

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	11
1. EL AGUA.....	20
1.a - ¿Por qué tenemos que usar agua destilada en nuestros cosméticos?	20
1.b - Tipos de agua.	21
1.c - pH.	22
2. EMULSIONANTES / TENSIOACTIVOS.....	27
2.a - ¿Cómo actúa un emulsionante / tensioactivo?	28
2.b - Tipos de emulsiones.	29
2.c - Importancia del tipo de emulsión.	31
2.d - Inestabilidad de las emulsiones.	36
2.e - Clasificación emulsionante / tensioactivo.	39
2.f - Porcentaje emulsionante / tensioactivo.	43
2.g - La espuma en el jabón líquido.	43
3. ACEITES ESENCIALES.....	44
3.a - Características.	44
3.b - Su aroma.	47
3.c.- Capacidad antioxidante de los aceites esenciales.	48
3.d - Composición de los aceites esenciales.	52
4. ACEITES VEGETALES Y MANTECAS.	58
4.a - Características.	59
5. CERAS.....	60
5.a - Características.	60

6. HIDROLATOS, EXTRACTOS Y MACERADOS.....	61
6.a - Hidrolatos.	61
6.b - Extractos.	62
6.c - Macerados.	62
7. ACTIVOS.....	63
7.a - ¿Dónde actúan los activos/materia prima?	63
7.b - Manto ácido y Factor Natural de Hidratación (FNH).	65
7.c -Vías de penetración de los activos a través de la piel.	66
7.d - Aplicación de las cremas.	71
7.e -Liposomas.	73
8. CONSERVANTES.....	75
9. ENVASES.....	75
10. CONCEPTOS CLAVE PARA LA FORMULACIÓN.	76
10.a - pH.	76
10.b - Aceites vegetales.	77
11. FORMULAR EMULSIONES.	90
11.a - Introducción.	90
11.b - Anatomía y fisiología de la piel.	91
11.c - Funciones de la piel.	92
11.d - Estructura de la piel.	92
11.e - Renovación celular.	93
11.f - pH de la piel.	94
12. LA FITOCOSMÉTICA.....	97
12.a - Principios activos vegetales.	97
13. FUNCIÓN DE UNA CREMA.	98
13.a - Hidratación.	98
13.b - Nutrición.	105

13.c - Antiarrugas.	105
13.d - Conclusiones: Cremas.	108
14. CREMA DE MANOS: TEORÍA.	109
14.a - ¿Cómo es la piel de nuestras manos?	109
14.b - ¿Qué debe cumplir una crema de manos?	109
14.c - ¿Cómo empezar a trabajar?	110
14.d - Fotosensibilidad en cosmética natural.	111
PRÁCTICA NÚMERO 1.....	114
14.e - Manejo de la temperatura durante el proceso de elaboración.	115
14.f - Materia prima.	121
14.g - Manejo y características de los activos.	122
14.h - Manejo y características de los emulsionantes.	133
14.i - Manejo del conservante.	138
14.j - Preparación de mantecas.	138
14.k - En el laboratorio de prácticas.	138
15. CREMA FACIAL: TEORÍA.	151
15.a - La temperatura y oxidación en el proceso de elaboración de cremas.	151
15.b - Aceites vegetales: Propiedades cosméticas.	155
PRÁCTICA NÚMERO 2.....	156
15.c - Fórmulas.	156
15.d - Materia prima.	164
15.e - Manejo y características de los activos en las cremas faciales.	165
15.f - En el laboratorio de prácticas.	171
16. CREMA CORPORAL: TEORÍA.	181

PRÁCTICA NÚMERO 3.....	182
16.a - Fórmulas.	182
16.b - Materia prima.	186
16.c - Manejo y características de los activos.	187
16.d - En el laboratorio de prácticas.	190
17. CREMA DE PIES: TEORÍA.....	196
PRÁCTICA NÚMERO 4.	198
17.a - Fórmulas.	198
17.b - Materia prima.	200
17.c - Manejo de activos y características.	200
17.d - En el laboratorio de prácticas.	202
18. CONSEJOS.....	206
19. RECOMENDACIONES.....	208
20. EL CABELLO: TEORÍA.....	211
20.a - Tipos de cabello.	211
20.b - Formación del cabello.	212
20.c - Morfología del cabello.	214
20.d - Queratina de la piel y del cabello.	215
20.e - Crecimiento del cabello.	216
20.f - El color del cabello.	217
20.g - ¿Cabello fino o cabello grueso?	218
20.h - ¿Dónde están los lípidos en el cabello?	218
20.i - La cutícula capilar en detalle.	219
20.j - Corteza y médula del cabello.	222
20.k - Propiedades fundamentales del cabello.	223
20.l - Agresiones al cabello.	224

