

CAPÍTULO 3

CONOCIENDO LOS MATERIALES





Materias primas más usadas en la elaboración de Maquillaje Natural

A la hora de hacer tus primeros pasos en la elaboración de maquillaje natural, puede que te abrume un poco (sobre todo si es tu primer contacto con la Cosmética natural en general) la cantidad de ingredientes que tenemos disponibles para usar, combinar y sustituir.

Te recomiendo que empieces con pasos pequeños y simples. Luego de la lista exhaustiva de ingredientes encontrarás una tabla con lo más importante para empezar a hacer tus cosméticos. De a poco irás adquiriendo nuevos ingredientes y ampliando tu horizonte. Paso a paso!

Te presento a continuación los maravillosos regalos que la Madre Tierra nos regala para que hagamos nuestros preciosos maquillajes, y que, a través de ellos, te reconectes con tu propio brillo y belleza.

ACEITES VEGETALES

¿Qué son?

Los aceites vegetales son sustancias extraídas de los frutos oleaginosos de algunas plantas. Son ricos en vitaminas, minerales y ácidos grasos poliinsaturados que suponen un extraordinario aporte de nutrientes en la piel. Sin embargo, es importante saber que la piel humana puede absorber un porcentaje muy bajo de las moléculas del aceite, y nunca irá más allá de la epidermis. En realidad, su mayor beneficio para nuestra piel es su función oclusiva, el aceite hace una barrera oleosa sobre nuestra piel que es impenetrable por el agua, lo cual favorece que la piel mantenga su hidratación y por lo tanto, su salud. En la elaboración de maquillaje convencional (no natural) se ha dejado de utilizar estos aceites por su alto costo y fragilidad y se lo ha reemplazado por aceite mineral, que es un derivado del petróleo, también conocido como aceite de parafina, vaselina líquida y aceite mineral blanco (pueden chequear en las etiquetas de los maquillajes que usan a diario y la encontrarán por todos lados). Es importante saber que hay muchas calidades de un mismo aceite: refinado con solventes, refinado por calor, sin refinar, orgánicos, etc.

Al principio puede ser un poco confuso, pero por regla general deberemos tener en cuenta que los que nos interesan para nuestros preparados son los aceites vírgenes (no refinados) que han sido prensados en frío, ya que son los que mantienen mejor sus propiedades cosméticas y terapéuticas.

Hay cientos de aceites en el mercado y te invito a que juegues y pruebes variantes de las que te voy a presentar en el curso. Lo esencial que tenés que saber es que para maquillaje siempre trataremos de usar aceites ligeros, no comedogénicos, de rápida absorción, para evitar que los maquillajes sean pesados y poco agradables y para evitar generar problemas a largo plazo. Recordá que algo sea natural no significa que sea inocuo.

¿Todos los aceites aquí presentados son para todos los tipos de pieles?

No, no todos los aceites vegetales son aptos para todos los tipos de pieles. Algunos se pueden usar indistintamente y con otros hay que tener especiales precauciones. Si tenés dudas, usá aceite de jojoba. te dejo más adelante una lista de los usos de los aceites vegetales por tipo de piel e información extra sobre los aceites comedogénicos y aceites sensibles al calor.

¿Por qué usamos aceites vegetales en nuestros maquillajes?

Los aceites vegetales aportarán a tus preparados varias cuestiones, dependiendo del caso. A veces lo usaremos por sus propiedades protectoras y nutritivas, a veces para evitar la deshidratación, en otras ocasiones las agregaremos para favorecer el prensado de los polvos. En todos los casos te recomiendo que ajustes los aceites a tu tipo de piel y que experimentes y juegues lo mas que puedas!

Tips para principiantes!

Quizás te parezca al principio que es mucha información para procesar. Si sentís que te agobia y que “saber tanto” te marea, reducí esta información y usa al principio uno o dos aceites vegetales (te recomiendo el aceite de jojoba y el aceite de argan) y con esos dos hace todas las recetas del curso. Luego podrás ir agregando aceites a tu colección e ir probando nuevas combinaciones.

