos.

ACEITES VEGETALES/VEHICULARES

Su origen es vegetal. El proceso de producción, implica el retiro del aceite contenido en la planta, por lo general presente en las semillas. Esto se puede hacer mediante extracción mecánica utilizando un molino o una extracción química utilizando un disolvente. Tienen, en general, aromas neutros, los utilizamos en forma de “transporte” ya que en ellos podemos disolver los aceites esenciales, y así aplicarlos en nuestra piel, cabello, etc. Proveen de nutrientes a nuestras preparaciones.



ACEITES VEGETALES QUE MÁS UTILIZAMOS EN COSMÉTICA Y SUS PROPIEDADES.



Aceite de coco

Es sólido a temperatura ambiente (baja), siempre derretir antes de agregarlo a las preparaciones, tiene un aroma suave casi imperceptible, es de muy rápida absorción, muy liviano. **Válido para todo tipo de piel y cabello.** Tiene mucha vitamina E y B, contiene ácidos grasos saturados, es utilizado como emoliente para la piel y el cabello. Retiene la humedad, es antiviral y antifúngico. Ayuda a la piel a cicatrizar.



Aceite de almendras dulces.

Existen dos tipos de aceite de almendras. Por un lado, **las almendras dulces** (árbol de flores blancas) **y las almendras amargas** (árbol de flores rosa). Estas últimas, dan un aceite esencial.

El aceite de almendras dulces, es levemente viscoso y muy nutritivo. Contiene grandes cantidades de vitamina B, por lo que resulta ser un excelente antioxidante. Se utiliza en **pieles sensibles y secas (y todo tipo de piel)**. Ayuda al crecimiento del cabello, las uñas y las pestañas.

Aceite de germen de trigo

Tiene gran contenido de vitamina E, protege la piel y previene el envejecimiento. También se utiliza como conservante natural, ya que hace que otros aceites perduren mucho más.

Recomendado en pieles secas y maduras.

Su textura es ligeramente viscosa.



Aceite de jojoba

es muy liviano, de muy rápida absorción porque se asimila a los aceites producidos por la piel, tiene una excelente durabilidad, es hidratante y nutritivo. Se utiliza en cabello y pieles secas. Ayuda a equilibrar el pH de la piel, por lo que es indicado para **pieles grasas o con acné (y todo tipo de pieles)**.

Aceite de argan

es un antioxidante natural, reconstruye **la piel seca y dañada (lo mismo aplica para el cabello)**. Protege las células de la piel, la reafirma y la nutre. Alivia las quemaduras solares y actúa como antiséptico para heridas leves.



Aceite de Palta

Rico en vitaminas y minerales como potasio cobre y fósforo, contiene vitaminas del grupo B, se extrae del hueso de la palta por prensión en frío, rejuvenece la **piel seca**, puede usarse diariamente. Apto para **todo tipo de pieles**

Aceite de rosa mosqueta

protege contra los rayos UV, reduce la presencia de **cicatrices estrías y arrugas**, hidrata la piel, unifica el tono de piel (ideal para las **manchas**) es muy ligero, puede añadirse a lociones y cremas ya que tiene un gran poder antioxidante y antiinflamatorio. Es como un botox natural!



Aceite de pepitas de uva

Se obtiene a partir de las semillas de uva, contiene ácidos grasos esenciales, fitoesteroles, fosfolípidos, y vitamina E. es un gran reparador y protector de la piel. Ayuda a la epidermis a mantener la humedad y el agua. Indicado para **pieles secas y de todo tipo.**



Aceite de sesamo

Muy hidratante para **pieles y cabellos muy secos o dañados**. Es revitalizante natural, nutre y repara la piel, brindando muchas vitaminas y antioxidantes. Da firmeza, ayuda a hidratar lesiones como quemaduras, protege contra los rayos UV (no reemplaza totalmente la protección solar)

Aceite de Ricino

Mejora las condiciones de la **piel seca** y otras afecciones de piel, reduce y previene **estrías**, es antioxidante, emoliente, hidratante, puede usarse en **pieles acnéicas, fortalece uñas, cabello, cejas y pestañas**. Tiene un alto contenido de ácidos grasos insaturados, por ejemplo el ácido ricinoléico, el ácido linoléico, el ácido esteárico, y el ácido dihidroxiesteárico. Es antimicrobiano, por ende es muy eficaz contra infecciones y erupciones de piel. Controla la **caída del cabello**, es útil contra la **caspa**, previene y trata la sequedad de la piel.



MANTECAS VEGETALES

Las mantecas tienen infinitas propiedades para aprovechar en nuestros cosméticos. Tienen la capacidad de **regenerar y reconstruir la piel**, ayudan a mejorar la **elasticidad** y a combatir la flacidez. Favorecen la formación de colágeno, contienen y aportan antioxidantes, **tonifican y estimulan** las zonas a tratar. Al aplicarlas sobre la piel, se crea una **capa protectora** para diferentes agentes externos como la contaminación del ambiente, los patógenos o el sol. Por sus propiedades hidratantes, son un gran aliado para los tratamientos **antiage, las quemaduras, las estrías y marcas** en general.

Manteca de cacao

Rica en ácidos grasos, vitamina E, antioxidantes. Su uso mas común se encuentra asociado a los **bálsamos labiales**, también es muy beneficiosa para el cabello. **Protege la piel** creando una barrera que impide la entrada de agentes externos, permitiendo la transpiración orgánica, previene las **arrugas** y el envejecimiento cutáneo, agregada en las cremas crea un efecto de **lifting natural**. Trata la piel hidratándola profundamente, previene y trata **estrías y celulitis**. Evita la **resequedad** de la piel y el cabello, humectándolo e hidratandolo.



Manteca de mango

Posee gran cantidad de antioxidantes, acelera los procesos de **cicatrización y regeneración de la piel**. Útil para el tratamiento de **heridas, quemaduras**, zonas con **estrias**, y para el tratamiento **antiedad**. Podemos elaborar con ella todo tipo de cremas corporales, faciales, y sérums para el tratamiento del cabello, en especial para **cabellos dañados**.

Aporta nutrientes esenciales. Al aplicarla genera una capa protectora para la piel, contra agentes externos como los rayos UV.



Manteca de karité

Hidratante, humectante y protectora.

Revitaliza la piel, brindando múltiples nutrientes y vitaminas.

Otorga suavidad a la piel, protege de los rayos UV, ayuda en el tratamiento y la prevención de **estrias, arrugas, marcas de expresión**. Brinda **brillo y suavidad al cabello**. Apta para uso en **todo tipo de pieles**, favorece los procesos de **cicatrización**.

La utilizamos en todo tipo de productos corporales, faciales y capilares.

OTRAS MATERIAS PRIMAS

Cera de abeja

Aporta muchas vitaminas y minerales, se utiliza para la elaboración de cremas, ungentos, bálsamos, pomadas, empastos. Tiene propiedades **antiinflamatorias y emolientes** (Un emoliente es una sustancia usada como medicamento para ablandar una dureza o inflamación, suavizando y protegiendo la piel o las mucosas, puede utilizarse en pieles irritadas o eczemas). Es **antimicótica**, brinda **nutrición y suavidad a la piel**. Utilizada en el proceso de **depilación**, deja la piel suave y con aroma natural. No presenta reacciones alérgicas post tratamiento. Previene el **envejecimiento cutáneo**, aporta **brillo a la piel y al cabello**. **No es un producto apto vegano, puede reemplazarse por cera de soja o de carnuba.**



SCI/Cocoil Isetionato de sodio (sal de sodio del ester del ácido graso del coco y del ácido isetiónico, agente **tensioactivo**)

Derivado del coco, es bien tolerado por la piel, lo utilizamos para suavizar las fórmulas de shampoo sólido, geles para baño, jabones líquidos, etc. Es libre de sulfatos, no genera tóxicos ni desechos químicos. Tiene un Ph de 4-6 según la especificación. Brinda a nuestras preparaciones una espuma suave y cremosa, es inofensivo para la piel y las mucosas.



Coco glucósido (tensioactivo)

Se obtiene a partir de materias primas renovables, no genera desechos tóxicos. Es bien tolerado por la piel y las mucosas, y aumenta la tolerancia de otros tensioactivos. Es biodegradable. Lo utilizamos para la elaboración de shampoo, geles de ducha, jabones líquidos, exfoliantes corporales, es apto para uso en pieles muy sensibles. Genera espuma abundante y suave.



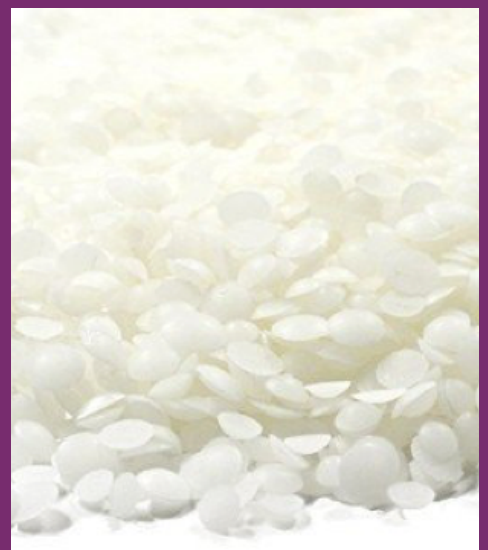
Decyl glucósido (tensioactivo)

Derivado del coco y azúcares, es puramente vegetal. Brinda suavidad a la piel, no genera tóxicos y es biodegradable. Lo utilizamos en shampoos, geles, jabones líquidos, exfoliantes, etc.



