

Cosmética Natural Casera 3ª edición



100
recetas
y +



14 clases
1 año de
asistencia en foros.

comienza
22 DE SEPTIEMBRE
acceso a la escuela
para siempre

Temática del curso online

Clase 1 Introducción en el mundo de la cosmética

- Breve Historia de los cosméticos
- Nuestra piel
- Tipos de piel y sus necesidades
- Factores que estropean nuestra piel
- Cómo rejuvenecer la piel en 60 días, cuidado holístico.
- ¿Por dónde comenzamos?
- El lugar de trabajo
- Utensilios de la cosmética casera
- El envasado y almacenaje
- Tabla de conversión volumen/densidad/masa
- Ficha adjunta: Mi Lista de chequeo 1
- **Video: La Historia de los Cosméticos**

Clase 2 Seguridad, higiene y legislación

- Seguridad e Higiene
- Reglas para la elaboración casera
- Manipulación de insumos
- Esterilización de material, Cómo desinfectar en casa
- La Esterilización, La Pasterización.
- La Conservación, Microorganismos y su resistencia
- Tratamiento térmico baño de maría
- La ficha de Trazabilidad de insumos y formulaciones
- Etiquetas, Cómo leer la etiqueta de un cosmético
- Legislación y Certificaciones
- 15 ingredientes sospechosos de toxicidad
- Diseños de etiquetas para tus cosméticos
- Lista de insumos cosméticos por INCI, función y composición
- Práctica: haciendo mi propia Ficha de trazabilidad
- Práctica: ejercicio, sabes leer las etiquetas cosméticas?

Clase 3 Componentes de un cosmético

- Componentes de un cosmético
- Los ingredientes cosméticos por naturaleza
- Qué es un excipiente
- Qué es un principio activo y un aditivo
- Los ingredientes según su función
- Los excipientes

- Los activos: extractos de plantas y otros activos sintetizados y naturales
- Los aditivos: las fragancias, los conservantes, los correctores de pH, los emulgentes, agentes de textura, etc.
- Los vocablos de la cosmética natural
- Práctica: preparar un conservante casero

Clase 4 Los extractos de las plantas

- Propiedades de las plantas
- Los compuestos de un extracto vegetal
- Formas Galénicas para uso tópico
- Extractos hidroglicólicos
- Extractos glicólicos
- Extractos hidroalcohólicos
- Extractos glicerizados
- Extractos hidroalcohólicos glicerizados
- Oleatos o macerados oleosos
- Infusiones
- Decocciones
- Reducciones
- Dosificación de los extractos
- Dossier especial: Los Aceites Esenciales
- Aceites y oleatos, función y utilidad
- Activos cosméticos, utilización y dosis
- Activos cosméticos para cada tipo de piel
- Aceites esenciales: utilidad y aplicaciones por tipo de piel
- Práctica: Preparación de un extracto de cada tipo.
- Práctica: preparar un Hidrolato casero
- **Video: cómo preparar un hidrolato de pepino**

Clase 5 Formas cosméticas

- Clasificación de los cosméticos
- Cosméticos según su forma cosmética
- Formas cosméticas acuosas
- Lociones, disoluciones y tónicos
- Geles
- Cremas geles
- Dosis y usos de las gomas vegetales
- Las formas cosméticas anhidras
- Bálsamos
- Aceites
- Ceratos
- Las emulsiones
- Emulsiones O/W
- Emulsiones W/O
- Otros tipos de formas cosméticas
- Uso y dosis de conservantes y antioxidantes
- Práctica: preparamos una forma anhidra (manteca) y una acuosa (gel)
- **Video: cómo preparar un bálsamo labial en tarro**

Clase 6 Recetas para Limpieza facial y corporal

- Consejo para elaborar tus cosméticos
- Emulsiones limpiadoras
- Leche de limpieza