Algunas cuestiones importantes a la hora de elegir un aceite vegetal:

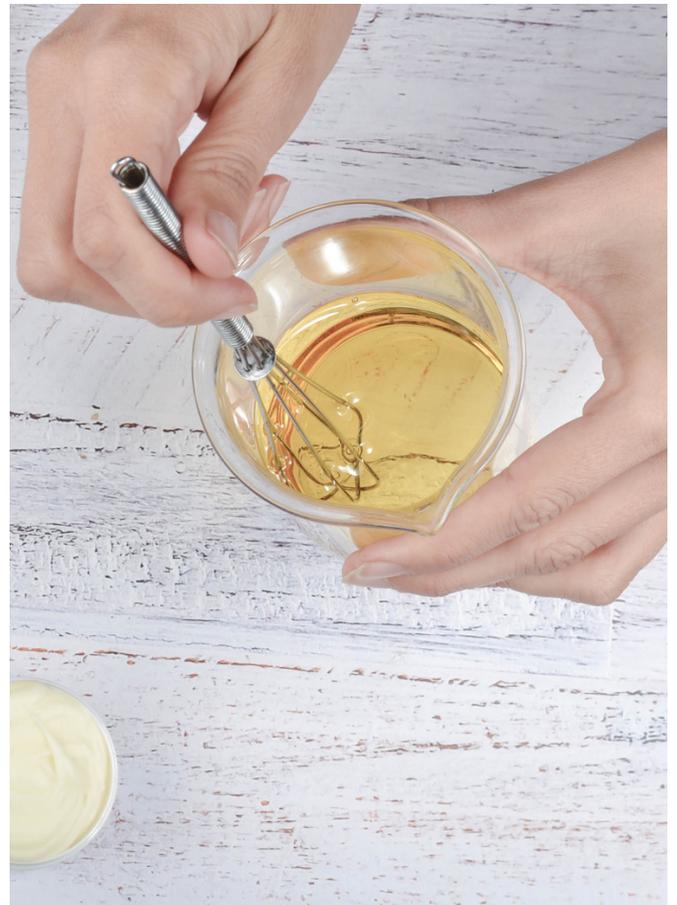
Algunos aceites son termolábiles o termosensibles. Significa que son muy sensibles o que se degradan al calor y por lo tanto no es recomendable calentarlos, o al menos no calentarlos demasiado. Te dejo una listita de los aceites vegetales que NO deberías nunca someter a más de 70°:

- Aceite de Borraja.
- Aceite de Camelia.
- Aceite de Cáñamo.
- Aceite de Canela.
- Aceite de Cártamo.
- Aceite de Algodón.
- Aceite de Comino.
- Aceite de Onagra.
- Aceite de Germe de Trigo.
- Aceite de Ribes Nigrum.
- Aceite de Rosa Mosqueta.
- Aceite de Semillas de Calabaza.
- Aceite de Kukui.
- Aceite de Semillas de Uva.
- Aceite de Arándano.
- Todos los macerados.

Algunos aceites son comedogénicos.

Esto significa que obstruyen los poros o que pueden inflamar la piel, generando alteraciones como acné y puntos negros. Por supuesto que los evitaremos en pieles con tendencia al acné y muy sensibles. Los aceites vegetales más comedogénicos son los siguientes:

- Aceite de germe de trigo
- Aceite de coco
- Manteca de cacao
- Aceite de aguacate
- Aceite de soja
- Aceite de onagra
- Aceite de maíz
- Aceite de sésamo



Te presento los aceites más importantes a la hora de hacer estos preparados:

Aceite de jojoba (Simmondsia chinensis)

En general los aceites vegetales son evitados por las personas de piel grasa, ya que justamente se intenta combatir el exceso de grasa que la piel produce de por sí. Pero este aceite es en realidad un tipo de cera líquida (no es grasa), que es idéntica al sebo que producimos en nuestra propia piel. Esto la convierte en un aceite ideal todo tipo de pieles.

El aceite de jojoba es prácticamente inodoro y su color es intensamente amarillo, siendo también llamado “El oro líquido”.