Cera BTMS (emulsionante)

Se produce mediante varios procesos de síntesis, su origen es vegetal (se hace con aceite de colza, también conocido como canola) y es apto para cosmética vegana. Actúa como acondicionador y desenredante capilar. Se puede combinar con otros emulsionantes para la elaboración de cremas corporales, jabones, shampoos y acondicionadores.



Alcohol cetílico (emulsionante)

Se obtiene a partir de aceites vegetales como el de palma o de coco.

Presentación en escamas. Brinda consistencia, emoliencia y estabilidad a las emulsiones. Permite espesar las cremas y proporciona una sensación suave y nutritiva. Hidrata la piel reseca, mejora la textura de cremas y lociones. Es de origen vegetal, no genera desechos tóxicos.



Alcohol cetoestarálico (emulsionante y espesante)

Es de origen vegetal, co-emulsionante y espesante. Tiene aspecto de cera blanca. Podemos utilizarlo en la elaboración de cremas y lociones, protege y nutre la piel. También en shampoo y acondicionadores, aporta brillo y protección al cabello.



Glicerina vegetal

Es hidratante, hace que las mezclas se fusionen mejor, ayuda a la piel a mantener la humedad y el buen estado. Es hipoalergénica, ideal para pieles sensibles y para todo tipo de pieles. Trata y previene el acné. Puede agregarse a todo tipo de cremas y preparaciones.



CONSERVANTES EN COSMÉTICA NATURAL

En cosmética natural no utilizamos conservantes ni aditivos químicos. Si bien los preparados "base" que compramos, están realizados bajo normas de seguridad que incluyen los conservantes, para preservar por mas tiempo la estabilidad de nuestras cremas y demás preparaciones, utilizaremos ciertos elementos naturales. Por otro lado, la duración de nuestros productos va a depender de la base que usemos, y los compuestos agregados. Tengan en cuenta, que aquellos cosméticos con agregados orgánicos (extractos de plantas medicinales, hierbas secas, carbón activado, etc) Tienden a durar menos que otras preparaciones. (aprox 6 meses, o más si se conserva en heladera)



Vitamina E

Viene en presentación líquida con consistencia viscosa. Es regenerante, ayuda a reconstruir y nutrir la piel, protege contra los rayos UV, y posee gran cantidad de antioxidantes lo que prolonga la vida útil de nuestros cosméticos, y ayuda al cuidado de las células de la piel.



Aceite de semillas de pomelo

Nutre profundamente la piel. Es también antiséptico, antifúngico, antibiótico natural, antioxidante y antiinflamatorio. Todas estas cualidades lo vuelven un excelente conservante.

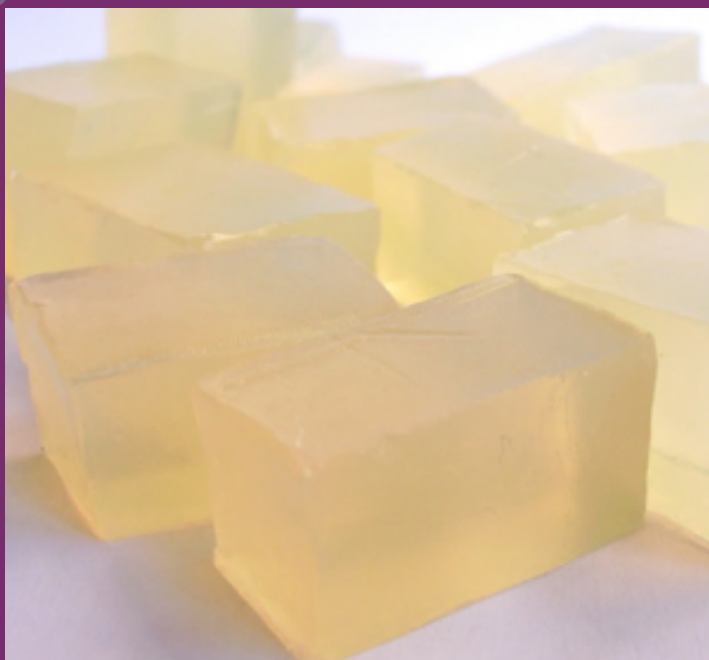
Alcohol de cereal (conservante natural y base)

Es extra neutro en su aroma y sabor, color transparente, brillante y cristalino, lo que lo convierte en el alcohol ideal para la elaboración de aceite medicinal, licores, perfumes y otros productos. No es dañino para la piel como otros alcoholes. Lo usamos para elaborar nuestros body splash, auricos y perfumes.



Barras de Jabon neutras, de glicerina y de coco

Vienen en presentaciones en forma de barra y por kg. Las utilizamos para la elaboración de jabones corporales sólidos. Son de origen natural y vegetal, apta vegan, super fáciles de utilizar. Mas adelante aprenderás como!



A R C I L L A S



Las arcillas son un aliado super conveniente para la limpieza, el tratamiento y la revitalización de la piel. Poseen gran cantidad de propiedades, incluyendo **minerales y vitaminas**. Son naturales, provienen de la tierra y de procesos biológicos. Se usan en cosmética desde tiempos inmemoriales, tanto para cuidados corporales como faciales. Limpian profundamente la piel, barren las impurezas, eliminan la grasitud, restauran el Ph, reducen la inflamación, pueden utilizarse sobre el cabello para tratamiento de caspa y grasitud, son aptas para todo tipo de pieles. Hay muchos tipos de arcilla, las que mas utilizamos en cosmética son la **arcilla verde, caolín, bentonita**.

Las arcillas adquieren plasticidad al mezclarse con agua, propiedad que hace que sean utilizadas para la formulación de mascarillas, tanto faciales, como corporales y capilares. Los minerales de la arcilla son de tipo filosilicatos de aluminio hidratados (imaginemoslos como si fueran el esqueleto de la arcilla). Estos contienen cantidades variables de elementos como magnesio, hierro, metales, otros cationes y muchos otros minerales. Todos ellos influyen en las diferentes propiedades terapéuticas, y este contenido, va a depender del origen de la arcilla, que puede ser terrestre o marino.



Arcilla Verde

Limpia profundamente la piel, barre impurezas y grasitud. Indicada para **pieles acnéicas, pero apta para todo tipo de pieles**. se caracteriza por su efecto purificante y antibacteriano. Produce un efecto relajante, aportando elasticidad y sensación de frescor, además contiene gran cantidad de minerales como el silicio, aluminio, hierro, calcio, magnesio, sodio y potasio entre otros.



Arcilla de Caolín

Tiene un alto poder desintoxicante, antibacteriano y cicatrizante, además de ayudar a regular el PH . Es una aliada perfecta para eliminar impurezas de la piel, y ayudar a la regeneración celular. Además es muy astringente, aporta luminosidad a la piel y también da un efecto tensor, dejando la piel lisa y suave, eliminando las toxinas y absorbiendo las células muertas. Posee propiedades antiinflamatorias, indicada para **todo tipo de piel**.

Arcilla de Bentonita

Es una arcilla terapéutica. Podemos encontrar muchos aportes científicos (publicaciones y documentos) que se refieren a la capacidad de las arcillas de bentonita para absorber toxinas mediante la aplicación tópica en el área afectada. Para uso cosmético, la utilizamos para hidratar y purificar la piel, eliminando residuos e impurezas, y para tratamiento de **todo tipo de pieles** en especial las **acnéicas o con grasitud excesiva**. Brinda múltiples minerales, ayuda a regenerar y reestablecer el Ph cutáneo.





PREPARADOS TERAPÉUTICOS

Les presento aquí, algunas combinaciones que pude recopilar, entre aceites esenciales y plantas medicinales, a utilizar para tratar diferentes afecciones desde la aplicación tópica o por inhalación, a través de la cosmética natural.



Inflamaciones musculares o de las articulaciones, contracturas:

Eucalipto, romero, enebro, limón, manzanilla, mejorana, árnica, cedro, menta, lavanda, azhar, ylang ylang, jazmín.

· **Picadura de insectos:** Manzanilla, bergamota, albahaca, lavanda, pachouli, teatree. **Repelente:** Limón, melisa, clavo de olor.

· **Piojos:** eucalipto, lavanda, limon, geranio, romero, tomillo.

· **Pieles maduras/rejuvenecimiento:** incienso, azhar, mirra, pachouli, rosa, sandalo, jazmín, rosa mosqueta.

· **Cicatrizantes y astringentes:** caléndula, eucaliptus, romero, manzanilla, hamamelis, sándalo, lavanda, rosas, geranio.