- leche de limpieza con aae
- Crema de limpieza W/O
- Crema limpiadora de pepino y saúco
- Limpiadora de palmarosa y flor de tilo
- Leche suave de manzanilla
- Crema limpiadora de aguacate
- Crema limpiadora con lanolina
- Limpiadores con ingredientes Frescos
- Limpiador de arroz para pieles grasas
- Limpiador refrescante cítrico
- Leche limpiadora de pepinos
- Limpiador e hidratante de jojoba
- Limpiador de yogurt
- Loción limpiadora de manzana
- Limpiadora de Helicriso para pieles sensibles
- Practica: preparar una leche de limpieza.
- **Video: cómo preparar una leche de limpieza calcárea**

Clase 7 La tonificación: Tónicos y Lociones

- Tónicos y Lociones
- La tonificación
- Tónicos y Lociones
- Loción de malva y Rosa
- Limpiador Victoriano
- Tonificador de manzanilla
- Tónico de Uva
- Loción reafirmante de ácido hialurónico
- Tonificador de Limón y Olmo Escosés
- Astringente de menta
- Loción Hidratante de miel
- Agua tonificante de pepino y rosas
- Tónico refrescante cítrico
- Loción tónico purificante para pieles con acné
- Loción tonificante para pieles secas
- Súper Loción tonificante para piel acnéica
- Loción limpiadora de lavanda
- Loción Bifásica desmaquillante de Petit grain
- Loción bifásica desmaquillante de Cassis
- Loción depuradora para pieles con acné
- Loción trifásica de Urucúm y Papaya
- Loción trifásica de Hipérico
- Loción Limpiadora de menta y limón

Clase 8 La exfoliación

- Las Recetas de exfoliantes, scrubs y gomage
- Que es la exfoliación
- Cuando exfoliar la piel
- Lo que sí y lo que no
- Cómo exfoliar
- Exfoliantes Frescos
- Exfoliante de Salvado de avena y trigo
- Exfoliante de piña y bamboo
- Limpiador a la menta
- Exfoliante de jengibre
- Peeling
- Peeling rejuvenecedor con ácido de frutas

- Peeling suave regenerador de rosa y albaricoque
- Peeling regenerador de rosa y zanahoria
- Scrubs
- Gel scrub Face & Body de higo
- Body sugar scrub rosa al ylang ylang
- Body scrub de naranjas dulces
- Pastel de zapallo especiado sugar scrub
- Pastel de manzanas body scrubs
- Coco & Jengibre sugar scrub
- Coconut sea salt body scrub
- Scrub de naranjas dulces y sal
- 3 recetas de sugar scrub con aceite mineral
- Scrub de lavanda
- Scrub de fresas
- Bibliografía
- Practica: exfoliante scrub y exfoliante en gel.

Clase 9 Los emulgentes

- El agua y el aceite
- Los emulsionantes o emulgentes
- Formación y estabilización de una emulsión
- Estabilidad de una emulsión
- Formas de inestabilidad
- Cómo elegir el emulgente adecuado
- Qué es el HBL
- Clasificación de los emulgentes.
- Emulgentes iónicos
- Emulgentes no iónicos
- Hidrocoloides
- Sólidos coloidales
- Tablas comparativas de emulgentes
- Cuadro guía de uso de emulsionantes naturales
- Practica: elaboramos un emulsionante natural casero

Clase 10 Hidratación, Recetas cremas y productos hidratantes

- Recetas nutritivas e hidratantes
- crema base para pieles normales
- crema base para pieles mixtas a grasas
- crema base para pieles normales a secas
- Crema base de noche para todo tipo de pieles
- Crema base hidratante ligera para pieles delicadas
- Aceite nutritivo de naranjas dulces
- Loción hidratante y nutritiva de miel
- Hidratante antiséptico de mirra
- Baño hidratante de leche y romero
- Crema de germen de trigo y Karité
- Crema hidratante de pepino
- Crema nutritiva de almendras y palo de rosas
- Contorno de ojos de avena y arroz
- Crema hidratante de oliva y aloe vera
- Crema ligera para ELLOS
- Crema de aloe vera
- Crema de rostro antiarrugas
- Aceite de afeitado de onagra y vetiver

- Crema anti-age gourmet
- Crema humectante para pieles normales a secas
- Crema anti-estrías para embarazadas
- Crema para pieles sensibles de llantén y caléndula
- Crema para pieles sensibles de albaricoque
- Crema corporal para bebés
- Crema anti-rojeces para pieles sensibles
- Crema fría reparadora de Helicriso
- Practica: elaborar una crema anti-age
- Video: cómo elaborar una crema