Propiedades cosméticas:

Este aceite o cera líquida es prácticamente idéntico al sebo de nuestra piel, lo cual lo hace ideal para regular la producción del mismo.

Tiene un altísimo contenido en Vit E lo cual lo hace muy antioxidante y por lo tanto ideal para prevenir el envejecimiento prematuro de la piel. Su contenido en vit E hace que el mismo aceite tarde mucho en oxidarse.

Es antibacteriano

Por generar una capa oclusiva sobre la piel es ideal como protector e hidratante.

Es emoliente (sustancia de uso externo que tiene la propiedad de ablandar una dureza) y antiinflamatorio

Se absorbe muy rápidamente y no es untuoso

Aceite de almendras (Prunus dulcis)

Este aceite es extraído de las almendras dulces. Es prácticamente transparente y no tiene olor. Muchas veces se lo vende muy refinado e incluso mezclado con aceites menos costosos y luego se le agrega esencia de almendra, por lo cual, si les quieren vender un aceite de almendras que huelga a mazapán, deben saber que es probable que no sea de buena calidad. Es un aceite muy rico en Vit E y A, ambos muy importantes para la salud de la piel. Es muy utilizada como base en numerosos cosméticos por su versatilidad, su poder antiinflamatorio, nutritivo e hidratante.

Propiedades cosméticas:

Estimula la producción de colágeno y elastina dando firmeza y elasticidad a los tejidos, mejorando y previniendo arrugas y estrías.

Es antiinflamatorio y emoliente, aliviando irritaciones y erupciones.

Protege y suaviza la piel, al generar una capa oclusiva sobre la misma disminuye la acción de agentes externos y aumenta la hidratación de la piel, dejándola más tersa al instante. Contiene agente blanqueantes, por lo que es muy útil para manchas en la piel.

Aceite de Rosa mosqueta (Rosa rubiginosa)

Este mágico aceite, abundantemente obtenido en la Patagonia de nuestro país y en el sur de Chile, tiene un altísimo poder regenerante celular, usado generalmente por su capacidad de suavizar marcas de expresión, estrías y cicatrices. Se usa mucho de manera directa en zonas donde se quieran prevenir las marcas o mezclado en preparados faciales antiage, aunque también es ideal para todo tipo de pieles. Usaremos este aceite en dosis bajas, nunca más del 50% de la fórmula, ya que puede ser fotosensibilizante.

Propiedades cosméticas:

Gracias a su altísimo contenido en Vit A y antioxidantes es ideal para reducir los signos del envejecimiento: arrugas y manchas.

Debido a su alta concentración de ácidos grasos esenciales es ideal para prevenir las estrías y mejorar el aspecto de cicatrices, ya que mejora la fuerza y elasticidad de la piel.

Protege y suaviza la piel, al generar una capa oclusiva sobre la misma disminuye la acción de agentes externos y aumenta la hidratación de la piel, dejándola más tersa al instante.

Es antiinflamatoria y emoliente, ideal para tratamientos para dermatitis y rosáceas.

Aceite de Argán (Argania spinosa)

Este maravilloso y codiciado aceite, conocido también como “El Oro del Desierto”, se obtiene mediante procesos artesanales de recolección, secado y prensado, que lo convierten en un producto para nuestros cosméticos ideal. Sus nutrientes y principios activos son maravillosos y sus propiedades cutáneas inmejorables. Suele tener un hermoso color dorado claro y no suele tener aroma alguno. Esta planta se cultiva mayoritariamente en Marruecos. Su costo es bastante alto, en parte debido a su producción artesanal y también por la moda que lo posicionó como uno de los mejores aceites vegetales del mundo, y por lo tanto, el más costoso.

Propiedades cosméticas:

Es altamente antioxidante y regenerante, por su alto contenido en Vitamina E, betacarotenos y fitoesteroles.

Por su alto contenido de Lupeol, es ideal para el cabello, ya que aumenta la formación de queratinocitos, células productoras de la queratina de cabello, piel y uñas.





Es apto para todo tipo de pieles, incluso la grasa acneica, ya que es un aceite ligero que no engrasa ni tapona los poros.