Anticéptico: teatree, cedro, limón, bergamota, lavanda, cedro.

Celulitis, estrias: Rosa mosqueta, enebro, limón, neroli, lavanda, tomillo, romero.

Piel grasa/acné: Albahaca, limón, eucalipto, romero, ylang ylang, Teatree, aloe vera.

Piel sensible: Manzanilla, caléndula, teatree, hammamelis. (usar la mitad de gotas de aceite esencial en una crema facial)

Hongos: teatree

Herpes zoster: Limón, lavanda, teatree.

Quemaduras y sobreexposición al sol: Lavanda, manzanilla, aloe vera, caléndula.

Afrodisíacos: Jazmin, rosas, clavo de olor, coco, vainilla, jengibre, bamboo relax



BASES Y CONCEPTOS

Diferencia entre humectación e hidratación. Parece lo mismo pero no lo es, es importante comprender, que la diferencia radica, en que

humectar significa crear una capa protectora en la piel para que mantenga su humedad natural (que retenga la humedad) mientras que **hidratar**, consiste en aportar agua a la piel. Esto, es lo que causa la hidratación.



CREMA

Tiene una consistencia pastosa. Su función principal es la de **hidratar**. También puede **humectar** según los componentes que agreguemos. Trabajan sobre la epidermis, que como vimos, es la capa externa de la piel. Podemos realizar todo tipo de cremas faciales y corporales.

GEL

su función principal es la de **hidratar**. Penetra profundamente la piel, atravesando todas las capas cutáneas. Podemos elaborar todo tipo de geles faciales y corporales, sobre todo para el tratamiento de arrugas (que como vimos se encuentran en la segunda capa de la piel) celulitis, várices, y todo lo que se genera a nivel profundo.





GELCREAM

Es una mezcla entre una mitad de crema y otra mitad de gel.

Su función es la de **hidratar y penetrar la piel** profundamente. Se pueden elaborar todo tipo de gelcreams faciales y corporales, brindando un tratamiento super completo.



EMULSIÓN

Es una crema ligera de rápida absorción, se obtiene mezclando agua destilada con crema base. Ideal para pieles grasosas o muy secas.

SEGURIDAD E HIGIENE

ANTES DE COMENZAR A TRABAJAR, RECORDÁ SIEMPRE:

- **MANTENER LA LIMPIEZA Y DESINFECTAR TODAS LAS SUPERFICIES Y RECIPIENTES QUE UTILICES (LOS MISMOS DEBERAN UTILIZARSE PARA LA PRODUCCIÓN Y NO PARA OTROS FINES).**
- **ESTERILIZÁ BIEN TODOS LOS ENVASES QUE UTILICES. (HERVÍ FRASCOS, LIMPIÁ CON ALCOHOL LOS ENVASES Y RECIPIENTES PLÁSTICOS)**
- **PROCURA TENER TODOS LOS INGREDIENTES QUE VAYAS A UTILIZAR A MANO.**
- **BUSCÁ ESTAR COMODX, LLEVA EL CABELLO ATADO**
- **DESTINÁ ROPA QUE PUEDAS UTILIZAR SIEMPRE QUE PRODUZCAS.**
- **TRABAJÁ EN LUGARES QUE TENGAN VENTILACIÓN**
- **SIEMPRE QUE MANIPULES LOS PRODUCTOS Y LOS ACEITES ESENCIALES UTILIZÁ GUANTES DE LATEX Y DE SER NECESARIO GAFAS O ANTIPARRAS.**



¡FÓRMULAS Y RECETAS!

Crema facial

- 100 gr de crema base
- 15 gotas de aceite esencial
- 2 gotas de vitamina E
- 2 cucharaditas de glicerina vegetal
- 1 cucharadita de manteca a elección

Gel facial

- 100 gr de gel base
- 15 gotas de aceite esencial
- 2 gotas de vitamina E
- 1 cucharadita de glicerina vegetal

Crema/Gel exfoliante

- 100 gr de crema base o gel base
- 3 cucharadas de agua destilada
- 1 cucharada y media de cascara de nuez molida o semillas de amapola
- 6 gotas de aceite esencial
- 2 cucharadas de glicerina vegetal
- 2 gotas de vitamina E

Crema corporal

- 100 gr de crema base
- 30 gotas de aceite esencial
- 2 gotas de vitamina E
- 2 cucharaditas de glicerina vegetal
- 2 cucharaditas de manteca a elección o aceite de coco extravirgen
- 1 gota de colorante vegetal (opcional)

Gel corporal terapéutico

- 100 gr de gel base
- 40 gotas de aceite esencial
- 2 cucharadas de glicerina vegetal
- 2 gotas de vitamina E
- 1 gota de colorante vegetal (opcional)

Emulsión corporal

- 100 gr de crema base
- 10 gr de agua destilada
- 30 gotas de aceite esencial
- 2 gotas de vitamina E
- 2 cucharaditas de glicerina vegetal
- 2 cucharaditas de aceite de coco extravirgen
- 1 gota de colorante vegetal (opcional)

PROCEDIMIENTO: colocar la materia prima principal (gel, crema) dentro de un bowl no metálico e ir agregando cada ingrediente uno a uno mezclando bien cada vez. Si se agregan mantecas o aceite de coco, derretir siempre antes de incorporarlo!

Con éstas fórmulas, ¡vas a poder crear todo tipo de preparaciones! Explorá tu creatividad con los colores, las combinaciones de aceites esenciales mas adecuados para lo que quieras tratar. Animate y crea tu marca personal! aportá tu granito de arena en este mundo tan plástico y descartable. Ponele amor a todo lo que hagas!

¡RECETAS DE PRISMA ALQUIMIA PARA INSPIRARTE!

GEL CREAM ANTIAGE PRISMA ALQUIMIA

- 30 gr de crema base
- 30 gr de gel base
- 10 gotas de aceite esencial (5 de incienso, 5 de rosa mosqueta)
- 1 gota de vitamina E
- (opcional) Una cucharadita de extracto glicólico antiage (enseño a realizar estos extractos en el curso de plantas medicinales)
- 1 cucharadita de glicerina vegetal
- 1 cucharadita de manteca de karité

GEL TERAPÉUTICO CORPORAL PRISMA ALQUIMIA (contracturas, dolores articulares y musculares)

- 80 gr de gel base
- 2 cucharadas de extracto de ortiga (podes aprender a hacerlo en el curso de plantas medicinales)
- 30 gotas de aceite esencial (10 Árnica, 5 enebro, 5 lavanda, 10 mejorana)
- 1 cucharada de glicerina vegetal
- 1 gota de vitamina E

EMULSIÓN CORPORAL PRISMA ALQUIMIA

- 80 gr de crema base
- 3 cucharadas de agua de rosas (aprenderan a hacer aguas florales aquí mas adelante, y más en profundidad en el curso de plantas medicinales).
- 1 cucharadita de glicerina vegetal
- 2 cucharaditas de manteca de karité
- 1 cucharadita de aceite de coco extravirgen
- 30 gotas de aceite esencial (10 de rosas, 5 de loto, 5 de neroli, 5 de azhar, 5 de coco)
- 3 gotas de vitamina E

CREMA FACIAL PARA PIEL SECA PRISMA ALQUIMIA

- 80 gr de crema base
- 1 cucharada de glicerina vegetal
- 1 cucharada de manteca de mango
- 2 gotas de Vitamina E
- 15 gotas de aceite esencial (ylang ylang, sándalo, rosa mosqueta, almendras)

CUADRO DE ACEITES ESENCIALES Y TIPOS DE PIEL

PIEL NORMAL	PIEL SENSIBLE	PIEL MADURA	PIEL SECA	PIEL GRASOSA
Geranio	Manzanilla	Incienso	Cedro	Te verde
Incienso	Calendula	Geranio	Lavanda	Teatree
Lavanda	Jazmin	Jazmin	Mirra	Limon
Neroli	incienso	Limon	Romero	Enebro
Pachouli	Sándalo	Mirra	Rosa	Menta
Sandalo	Hammamelis	Neroli	Sándalo	Naranja
Rosas	Aloe vera	Palmarosa	Ylang ylang	Tomillo
Rosa mosqueta	Lavanda	Romero	Jazmin	Ylang ylang
Nardo	Manzana	Sándalo	Incienso	Romero
Jazmin		Rosa mosqueta	Hinojo	Cipres
Vainilla		Coco	Aloe vera	Cedro
coco		Jengibre	Coco	Pachouli
Loto		Azhar	Neroli	Vetiever
Ambar			Benjuí	Eucalipto
Amorose			Loto	

¡MÁS RECETAS!

Body splash corporal

Los utilizamos para refrescar, armonizar y equilibrar cuerpo y mente. Pueden aplicarse directamente sobre la piel.

- Envase de 120 ml
- 20 ml de alcohol de cereal
- 100 ml de agua destilada
- 25 gotas de aceite esencial
- Gotas de colorante (opcional)

Perfume natural

aroma mucho mas intenso y duradero.