21. TRATAMIENTO DEL CABELLO.....	229
21.a - Efecto friz.	230
21.b - ¿Qué le ocurre al cabello cuando se lava?	231
22. CHAMPÚ LÍQUIDO: TEORÍA.	232
22.a - Principios básicos para la formulación de un jabón líquido: Fórmula base.	234
22.b - Formular un champú.	236
22.c - Tensioactivos.	236
22.d - Acondicionadores / emolientes.	248
22.e - Espesantes.	248
22.f - Antioxidantes.	249
22.g - Activos.	250
22.h - Correctores del pH.	250
22.i - Conservante.	252
22.j - Colorantes.	252
22.k - Diferentes pH de un champú.	253
PRÁCTICA NÚMERO 5.....	255
22.l - Fórmulas.	255
22.m - Materia prima.	266
22.n - Manejo del Conservante.	278
22.o - En el laboratorio de prácticas.	279
23. CHAMPÚ SÓLIDO.....	287
PRÁCTICA NÚMERO 6.....	287
23.a - Fórmulas.	287
23.b - Materia prima.	292
23.c - En el laboratorio de prácticas.	295

24. CREMA CAPILAR: TEORÍA.	301
24.a - Mascarilla, acondicionador, crema suavizante o crema capilar	301
PRÁCTICA NÚMERO 7.....	303
24.b - Fórmulas.	303
24.c - Materia prima.	305
24.d - En el laboratorio de prácticas.	307
25. CÓMO LAVAR EL CABELLO.	312
26. GEL CORPORAL: TEORÍA.....	313
PRÁCTICA NÚMERO 8.	313
26.a - Fórmulas.	313
26.b - Reflexión acerca de los tensioactivos.	314
26.c- Materia prima.	320
26.d - En el laboratorio de prácticas.	321
26.e - Consejos.	325
27 SERUM FACIAL: TEORÍA.	326
27.a - ¿Qué es un serum?	326
27.b - ¿Cuál es el beneficio de un serum?	326
27.c - ¿Cuál es la diferencia entre un serum y un booster?	326
27.d - ¿Es imprescindible incorporar un serum en una rutina facial?	327
27.e - ¿Cómo y cuándo usar serum o booster?	328
PRÁCTICA NÚMERO 9.....	328
27.f - Conceptos básicos en la elaboración de serums.	328
27.g - Fórmulas.	329
27.h - Materia prima.	332
27.i - En el laboratorio de prácticas.	342

28. MASCARILLAS FACIALES: TEORÍA.....	345
28.a - ¿Cómo usar las mascarillas?	346
28.b - Materia prima de las mascarillas faciales.	346
28.c - Tipos de mascarillas faciales.	354
PRÁCTICA NÚMERO 10.....	356
28.d - Fórmulas mascarillas faciales.	356
28.e - Materia prima.	358
28.f - En el laboratorio de prácticas.	363
29. PEELING FACIAL Y CORPORAL: TEORÍA.	365
29.a - ¿Cuál es el objetivo del peeling?	365
29.b - ¿Cuál es el mejor momento para realizar la exfoliación?	366
29.c - ¿Cómo es el cosmético exfoliante?	366
PRÁCTICA NÚMERO 11.....	368
29.d - Fórmula.	368
29.e - Materia prima.	369
29.f - En el laboratorio de prácticas.	370
30. LIMPIADORES FACIALES: TEORÍA.....	372
30.a - ¿Qué tipo de limpiador facial elijo?	372
30.b - Limpiador en crema.	372
30.c - Limpiador bifásico.	372
PRÁCTICA NÚMERO 12.	373
30.d - Fórmulas.	373
30.e - Materia prima.	374
30.f - En el laboratorio de prácticas.	375
31. AGUA MICELAR, TÓNICOS Y BRUMAS: TEORÍA.....	378
31.a - Definición y uso dentro de una rutina de belleza.	378

PRÁCTICA NÚMERO 13.....	380
31.b - Fórmulas.	380
31.c - Materia prima.	381
31.d - En el laboratorio de prácticas.	383
32. BÁLSAMO LABIAL: TEORÍA.....	386
32.a - Ventajas y aplicación del bálsamo labial.	386
PRÁCTICA NÚMERO 14.....	387
32.b - Fórmulas.	387
32.c - Materia prima.	387
32.d - En el laboratorio de prácticas.	388
33. PERFUMES: TEORÍA.....	389
33.a - Materias primas naturales.	389
33.b - La estructura del perfume y clasificación de los aceites esenciales.	396
PRÁCTICA NÚMERO 15.....	401
33.c - Fórmulas.	401
33.d - Materia prima.	402
33.e - En el laboratorio de prácticas.	404