Es muy cicatrizante y regenerante, por lo que es ideal para cicatrices, estrías y productos antiage.

Es antiinflamatorio, por lo que suele usarse en irritaciones e inflamaciones cutáneas.

Es antiséptico y antifúngico, ideal para usar en cualquier parte del cuerpo.

Aceite de pepita de uva (Vitis Vinifera)

El uso de la uva y sus poderes nutritivos y antioxidantes se remonta a siglos atrás. Hoy en día sigue vigente su uso por sus propiedades cosméticas tan maravillosas. Por supuesto, como siempre, buscaremos el aceite prensado en frío, que mantiene todas sus propiedades y principios activos intactos. Es un aceite inodoro y muy ligero, perfecto para usar incluso puro o de base.

Propiedades cosméticas:

Es un gran antioxidante, regenerante y protector de la piel, por su alto contenido en fitoesteroles, vitamina E y ácidos grasos esenciales.

Por su ligereza y rápida absorción es ideal para todo tipo de pieles, incluso la grasa. Aunque también es muy utilizado en pieles muy secas y agrietadas, por su gran poder regenerante.

Es emoliente e hidratante.

Aceite de Coco (Cocos nucifera)

También conocida como aceite de coco, esta manteca es muy cremosa y se derrite a 24°, por lo que rara vez la veremos sólida como las demás mantecas, salvo en invierno o si la guardamos en la heladera. A la hora de formular con esta manteca/aceite deberás tener en cuenta este punto de fusión tan particular, ya que el producto final puede variar mucho de estación en estación y de país en país.

Tené en cuenta también que es un aceite altamente comedogénico, no lo uses en tus preparados para el rostro (salvo los labios) si tienes a una piel grasa y menos aún si tienes tendencia a granitos.

Propiedades cosméticas:

Es altamente hidratante: se absorbe muy lentamente, por lo que genera una capa oclusiva importante, que ayudará mucho en pieles o cabello muy seco.

Hasta ahora es el único aceite que se ha comprobado que puede penetrar las hebras del cabello. Ideal para formular productos capilares.

Es limpiador y antibacteriano. Ideal para agregar a productos bucales, desodorantes, limpiadores faciales y shampoo.

Es antiinflamatorio, emoliente y calmante: ideal para aplicar en trastornos cutáneos como dermatitis, rosácea, erupciones, picaduras, etc.

Es un eficiente protector solar, protegiendo la piel del sol y el frío.

Aceite de coco fraccionado (Caprylic/Capric Triglyceride)

Aceite de Triglicérido caprílico o cáprico también se conoce como Aceite de coco fraccionado o Aceite MCT (triglicérido de cadena media). Es de origen vegetal: proviene de aceite de coco cuyos ácidos grasos de cadena larga se han eliminado. Este hecho lo convierte en un aceite muy estable a la oxidación. Se usa sobre todo como emoliente, calma y ablanda la piel. Destaca su capacidad de una rápida penetración en la piel sin dejar film grasiento.

Lo uso siempre que quiero agregar aceites al preparado pero que quiero que casi ni se note el efecto graso del mismo.

Aceite de ricino (Ricinus communis)

Este aceite también llamado a veces “aceite de castor” por su nombre en inglés “castor oil”, se obtiene a partir de las semillas de la planta *Ricinus communis*, que contienen aproximadamente un 40-50% de su peso del aceite. Estas semillas son tóxicas si son ingeridas.

Su contenido mayoritario en ácido graso ricinoleico le confiere propiedades físicas diferentes a las de otros aceites (de ahí su uso como lubricante industrial) y también explica muchos de sus beneficios en el tratamiento de diversas afecciones cutáneas.

Es un aceite de absorción muy lenta, oclusivo y de una consistencia viscosa, por lo que no te recomiendo que lo uses puro y menos en el rostro. Y está totalmente contraindicado en pieles grasas y acnéicas.

Suele usarse para fortalecer las pestañas, pero usalo con cuidado ya que puede irritar conjuntiva si entra en contacto con los ojos.