- Envase de 120ml
- 120 ml de alcohol de cereal
- 50 gotas de aceite esencial
- Gotas de colorante (opcional)

Body splash Auricos

Los utilizamos para la armonización y limpieza de ambientes y del aura de las personas.

- Envase de 120 ml
- 40 ml de alcohol de cereal
- 80 ml de agua destilada
- 40 gotas de aceite esencial
- Gotas de colorante (opcional)

PROCEDIMIENTO: Colocar el alcohol en el envase. Agregar las gotas de aceite esencial, luego el agua destilada y por ultimo el colorante si se quisiera. ¡Listos tus splashes y perfumes!



¡LOS PRIMEROS
QUE HICE!

COMBINACIONES DE ACEITES ESENCIALES ¡IDEAS PARA BODY SPLASH!

Aceites esenciales relajantes: Lavanda, bambúo relax, incienso, palo rosa, sándalo, te verde, salvia, aloe vera, limón, ámbar, loto, neroli.

Aceites esenciales vigorizantes: Menta, romero, limón, bergamota, naranja, mandarina, cedro, jazmín, geranio, jengibre, tomillo, maracuyá, frutos rojos, frutilla

Aceites esenciales para limpieza energética: Salvia, lavanda, romero, mirra, teatree, canela, clavo de olor.

Aceites esenciales que incrementan el amor propio y conectan con nuestra intuición: rosas, ylang ylang, jazmín, loto, reina de la noche, mejorana, melisa.

¡Profundizá mucho más sobre usos de los aceites con el curso de aromaterapia!



¡MÁS FORMULAS Y RECETAS!

SALES TERAPÉUTICAS

Otra forma genial de transporte para nuestros aceites esenciales!

Utilízalas para relajar con un baño de inmersión, para todo el cuerpo, o para zonas a tratar como por ejemplo los pies.

-250 gr de sal gruesa

-30 gotas de aceites esenciales

-Colorante unas gotas (opcional)

-1 bolsa plastica tipo ziploc

PROCEDIMIENTO: colocar la sal en la bolsa e ir aplicando las gotas de aceites esenciales por toda la superficie. Luego agregar las gotas de colorante si se quisiera, cerrar la bolsa, y mezclar batiendo. ¡Listas tus sales de aromaterapia! Utilízalas disolviéndolas en el agua caliente.

También puedes armar una "bolsita aromática" hecha de tela (organza, tul, una tela bien permeable) allí puedes colocar tus sales, y agregados, como pétalos, y hierbas secas, luego cerras tu bolsita y la introduces directo en el agua caliente!



BOMBA DE BAÑO EFERVECENTE

Son lo más! Estas pelotitas están formadas por ingredientes secos que generan efervescencia cuando las mojamos! A los peques les encantan! Porque tiñen el agua de color, y dejan un aroma espectacular!

Formula Base Bombas!

- 2 cucharadas de bicarbonato de sodio
- 1 cucharada de sales de epsom
- 2 cucharadas de aceite vegetal a elección
- almidón de maíz 1 cucharada
- 30 gotas de aceite esencial
- 1 cucharada de ácido cítrico
- colorante vegetal 30 gotas (opcional)



PROCEDIMIENTO: En un bowl no metálico, agregar el bicarbonato, el almidón de maíz, el ácido cítrico, y las sales. Mezclar a mano (usar guantes) todos estos ingredientes. Agregar el aceite vegetal a elección y continuar mezclando. Luego incorporar los aceites esenciales y por ultimo el colorante. **¡Ojo en este ultimo paso!** por que el colorante vegetal tiene como base agua, por lo tanto puede hacer reaccionar al bicarbonato! Amasar con intensidad y aplicar de a pocas gotitas por vez para que esto no suceda. Formar una bolita (puede utilizarse un molde) y dejar secar a temperatura ambiente en un lugar fresco y seco durante 48 hs. ¡Listas!

JABONES CORPORALES

Muy importante reemplazar los jabones industriales por los de base vegetal o naturales, son muy sencillos, puedes crear todo tipo de combinaciones según lo que necesite tu piel, utilizando los aceites esenciales, hierbas aromáticas, semillas, cascara de nuez, y muchos elementos más!



Jabón líquido corporal

Para un envase de 250 ml

- 250 ml de jabon liquido de glicerina/base vegetal
- 25 gotas de aceite esencial
- 2 gotas de vitamina E
- Colorante vegetal (opcional)
- 1 cucharadita de Decyl glucosido (opcional para generar mas espuma)
- (opcional) una cucharada de cascara de nuez, carbón activado, hierbas.

Ejemplos y combinaciones posibles de prisma alquimia:

Jabón líquido relajante: aceites esenciales de lavanda, manzanilla, caléndula, bamboo relax, incienso, té verde.

Jabón líquido energizante: aceites esenciales de menta, romero, teatree, tomillo, limón, melisa, bergamota, naranja.



JABONES SÓLIDOS

Podemos utilizar como base el jabon de coco, de glicerina, o de base vegetal para las siguientes recetas, vienen por kg en forma de barra. Hay muuuchas recetas para realizar jabones. No vamos a utilizar las mas complejas que utilizan sosa cáustica o que requieren más de 40 dias de reposo. Utilizaremos recetas básicas y simples para que corras menos riesgos!

Para elaborar un jabon de 100 gr

- 100 gr de glicerina en barra (puede ser jabon en barra de coco)
- 2 cucharadas de aceite vegetal o manteca a elección
- 10 gotas de aceite esencial (no agregar si se quiere hacer hipoalergénico)
- 4 cucharadas de agregados. Opcional, acá podes poner cualquiera de los elementos que que nombro a continuación: hierbas, semillas, cascara de nuez, miel, café, etc. **Si se quiere agregar carbón activado NO MEZCLAR CON OTROS ELEMENTOS.**
- Colorante vegetal (opcional, agregar gotitas y mezclar hasta obtener el color deseado)



PROCEDIMIENTO: derretir la base del jabón (glicerina, barra de coco etc) a baño maría. Una vez que se disolvió bien, poner los agregados que quiera utilizar (opcional) luego aplicar las gotas de aceite esencial, el aceite vegetal y el colorante (opcional). Mezclar bien, y verter la preparación en un molde de silicona. **LLEVAR UNA HORA AL FREEZER Y DEJAR REPOSAR 10 DÍAS.** ¡Listo tu jabón para utilizar!

JABONES SÓLIDOS: TIPS Y RECETAS

- Si querés hacer un **jabón de varios colores** o con diferentes **fases** tenes que dejar secar la primer capa una hora en el freezer y luego repetir el procedimiento con las demás capas que se quiera agregar! Podes variar colores, agregados, aromas!
- Para un jabón **marmolado** deja secar la primera capa 15 minutos, luego agrega gotitas de otro color y con un palillo hace las formas que quieras revolviendo!
- Diseñá tus jabones antes de realizarlos, variá con los moldes!
- Para colocar flores secas, cascarras, o algún elemento sólido en tus jabones, reservate la mitad de la base del jabón, colocá la primer parte en el molde, espera media hora o hasta que veas que la mezcla espesó un poco. Luego introducí tus agregados, y por encima la segunda parte de la base.

Jugá con tus bases y sentite libre de crear!



JABONES IDEAS PARA INSPIRARTE

RECETAS PRISMA ALQUIMIA

Jabón humectante y cremoso de rosas

- 100 gr de jabon en barra de coco
 - 2 cucharadas de petalos de rosa
 - 2 cucharadas de semillas de amapola
 - 2 cucharadas de manteca de cacao
 - 10 gotas de aceite esencial de rosas
 - 1 gota de colorante rojo
- Verter en un molde de silicona cuadrado o con forma de rosa

Jabón corporal Exfoliante

- 50 gr de jabón en barra de glicerina
- 50 gr de jabón en barra de coco
- 2 cucharadas de cáscara de nuez
- 1 cucharada de aceite de coco extravirgen
- aceite esencial de teatree y bamboo relax
- 2 gotas de colorante naranja

Jabón de miel

- 100 gr de jabon de glicerina
 - 2 cucharadas de miel orgánica
 - 2 cucharadas de aceite vegetal de jojoba
 - 10 gotas de aceite esencial (5 gotas de miel, 5 gotas de vainilla)
- Verter en un molde de silicona hexagonal y utilizar plástico burbuja para crear efecto panal!

Jabón hidratante para rostro (suave hipoalergénico)

- 100 gr de jabón en barra de glicerina
- 1/2 cucharada de crema base
- 1 cucharada de manteca de karité
- 3 gotas de aceite esencial (caléndula y manzanilla)
- 1 cucharada de caléndula y manzanilla



¡MÁS RECETAS!