Clase 11 La hora del baño, limpieza e hidratación

- Shampoo, aceites, jabones, sales y lociones
- Los tensioactivos
- Fórmulas básicas con aceite de Ricino sulfonado
- Espumas de baño, geles y sales
- Baño de frambuesa
- Elixir de miel y limón
- Baño energizante de pomelo y mandarina
- gel de ducha de papaya y jengibre
- gel de vainilla y pera
- gel de manzana acaramelada
- Gel de ducha de leche y aloe vera
- gel de ducha básico con SLSA
- gel de ducha dorado
- Shampoo acondicionador de rosa y jazmín
- shampoo con proteína de arroz
- Mascarillas frescas para el cabello
- mascarilla de germen de trigo
- mascarilla de mayonesa y aguacate
- mascarilla de coco
- Sales de baño y bombas efervescentes
- Sales de baño de geranio y naranja
- Sales del mar muerto con granada
- Pastillas efervescentes de menta y lima
- Bombones efervescentes
- Cubos de azúcar
- Bombas efervescentes de manzana y canela
- Jabones de glicerina
- Jabón de caléndula
- Jabón de manzanilla
- Jabón de lavanda
- Jabón de leche y miel
- Jabón de canela, avena y miel
- Practica: elaborar un gel de baño y una sal de baño
- Practica: elaborar un Jabón de glicerina
- Video: cómo elaborar un jabón de canela, avena, leche y miel

Clase 12 La Hora del Masaje, velas de soja

- Las velas de masajes
- Los materiales e ingredientes
- Ficha técnica de la cera de soja
- Composición y fórmula de la vela de masaje

- Los aceites nutrientes
- Recetas de velas
- Coloración natural en velas
- Aromaterapia en las velas y aceites de masajes
- Los aceites esenciales, dosis y usos
- Practica: elaborar un pabulo y una vela de masajes
- Video: cómo elaborar un pabulo para vela de masajes
- Video: cómo elaborar una vela de masajes

Clase 13 aceites, bálsamos y mantecas

- Formas cosméticas anhidras
- Mantecas y aceites para el baño
- bálsamos, aceites ceratos y mantecas
- Aceites esenciales para masajes y baños
- Recetas de mantecas y aceites
- Barra hidratante de romero
- Manteca Batida nutritiva de karité
- Mantequilla foundant de algodón
- aceite de zanahoria para el bronceado
- aceite dorado y perfumado para cuerpo
- Aceite de baño de pino y eucalipto
- Aceite corporal relipidante de kukui
- Body balm isla del caribe
- Aceite de baño dulces sueños
- Baño de aceite del mediterráneo
- Baño purificante de jojoba
- Baño hidratante de caléndula
- Bálsamos labiales en tarro y en stick
- Recetas de bálsamos labiales
- Practica: elaborar una barra de masajes perfumada
- Practica: elaborar un bálsamo labial en Stick
- Video: Bálsamo labial de chocolate en Stick.

Clase 14 tratamientos caseros para combatir el acné y la celulitis

- Qué es el acné
- Tipos de acné y tratamiento
- Tipos de tratamiento
- Recetas caseras para tratar el acné
- Qué es la celulitis
- Lo que sí y lo que no, un cuidado holístico
- Los buenos hábitos
- Recetas caseras para tratar la celulitis
- Jabón anticelulítico de fucus, centella y cola de caballo
- Exfoliante fresco para celulitis
- Scrub de café y azúcar para celulitis
- Gel frío reductor
- + recetas
- Practica: preparar un gel reductor
- Video: cómo preparar un gel circulatorio para piernas cansadas

Glosario: el curso cuenta con una base de datos para consultar

Recetario: muchas más recetas en el recetario ordenadas en categorías

Direccionario: direcciones de tiendas de muchos países de Europa Y América, mayoritariamente iberoamericanos.

Foro: para hacer consultas y aprender de las preguntas de los demás, muy enriquecedor.

CHAT: un chat abierto las 24 horas para chatear con los participantes que estén en línea.