



COSMETICA NATURAL

*Tu camino hacia una belleza pura y consciente
comienza aquí*



BIENVENIDA AL MUNDO DE LA COSMÉTICA

La cosmética natural representa un regreso a nuestras raíces, una vuelta a lo esencial, donde la belleza se encuentra en la pureza y simplicidad de los ingredientes que la naturaleza nos proporciona. Este e-book te guiará a través de los fundamentos de la cosmética natural, sus beneficios, y cómo puedes incorporarla en tu rutina diaria para lograr una piel radiante y saludable. Nos adentraremos en la historia, los ingredientes, las formulaciones, y los principios éticos y sostenibles que hacen de la cosmética natural una elección consciente y poderosa.



HISTORIA Y FILOSOFÍA DE LA COSMÉTICA NATURAL

ORIGEN Y EVOLUCION

Desde tiempos antiguos, la humanidad ha recurrido a la naturaleza en busca de soluciones para el cuidado de la piel y el cabello. Civilizaciones como la egipcia, la griega y la romana, utilizaron aceites, arcillas, y extractos botánicos en sus rutinas de belleza. Cleopatra, conocida por su piel radiante, usaba baños de leche y miel para mantener su cutis. La cosmética natural ha evolucionado a lo largo de los siglos, influenciada por diversas culturas y tradiciones, pero siempre manteniendo la esencia de aprovechar los recursos naturales sin alterar su pureza.



FORMULACIONES Y PREPARACIONES

Crear tus productos propios de cosmética natural puede ser una experiencia gratificante y creativa. Las bases más comunes incluyen cremas, lociones, bálsamos, ungüentos, jabones y geles. Cada tipo de producto requiere una combinación específica de aceites, mantecas, extractos y otros ingredientes naturales que trabajan juntos para proporcionar beneficios específicos a la piel y el cabello.

Hacer tus productos propios caseros no solo te permite personalizar tus formulaciones según tus necesidades específicas, sino que también te asegura el uso de ingredientes puros y seguros. Puedes empezar con recetas simples, como un bálsamo labial hecho con cera de abeja, manteca de karité y aceite esencial de menta, o una crema hidratante facial con aceite de jojoba, aloe vera y aceite esencial de lavanda.

Optar por ingredientes orgánicos y de comercio justo no solo garantiza productos de alta calidad, sino que también apoya prácticas agrícolas sostenibles y éticas. Los envases ecológicos, como frascos de vidrio reutilizables y materiales biodegradables, también juegan un papel crucial en la reducción del impacto ambiental.

Beneficios de la Cosmética Natural

- Dejar de usar productos químicos/tóxicos/nocivos para ti y tu piel.
- Conocer la trazabilidad de cada insumo que usas.
- Aprender a aprovechar las bondades y beneficios de los aceites esenciales que tienes, en cuanto al cuidado de tu piel
- Mejorar la salud de tu piel, cabello y cuerpo, elevando tu vibración y aumentando tu bienestar.
- Minimizar la generación de residuos y por ende tu huella de carbono: Evitas utilizar envases cada vez que compras, usualmente de plástico, ya que puedes reutilizar los envases que utilizarás y comprar insumos al por mayor.
- Ahorrar dinero





Jabón Hidratante

Insumos



50 grs Glicerina

1/2 Cda de Miel

1 Cdas de Avena

1/2 Cdta Manteca Karite

5 gotas aceites esencial de Lavanda

Preparacion

Se calienta la glicerina a baño maría, o microondas por intervalos de (30seg) hasta que se derrita,

Luego se agrega el resto de los ingredientes, revolver bien, cuando este todo integrado y se disuelva, se empieza a enmoldar (el molde debe rociar con un poquito de alcohol, para retirar las burbujas)

Jabón Exfoliante



Insumos

50 grs Glicerina

1 Cdas de Cafe

1/2 Cdta Manteca Karite

5 gotas aceites esenciales de Tea Tree

Preparacion

Se calienta la glicerina a baño maría, o microondas por intervalos de (30seg) hasta que se derrita,

Luego se agrega el resto de los ingredientes, revolver bien, cuando este todo integrado y se disuelva, se empieza a enmoldar (el molde debe rociar con un poquito de alcohol, para retirar las burbujas)



Bálsamo Labial

Insumos

2 grs Cera de abeja

1/4 cda de manteca de karite

1/2 cda o 30 gotas Aceite Almendra

3 a 4 gotas de aceite esencial Lavanda

Preparación

Se derrite la cera a baño maria, se agrega el aceite de Karite en conjunto con el Aceite de Almendras, se revuelve bien, para luego poner las gotass de aceite de Lavanda.

Tónico Para Pies

(20 ml)

Insumos

20 ml Agua destilada

5 Gotas de AE Oregano

5 Gotas de AE Tea Tree

Preparacion

Hechar a hervir el agua destilada y esperar que se enfrie, luego poner las gotas de Aceites Esenciales, cada vez que lo aplique agitar y aplicar en la zona



Serum de Pestañas



Insumos

- 5 ml Aceite Recino
- 10 gotas de Aceite de Almendra
- 2 gotas de Aceite de Lavanda
- 2 Gotas de Aceite de Cedro
- 2 Gotas de Romero
- 1 Ampolla de Vitamina E

Preparacion

En el envase se agregan todos los Ingredientes, se mezcla y se completa con Aceite de recino

Algunos Proveedores

Reachem, Santaiaago, varias sucursales. <https://www.reachem.cl/>

Cosmetica Amanaki, Valparaiso +56971700506

Oily. Sólo venta online. <https://www.oily.cl/>

Caléndula. Tiene varios puntos de venta. <https://www.calendula.cl/>

Spacio natural. En ñuñoa, cerca de Plaza Egaña. <https://spacionatural.cl/>

Espigas. En las condes, calle Vaticano. <https://espigas.cl/>

Mercado libre. Puedes buscar venta en mayores cantidades y acceder a mejores precios. A veces puede demorar más tiempo. <https://www.mercadolibre.cl/>

Aliexpress. Lo ocupo para comprar envases al por mayor. A veces puede demorar más tiempo. <https://www.aliexpress.com/>



Resumen

La cosmética natural ofrece una alternativa saludable y sostenible a los productos convencionales, promoviendo la belleza desde el interior y respetando el entorno natural. Esperamos que este e-book te haya proporcionado el conocimiento y la inspiración necesarios para incorporar la cosmética natural en tu vida diaria y, quizás, para emprender tu propio camino en este fascinante mundo.

Te invitamos a seguir explorando y experimentando con ingredientes naturales, a compartir tus conocimientos y creaciones con otros, y a continuar aprendiendo sobre la cosmética natural. ¡Tu piel, tu salud y el planeta te lo agradecerán!