Espuma de baño sólida

- 6 cucharadas de bicarbonato de sodio
- 6 cucharadas de almidón de maíz
- 4 cucharadas de decyl glucósido o coco glucósido
- 2 cucharadas de manteca a elección
- 30 gotas de aceite esencial
- colorante (opcional)
- molde (opcional)



PROCEDIMIENTO: En un bowl no metálico, agregar el almidón de maíz, el bicarbonato y mezclar con el decyl o coco glucósido. Luego agregar de forma envolvente la manteca a elección. Agregar los aceites esenciales y comenzar a amasar. Agregar colorante si se desea, sin dejar de amasar hasta lograr el color deseado. Poner en un molde (opcional) Dejar reposar durante 48 hs a temperatura ambiente en un lugar fresco y seco. ¡Lista tu espuma de baño sólida!

Crema sólida

- 20 gr de cera de abeja
- 30 gr de manteca de cacao
- 15 gr de manteca de karité o mango
- 15 gr de aceite de coco extravirgen
- 25 gotas de aceites esenciales



PROCEDIMIENTO: Derretir a baño maria el aceite de coco, las mantecas y la cera de abeja (tarda un poco en disolverse, revuelvan con paciencia). Una vez que esta todo derretido, pasar todos los ingredientes a un bowl no metálico. Agregar el aceite esencial y revolver. Luego verter la preparación en un molde de silicona, dejar en el freezer durante 2/3 hs hasta verla bien firme, dejar reposar 72 hs y ¡Lista!

¡MÁS RECETAS!

Oleos para masajes

Podes elaborar todo tipo de preparaciones terapéuticas! Ya sea para tratar contracturas, dolores articulares, descongestivos, relajantes, etc.

Aceites vegetales base que puedes utilizar: almendras dulces, jojoba, ricino, palta, oliva, aceite base neutro.

Para 100 gr de aceite vegetal

- 30 gotas de aceite esencial
- 5 gotas de vitamina E
- una cucharada de aceite vegetal extravirgen de coco derretido
- 90 ml de aceites vegetales a elección (podés usar uno o combinarlos para añadir mas propiedades)



Fórmula base para desodorante sólido

- Un frasco de 60 gr
- 2 y media cucharadas de manteca de karité
- 1 cucharada de aceite de coco extravirgen
- 2 cucharadas de bicarbonato de sodio
- 2 cucharadas de harina de maiz
- 15 gotas de aceite esencial

PROCEDIMIENTO: Derretir la manteca con el coco. Luego agregar el bicarbonato de sodio, la harina de maíz, y mezclar bien hasta que no se vean grumos. Luego añadir los aceites esenciales.

Para transpiración excesiva, utilizar aceites esenciales de teatree, menta, limón (ojo que limón es fotosensible, si lo alcanza la luz del sol puede generar manchas en la piel) romero, eucalipto.

Para piel sensible, utilizar aceites esenciales de lavanda, manzanilla, caléndula y treatree.



AGUAS FLORALES A PARTIR DE ACEITES ESENCIALES

Muy útiles para incorporar en nuestras preparaciones de cremas, geles, emulsiones, jabones, tónicos, etc! Podemos obtener aguas florales a partir de aceites esenciales.

Necesitamos para 500 ml:

- Una botella color ámbar (puede ser de cerveza adecuadamente desinfectada)
- 500 ml de agua destilada
- un filtro de café
- Un aceite esencial floral a elección (manzanilla, rosas, lavanda, azhar, geranio, jazmín).

PROCEDIMIENTO: colocar el agua dentro de la botella ámbar, y agregar 25 gotas de aceite esencial floral elegido. Tapar y colocar en un lugar fresco y oscuro. Dejar durante 15 días, batir la botella cada dos días para asegurar que se mezclen bien los elementos. Una vez transcurridos los 15 días, procedemos al filtrado. Con el filtro de café, filtrar el agua. En el filtro quedara el aceite esencial, y el agua habrá absorbido muchos de los principios activos presentes en el aceite.

Tene en cuenta a la hora de preparar que el agua floral tendrá las propiedades del aceite esencial que elegiste. Por ejemplo, el agua floral de manzanilla será apta para pieles sensibles, el agua de rosas funcionará como tónico, etc. Agregalas a tus cosméticos para brindar sus beneficios!

AGUAS FLORALES: TIPS Y USOS

Si lo deseas, puedes agregar a tu preparación una cucharada de hierba o pétalos, tener en cuenta que esto acorta la vida útil de tu agua floral, recomendando agregar una cucharada de alcohol de cereal como conservante en este caso.



LAS MÁS ÚTILES EN COSMÉTICA

Agua de Lavanda: Es refrescante y purifica la piel, con un efecto regenerador y antiséptico.

Agua de Rosas: Tónico, revitalizante y astringente. Antiage, cicatrizante, antiinflamatoria.

Agua de Manzanilla: Alivia el enrojecimiento, es antiinflamatoria, limpia, tonifica, suaviza.

Agua de hamamelis: Astringente, equilibra el Ph, limpia, alivia quemaduras y enrojecimiento.

LIMPIADORES FACIALES

Agua micelar

Favorito de muchxs! El agua micelar es el limpiador y tónico facial por excelencia. No requiere enjuague una vez aplicado. Podemos hacerla a partir de cualquier agua floral que decidamos realizar, esta será la base y proveerá a la piel diferentes propiedades según lo que se necesite.

Para 100 ml de agua micelar

- Envase de 100cc con spray
- 100 cc de agua floral
- 1 cucharada de decyl glucósido
- 1 cucharada de glicerina vegetal
- 5 gotas de aceite esencial
- colorante vegetal 1 gota (opcional)



PROCEDIMIENTO: en un envase de 100 ml, colocar el agua floral, luego la glicerina vegetal, los aceites esenciales, y por ultimo el decyl glucósido y el colorante. Cerrar y mezclar. ¡Lista tu agua micelar!

Desmaquillante bifásico

Limpia la piel de impurezas, es emoliente y humectante.

Para un envase de 100 cc

- 30 ml de aceite vegetal a elección (tener en cuenta el tipo de piel, por ej: almendras dulces para pieles reseacas, el de germen de trigo pieles maduras, etc)
- 70 ml de agua floral o agua destilada
- una cucharadita de glicerina vegetal
- 10 gotas de aceite esencial
- 1 gota de colorante vegetal (opcional)

PROCEDIMIENTO: Colocar el agua floral, la glicerina, mezclar. Luego agregar el aceite vegetal, los aceites esenciales y el colorante. ¡Listo tu desmaquillante!

MÁS LIMPIADORES FACIALES

Leche hidratante y de limpieza

Una opción genial para limpiar e hidratar la piel al mismo tiempo. Se aplica directamente sobre el rostro y la retiramos con un paño luego. Puede usarse como desmaquillante.



Para 100 ml de Leche de limpieza

- 25 gr de crema base
- 60 ml de agua destilada
- 3 cucharadas de coco glucósido o decyl glucósido (puede usarse cualquiera de los dos)
- 5 gotas de aceite esencial (o sin aceite para hacerla hipoalergénica)

PROCEDIMIENTO:

- 1) Emulsionar (mezclando) la crema y el agua hasta que no queden grumos. Podes ayudarte con un batidor para café o con una minipimer para este procedimiento. Asegurate de que quede una mezcla homogénea, puede llevarte un rato.
- 2) Luego agregar el decyl o el coco glucósido, SIN BATIR! Tener en cuenta que estos elementos generan espuma.
- 3) Dejar reposar 30 minutos para que en el caso de que haya burbujas estas bajen.
- 4) Agregar los aceites esenciales si se desea y mezclar bien. Envasar una vez que veamos que no hay burbujas ¡Lista tu leche de limpieza!





MASCARILLAS

Las mascarillas son aptas para usos faciales y corporales. Las arcillas, serán su componente principal. Ya vimos todos los beneficios que proveen. Tener en cuenta, que partir de esta receta base puedes crear mascarillas a tu gusto, las arcillas, los aceites y demás componentes los vas a combinar de acuerdo a los resultados que quieras lograr. Las mascarillas con arcilla tienen una duración de 3 meses

MASCARILLAS FACIALES

- Arcilla (caolín, bentonita, verde) 100 gr
- Aceite esencial 10 gotas
- Aceite vegetal a elección 5 gotas
- Agua destilada o agua floral c/n
- Vitamina E 2 gotas

MASCARILLAS CORPORALES

- Arcilla (caolín, bentonita, verde) 100 gr
- Aceite esencial 20/30 gotas
- Aceite vegetal 10/15 gotas
- Agua destilada o floral c/n
- Vitamina E 5 gotas

PROCEDIMIENTO: En un bowl no metálico, colocar la arcilla, e ir agregando los demás elementos siendo lo último el agua destilada. ir agregando de a poco y mezclando, una vez que logres una consistencia homogénea. ¡Lista! vida útil 3 meses, puedes prolongar su duración guardando en heladera.



MASCARILLAS PRISMA ALQUIMIA

¡PARA INSPIRARTE!

Mascarilla facial mineralizante

- 50 gr de arcilla de bentonita
- Hidrolato de romero c/n
- Aceite esencial 2 teatree, 2 te verde
- aceite vegetal de jojoba 2 gotas
- Vitamina E 2 gotas

Mascarilla facial exfoliante y revitalizante

- 50 gr de arcilla de caolín
- 1 cucharadita de cascarilla de cacao (puede reemplazarse con avena, semillas de amapola, cascaras de nuez, etc)
- Aceite de almendras dulces 2 gotas
- Aceite esencial de almendras 1 gota
- Aceite esencial de chocolate 2 gotas
- Agua destilada c/n
- Vitamina E dos gotas

Mascarilla facial de carbón detox

- 30 gr de carbón activado
- 20 gr de arcilla de caolín
- aceite de pepitas de uva 3 gotas
- agua destilada c/n
- aceite esencial de limón 2 gotas
- Vitamina E 2 gotas

Mascarilla exfoliante corporal

- 50 gr de arcilla verde
- 1 cucharada de semillas de amapola
- Agua de hamamelis c/n
- 1 cucharada de aceite de pepitas de uva
- Vitamina E 4 gotas

Mascarilla corporal anticelulítica

- Arcilla verde 25 gr
- Arcilla de caolín 25 gr
- Aceite vehicular de rosa mosqueta 1 cucharada
- (opcional) 1/2 cucharada de extracto glicólico anticelulitis (aprende a hacerlo en el curso de fitoterapia)
- Aceite esencial 10 gotas (incienso, rosa mosqueta)
- Agua destilada c/n

Mascarilla purificadora y de limpieza corporal

- Arcilla de bentonita 50 gr
- (opcional) Oleato de lavanda 1 cucharada (aprende a hacerlo en el curso de fitoterapia)
- Aceite esencial de teatree 10 gotas
- Vitamina E 5 gotas

PLUS: ¡MASCARILLAS NATURALES Y CASERAS PRISMA ALQUIMIA!

Mascarilla facial refrescante y de limpieza

- Aloe vera pulpa de 1 hoja
- 1/2 pepino (parte interna)
- 1 cucharadita de limón
- 1 cucharadita de almidón de maíz

PROCEDIMIENTO: Licuar o machacar el aloe y el pepino. Añadir el jugo de limón, el almidón de maíz, mezclar. Aplicar en el rostro, dejar actuar 15 min y enjuagar con agua tibia.

Mascarilla facial protéica antiage

- 1 clara de huevo
- 1/2 cucharada de miel
- 1 cucharada de harina de arroz/trigo/avena

PROCEDIMIENTO: Mezclar todos los ingredientes hasta obtener una pasta homogénea. Aplicar en el rostro, dejar actuar 10 minutos, enjuagar con agua tibia.

Mascarilla facial nutritiva

- 1 cucharada de avena
- 1 cucharada de agua
- 1 cucharada de yogurt natural/leche/aceite de coco

PROCEDIMIENTO: Mezclar todos los ingredientes, aplicar sobre el rostro, dejar actuar 15 minutos, enjuagar con agua tibia

Mascarilla capilar nutritiva

- 1/2 banana
- 1/2 Palta
- 1 cucharada de yogurt natural/aceite de coco extravirgen (opcional)

PROCEDIMIENTO: Machacar la banana y la palta, mezclar con el yogurt. Aplicar con cabello húmedo sobre el cuero cabelludo, largos y puntas. Dejar actuar 20 min, enjuagar.

Mascarilla Exfoliante facial/corporal

- 1 cucharada de café granulado
- 1 cucharada de miel/avena
- 1 cucharada de crema base/yogurt natural/una clara de huevo

PROCEDIMIENTO: Mezclar todos los ingredientes, aplicar sobre las zonas a tratar con masajes circulares. Dejar actuar 5 min. Enjuagar.

Mascarilla capilar brillo

- 1 huevo entero
- 1 cucharada de miel/perejil picado/jugo de pulpa de aloe vera
- 1 cucharada de aceite de coco extra virgen
- 1 cucharada de vinagre/limón

PROCEDIMIENTO: Batir bien todos los ingredientes. Aplicar en raíces, largos y puntas. Dejar actuar 20 min, enjuagar



SERUM'S TERAPÉUTICOS

Blend (conjunto) de aceites esenciales y vehiculares. Utilízalos como antioxidante facial (trata y previene arrugas) para nutrición de la piel, como reparador, hidratante, reafirmante, anticelulitis, para las estrías ¡y mucho más!

Formula base del serum

Para 60 ml (gotero ámbar)
-50 ml de aceite vegetal a elección
(podes combinarlos para crear un efecto más completo, por ej: 25ml aceite vehicular de almendras + 25ml rosa mosqueta para tratar la celulitis)
-5 gotas de aceite de semillas de pomelo
-10 gotas de aceite esencial
-5 gr derretidos de manteca vegetal o aceite extra virgen de coco (a elección).

PROCEDIMIENTO: Derretir la manteca/aceite de coco, mezclar con los aceites vegetales elegidos. Colocar la mezcla en un gotero de 60 ml. Agregar el aceite de semillas de pomelo y los aceites esenciales. Tapar y mezclar. Conservar en lugar oscuro y fresco.

Pueden utilizarlos también en envases roll on, para esto deberán realizar toda la mezcla y por ultimo envasar.



RECETAS DE SERUM'S PRISMA ALQUIMIA PARA INSPIRARTE!

Serum de tratamiento reafirmante: aceites vegetales de rosa mosqueta y almendras dulces, manteca de cacao, aceite esencial de rosa mosqueta, romero y sándalo.

Serum antiage: Aceites vegetales de rosa mosqueta y germen de trigo, manteca de karite, aceite esencial de incienso, mirra, lavanda.



Serum de nutrición y antioxidante: aceite vegetal de palta, manteca de mango, aceite esencial de pamalarosa, limón y cedro.

Serum de tratamiento para pieles sensibles: aceite vegetal de jojoba, manteca de karité, aceite esencial de manzanilla y caléndula

Serum para el contorno de ojos (bolsas y ojeras): Aceite vehicular de sésamo y aceite de pepitas de uva, aceite esencial de aloe vera, menta y lavanda, y en reemplazo de la manteca, aceite extravirgen de coco.





TIPOS DE CABELLO

Los tipos de cabello, pueden ser: **rizado, ondulado o lacio**. Estas características están determinadas por la genética y la forma de los folículos pilosos (cavidades donde nace el pelo). Por otro lado, el cabello puede ser **seco, graso, o normal**, y esto depende de la actividad de las glándulas sebáceas, que son las encargadas de producir el sebo. Este componente es el que hace que tu cuero cabelludo vaya tomando un aspecto graso entre los lavados.

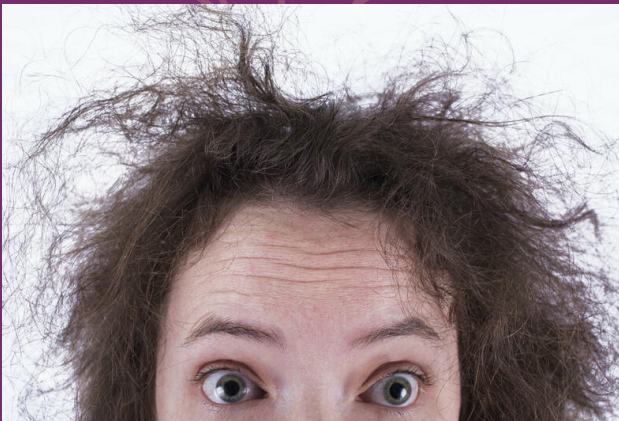
Los cambios hormonales en ciertas etapas de la vida como la pubertad o el embarazo, la dieta, las emociones, la circulación sanguínea, el consumo de medicamentos, el envejecimiento, pueden aumentar o disminuir la producción de sebo. Esta secreción, es creada naturalmente, y otorga fuerza y brillo al cabello. En ocasiones, el sebo puede ser excesivo produciendo cabello graso o puede haber una disminución, obteniendo como resultado el cabello reseco.



Los tipos de cabello (lacio, ondulado y rizado) ya los conocemos, en cosmética natural, podemos crear productos que trabajen sobre el cuero cabelludo, enfocandonos sobre la raíz del pelo y brindando nutrientes esenciales en este punto. Nombraremos 3 categorías, y 2 problemáticas que podemos solucionar con nuestros cosméticos.

TIPOS DE CABELLO: NORMAL, SECO, GRASO, MIXTO

Cabello normal: no tiende a resecarse, no genera mucho frizz ni suelen abrirse fácilmente las puntas, no tiene un volumen excesivo ni muy poco, por otro lado tampoco es graso, no se apelmaza, con excesivo brillo e inclinación a quedar lacio.



Cabello seco: Pueden observarse puntas abiertas, el cabello luce apagado y encrespado, es poco flexible, al peinarlo se parte, no tiene brillo ni movimiento, es áspero al tacto. Puede ser consecuencia de las tinturas/planchado etc.

Cabello graso: Se caracteriza por una producción excesiva de sebo. Lo que sucede, es que la grasa sobrante se desliza a lo largo del cabello o se concentra en la raíz. El pelo luce aceitoso y húmedo, sobre todo en las raíces.

Cabellos mixtos: grasos en la raíz y secos en las puntas.



PROBLEMAS HABITUALES: CAÍDA Y CASPA

Caspa

Es una afección muy común que afecta al cuero cabelludo. Las causas pueden ser cuestiones de higiene, piel irritada y/o grasosa, un hongo (malassezia) que se alimenta de los aceites del cuero cabelludo, piel seca y descamación, sensibilidad a algún producto químico (dermatitis de contacto), otras afecciones de piel como psoriasis o eczema.



Caída del cabello

Puede que afecte no solo al cuero cabelludo sino a todo el cuerpo. Sus causas pueden ser por factores hereditarios, de la edad, cambios hormonales, cambios en la dieta, estrés, enfermedades o producida por efecto secundario de medicamentos.



ACEITES SEGÚN TIPO DE CABELLO

ACEITES ESENCIALES

SECO	NORMAL	GRASO	CAÍDA	CASPA
Manzanilla	Ylang ylang	Albahaca	Lavanda	Ciprés
Calendula	Manzanilla	Romero	romero	Limón
Hamamelis	Lavanda	Ciprés	Amaro	Pachouli
romero	Romero	Limón	Cedro	Pino
Almendras	Citronella	Salvia	Ylang ylang	Romero
Argan	Menta	Eucalipto		Teatree
Coco	Cedro	Tomillo		te verde
Perejil	Eucalipto	enebro		Menta
sándalo	geranio	teatree		Tomillo

ACEITES VEHICULARES/VEGETALES

SECO	NORMAL	GRASO	CAÍDA	CASPA
PALTA	JOJOBA	JOJOBA	RICINO	COCO
COCO	GERMEN DE TRIGO	COCO	OLIVA	JOJOBA
JOJOBA	ALMENDRAS DULCES		GERMEN DE TRIGO	
ALMENDRAS	PEPITAS DE UVA			

FÓRMULAS Y RECETAS PARA TRATAMIENTO CAPILAR

Es muy importante reemplazar nuestro shampoo y acondicionador habitual por uno que sea de base natural y que cumpla con las necesidades de nuestro cabello.

Utilizamos bases neutras para crear productos pensados para cada caso particular. Aquí agregaremos y combinaremos los aceites vegetales y esenciales para adaptar nuestras creaciones a lo que se quiera tratar. Con estas fórmulas tenemos las bases para ¡Explotar la creatividad! También pueden agregarse extractos vegetales (podes aprender a hacerlos en el curso de fitoterapia).

Shampoo gel

- 200 cc de shampoo base líquido
- 15 gotas de aceite esencial
- 1 gota de vitamina E
- 4 gotas de aceite vegetal
- 1 cucharada de extracto (opcional)



Acondicionador gel

- 200cc de acondicionador líquido base
- 15 gotas de aceite esencial
- 1 gota de vitamina E
- 1 cucharadita de manteca o aceite vegetal (opcional)
- 1 cucharada de extracto (opcional)



SHAMPOO SÓLIDO

Formula base para el shampoo sólido

- 50 gr de cocoil isetionato de sodio
- 3ml de agua destilada
- 1 cucharadita de decyl glucósido
- 1 cucharadita de coco glucósido

Agregados

- 3 ml de aceite vegetal/vehicular
- 1 cucharada de manteca o aceite de coco extra virgen
- 20 gotas de aceite esencial
- colorante unas gotas (opcional)
- 1 cucharada de hierbas (opcional)
- 1 cucharada de arcilla (opcional, para shampoo de tratamiento, si se utiliza, agregar 2 ml adicionales de agua destilada)

PROCEDIMIENTO:

- **1)** En un bowl no metálico, agregar el cocoil isetionato de sodio, luego el decyl y el coco glucósido y revolver **(ojo, que el cocoil es bastante volátil)**
- **2)** mientras se va mezclando agregar el agua destilada, la manteca, el aceite vegetal, los aceites esenciales. Por ultimo, amasar, agregar colorante hasta obtener el color deseado (opcional).
- **3)** Dar forma con las manos o colocar en un molde. Dejar una hora en el freezer y 48 hs en un lugar fresco y seco. ¡Listo tu shampoo!



RECETAS PRISMA ALQUIMIA PARA INSPIRARTE!

Shampoo líquido de tratamiento para cabellos grasos y con caspa

- 200 ml de shampoo líquido base
- 15 gotas de aceite esencial (5 teatree, 5 limon, 5 romero)
- Aceite de coco extra virgen una cucharada
- una gota de Vitamina E.

Shampoo sólido para cabello normal

- 50 gr de cocoil isetionato de sodio
- 1 cucharadita de decyl glucósido
- 1 cucharadita de coco glucósido
- 2,5 ml de agua destilada
- 1 cucharada de manteca de karité
- 20 gotas de aceite esencial (geranio, manzanilla, ylang ylang)
- colorante rosa 4 gotas

Shampoo líquido para cabellos dañados o resecos

- 200 ml de shampoo base líquido
- 15 gotas de aceite esencial (5 lavanda, 5 argán, 5 caléndula)
- 1 cucharadita de extracto glicólico de manzanilla y hamamellis (opcional, enseñó a hacerlos en el curso de fitoterapia)
- 4 gotas de aceite vegetal de almendras.

Shampoo sólido reparador y anticaída

- 50 gr de cocoil isetionato de sodio
- 1 cucharadita de decyl glucósido
- 1 cucharadita de coco glucósido
- 2,5 ml de agua de hamamellis
- 4 ml de aceite vehicular de ricino
- 20 gotas de aceite esencial (amaro, cedro, lavanda)

¡MÁS RECETAS!

Acondicionador sólido

Fórmula base

- 10 gr de alcohol cetílico
- 10 gr de alcohol cetoestearílico
- 25 gr de BTMS
- 10 gr de manteca a elección
- 15 ml de aceite vegetal a elección
- 20 gotas de aceite esencial a elección
- Recipiente de silicona
- 1 cda de hierbas secas, colorante (opcional)

podes reemplazar los alcoholes (cetílico y cetoestearílico) por 25 gr de cera de abeja.



PROCEDIMIENTO:

- 1) Derretir a baño maría el alcohol cetílico, el alcohol cetoestearílico (o la cera de abeja) + el BTMS. **OJO! Por que estos componentes si los sacamos del fuego se endurecen muy rápido.** Es importante que los ingredientes estén bien disueltos.
- 2) Retirar del fuego y agregar los 10 gr de manteca. Luego, agregar el aceite vegetal, y el aceite esencial.
- 3) Colocar en un recipiente/molde de silicona, y dejar 2 hs en el freezer. Retirar, y dejar 48 hs en un lugar fresco y seco. ¡Listo tu acondicionador sólido!

RECETAS PRISMA PARA INSPIRARTE

Acondicionador solido de tratamiento y nutrición

- 10 gr de alcohol cetílico
- 10 gr de alcohol cetoestearílico
- 25 gr de BTMS
- 10 gr de manteca de cacao
- 10 ml de aceite vegetal de ricino
- 5 ml de aceite vegetal de almendras dulces
- 20 gotas de aceite esencial (ylang ylang, cedro, te verde)



Baño de crema sólida

- 20 gr de cera de abeja
- 25 gr de BTMS
- 10 gr de manteca de karité
- 5 gr de manteca de cacao
- 15 gr de aceite extra virgen de coco
- 20 gotas de aceite esencial (argán, coco)
- 2 gotas de vitamina E

Modo de uso: Colocar en largos y puntas, dejar actuar durante 20', aplicar gorro de plástico y calor. Enjuagar.



SERUM'S CAPILARES

Son muy útiles a la hora de hidratar y humectar el cabello. Brindan muchos nutrientes, dan brillo y vitalidad. Pueden utilizarse durante la noche sobre el cuero cabelludo, o sin enjuague sobre las puntas, dependiendo del efecto que se quiera lograr.



Serum capilar líquido

Formula base

- Frasco gotero de 30cc
- 5 ml de aceite de coco extra virgen
- 25 ml de aceites vegetales/vehiculares
- 5 gotas de semillas de pomelo
- 10 gotas de aceite esencial

PROCEDIMIENTO: Derretir el aceite de coco y mezclar con los aceites vehiculares/vegetales y los aceites esenciales. Luego agregar las semillas de pomelo. ¡Listo tu serum capilar!

Serum capilar sólido

Formula Base

- Frasco con tapa de 30cc o molde de 30cc
- 25 gr de mantecas a elección
- 5 gr de aceite de coco extravirgen
- 1 gota de vitamina E
- 20 gotas de aceite esencial

PROCEDIMIENTO: derretir las mantecas junto con el aceite de coco extra virgen. Agregar la vitamina E, y los aceites esenciales. Colocar en el molde o envasar en un frasco. Dejar reposar 24 hs. Conservar en lugar fresco y seco.

¡RECETAS PRISMA PARA INSPIRARTE!

Serum líquido para puntas abiertas

- 5 ml de aceite extra virgen de coco
- 4gr de manteca de cacao
- 20cc de aceite de almendras
- 5 gotas de semillas de pomelo
- 8 gotas de aceite esencial de argan

Serum para cabellos dañados (teñidos, maltratados por el calor)

- 15 gr de aceite de germen de trigo
- 10 gr de aceite de palta
- 5 gr de aceite de coco extra virgen
- 5 gotas de semillas de pomelo
- 5 gotas de aceite esencial de almendras
- 5 gotas de aceite esencial de vainilla

Serum capilar sólido nutrición

- Frasco con tapa de 30cc o molde
- 10 gr de manteca de cacao
- 10 gr de manteca de karité
- 4 ml de aceite vehicular de palta
- 5 gr de aceite de coco extra virgen
- 1 gota de vitamina E
- 20 gotas de aceite esencial (coco, sándalo, vainilla)

Serum para brillo

- 25cc de aceite vegetal de pepitas de uva
- 7 gotas de aceite esencial de Ylang ylang
- 5 gotas de semillas de pomelo
- 1 gota de Vitamina E.



PLUS: BÁLSAMOS LABIALES



Bálsamo de tratamiento

- 20 gr de aceite vegetal
- 20 gramos de manteca de karité
- 10 gr de cera de abeja virgen.
- 10 gotas de aceite esencial (opcional)
- 3 gotas de vitamina E
- Colorante (opcional)

PROCEDIMIENTO: derretir manteca y cera de abeja. Agregar los aceites y la vitamina E. Envasar

Bálsamo de protección

- 10 Gr de manteca de cacao
- 10 gr de manteca de karité
- 5 gr de aceite de coco extra virgen
- 5 gotas de aceite esencial (opcional)
- 3 gotas de vitamina E
- colorante(opcional)

PROCEDIMIENTO: derretir las mantecas y el aceite de coco, agregar el aceite, la vitamina E, y el colorante. Envasar.

Bálsamo gloss brillo

- 10 gr de aceite de ricino
- 10 gr de aceite de almendras dulces
- 15 gr de manteca de cacao
- 5 gotas de aceite esencial
- 10 gr de cera de abeja
- colorante(opcional)

PROCEDIMIENTO: Derretir a baño maria la manteca y la cera de abeja, retirar del fuego, agregar los aceites vegetales y esenciales, y la Vitamina E. Envasar

PLUS: PASTA DENTAL

Pasta dental blanqueadora

- 1 cucharada de aceite de coco
- 1/2 cucharada de bicarbonato de sodio
- 1/2 cucharada de arcilla blanca
- 2 gotas de aceite esencial (menta, eucalipto, romero)
- Sal marina una pizca



Procedimiento: Derretir el coco, agregar la arcilla, el bicarbonato, la sal marina y el aceite esencial. Aplicar en el cepillo de dientes, mojar y utilizar. (No te asustes si no hace la misma espuma que el dentífrico industrial, la función la cumple de todas formas)

Pasta dental simple

- 3 cucharadas de bicarbonato de sodio
 - 4 cucharadas de aceite de coco
 - 1/2 cucharada de stevia (opcional)
 - 10 gotas de aceite esencial de menta (opcional)
- Frasco de vidrio pequeño

PROCEDIMIENTO: Derretir el aceite de coco, agregar el bicarbonato, la stevia, el aceite esencial. Envasar.



PLUS: RECETAS PARA EL HOGAR

Limpiador Multiusos

- Pulverizador de 200ml con spray
- Frasco/botella de 200ml
- 50 ml Vinagre de alcohol/manzana
- 50 ml de alcohol etílico o de cereal
- 100 ml de agua destilada
- Cáscaras de cítricos
- Aceite esencial de naranja y limón

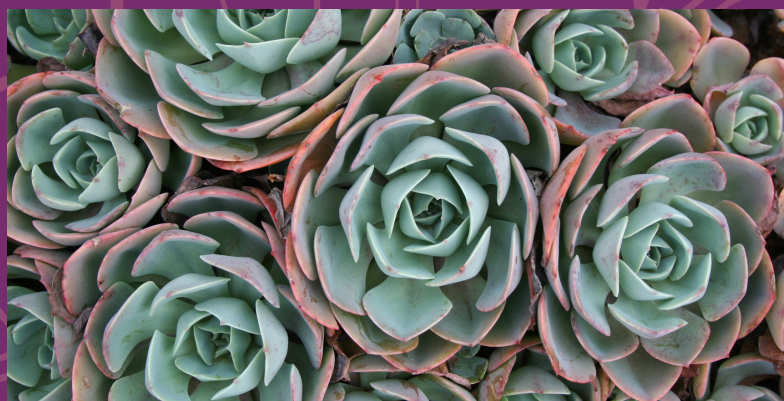


Procedimiento: En un frasco, colocar las cascaras de cítricos (mandarina, limón, naranja, pomelo) hasta que lleguen a tope. Luego rellenar con el vinagre, el alcohol, los aceites esenciales y el agua. Dejar reposar por una semana. Mezclar todos los días. Luego colar y envasar solo el líquido en pulverizador.

Usos: Multisuperficies, es desinfectante y desengrasante, apto para limpieza de cocina, baños, etc.

Fertilizante para plantas

- Un hueso de palta (semilla)
- 1 cascara de banana
- 50 gr de legumbres
- Cáscaras de huevo
- Borra de café
- Agua c/n



Procedimiento: Hervir durante 10 minutos el hueso de palta junto con las cascaras de huevo. Retirar del fuego, añadir las legumbres, el café y la cascara de banana. Dejar reposar 12 hs. Colar, y mezclar en proporción, 1 parte de fertilizante con 4 partes de agua. Utilizar una vez por semana. Cada ingrediente es fertilizante por si mismo asi que podes ir variando y alternando la receta!

LISTA DE PROVEEDORES DE INSUMOS EN ARGENTINA

VELUZ AROMAS

CEL: 1131780486

<https://www.facebook.com/veluzaromas>
GBA y capital federal, Buenos Aires

Insumos M y M

<https://www.insumosmym.com/>
Dirección: Av. Juan B. Justo 3726, CABA
Tel: 011 4583-2825

QUIMICA OESTE

Tel: 011 4649-9900
<http://www.quimicaoeste.com.ar/>
Dirección: Av. Rivadavia 10950,
CABA.

Química Martin

Dirección: Calle 73 y 5
n°487, B1900 La Plata, Buenos Aires
Tel: 0221 452-6018
<https://www.facebook.com/quimicamartin>

QUIMICA ANDINA

<http://www.quimicaandina.com.ar/>
Tel: 02614316383
Mendoza Capital

Megaenvases S.A.

Dirección: Av. Riestra 1751, C1437HIG
CABA. Tel: 011 4922-5211

MARIFER-Cotillón/Envases

Dirección: Albarracín 620, Bariloche, Río
Negro Tel: (0294) / 15-4698715

DISTRIBUIDORA VAN ROSSUM S.R.L

<https://www.vanrossum.com.ar>
Tel: 011 45545787
Capital Federal – Buenos Aires

Insumos SC

Dirección: Palermo,
CABA. MercadoLibre, envíos a todo el país.
Tel: 1165469791 (WhatsApp)

QUIMICA INDUSTRIAL BAHIENSE S.A

Tel: 0291 4555223
<http://quimicaindustrialbahienese.com.ar/>
Bahía Blanca – Buenos Aires

Química Halac

Alvear 398 esq. Catamarca - Centro
Córdoba Capital
<http://quimicahalac.com.ar/>

QUIMICA CHEMIX

Tel: 0299 4483374
<http://www.quimicachemix.com/>
Neuquén Capital

La Casa de los Mil Envases

Dirección: Av. La Plata 1583, C1250AAF CABA.
Tel: 011 4924-8029

Alsina Farmacia Herboristeria (Aceites
esenciales Casa Gaja y algunas hierbas)
Dirección: Adolfo Alsina
2842, C1207 CABA

www.mercadolibre.com.ar

¡GRACIAS!

¡Felicitaciones! ¡Ya estas listx y puedes elaborar infinitas preparaciones! Hemos llegado al final de este recorrido. Espero que con todos estos conocimientos puedas lograr crear tu sello personal, que reinventes y le des tu toque a cada producto. Nunca olvides que creando de manera natural no solo estas generando un habito saludable para vos y lxs que te rodean, sino que estas creando productos con mucho menos impacto ambiental y eso hoy en día es un aporte enorme. Gracias por haber elegido este curso, y espero de corazón que tu crecimiento no tenga límites. Cuanto más amor le pongas a tu proyecto, más lejos va a llegar.

No copies, imaginá y creá algo nuevo, respeta el trabajo de los demás y reconocelo, seguí capacitándote siempre... ¡Animate a emprender!

Aquí voy a estar para acompañarte en este camino...

No hay limite para crecer. Hasta pronto!

Micki, Prisma Alquimia

Copyright © Todos los derechos reservados, Micaela Julieta Terranova, Prisma Alquimia (2020). Prohibida la venta, copia o reproducción de este libro digital.