Propiedades cosméticas:

Muy hidratante, ideal para pieles muy secas. Posee propiedades antisépticas, antiinflamatorias y bactericidas. Fortalece y da brillo el cabello, por lo tanto también fortalece las pestañas y las cejas. Fortalece y embellece las uñas.



MANTECAS VEGETALES

¿Qué son?

La mantecas son grasas vegetales extraídas de las semillas o frutos de ciertas plantas. Son untuosas y cremosas, y aportan infinidad de beneficios tanto para la piel como para el cabello y las uñas.

Por su consistencia entre cremosa y sólida generalmente las calentaremos al baño maría poder integrarlas con otros ingredientes. En maquillaje las usamos siempre mezcladas con otros ingredientes, como otras mantecas, aceites vegetales y/o ceras.

¿Por que usamos mantecas en nuestros maquillajes?

Las mantecas aportan sobre todo consistencia a nuestros preparados. Si queremos lograr una textura cremosa necesitaremos una manteca. Pero esto no es lo único que hacen, también nos ayudará a mantener la piel hidratada y nutrida, favoreciendo un aspecto mucho más saludable de la piel.

Son sustancias que tardan mucho en absorberse y están contraindicados en cantidades altas en pieles grasas y/ acneicas. Sin embargo, podés usarlos en cantidades pequeñas en estos casos, siempre con cuidado y con el fin de generar una textura más cremosa, por ejemplo, para los maquillajes cremosos, los correctores, las sombras, etc. Si este tipo de textura no te convence, puedes usar una base más ligera, como por ejemplo una emulsión. Más adelante encontrarás algunas ideas.

En el caso de las pieles secas y maduras puedes usarlos con tranquilidad aunque siempre mezclados con aceites.

Manteca de cacao (Theobroma cacao)

La manteca de cacao es una grasa vegetal comestible de un color amarillo muy pálido y un aroma deliciosos que recuerda al chocolate. Se derrite alrededor de los 34-38°, por eso es ideal para usar en bálsamos labiales, ya que con el calor de la fricción del preparado contra los labios, ésta tenderá a fundirse y, así a incorporarse mejor a los labios. Se extrae de los granos del cacao, es utilizada tanto para la industria cosmética como alimentaria.



Sus propiedades y usos son:

Es altamente hidratante, por su densidad y lenta absorción, ideal para labiales.

Por su gran capacidad regenerante e hidratante es ideal para la prevención de arrugas.

Es muy rica en Vit E, C y A lo cual la hace ideal para tratamientos antiage

Es un gran cicatrizante, emoliente y antiinflamatorio, ideal para trastornos cutáneos de tipo inflamatorio e irritaciones, y también ideal para lastimaduras y cicatrices.

Manteca de karité (Vitellaria paradoxa o Butyrospermum parkii)

Esta manteca exquisitamente blanda y suave es ideal para todo tipo de preparados cosméticos, en nuestros maquillajes lo usaremos para dar untuosidad a nuestros preparados cremosos (como correctores, sombras, etc.)

Tiene muchísimos beneficios cosméticos súper interesantes:

Es altamente hidratante, por su densidad y lenta absorción

Tiene gran poder regenerante y reestructurante, previniendo el envejecimiento prematura y estimulando la regeneración celular, ayudando a la disminución de arrugas, estrías y manchas.

Es un gran emoliente y antiinflamatorio: ideal para aplicar en trastornos cutáneos como dermatitis, rosácea, erupciones, picaduras, etc.

Es un eficiente protector, protegiendo la piel del sol y el frío (ideal para proteger los labios durante la época invernal)

CERAS

Las ceras son ingredientes súper importantes a la hora de hacer ciertos preparados. Comienzan a derretirse a temperaturas superiores a 30° C por lo que son ingredientes ideales para solidificar preparados, ya que a temperatura ambiente suelen mantener su estructura. Son indispensables por ejemplo en preparados para los labios (salvo excepciones) porque aportan dureza y brillo. Existen varios tipos de ceras, algunos de origen animal como la cera de abejas y otras totalmente veganas. Hoy te presentaré una opción de cada una de las variantes y la elección será completamente tuya.

Cera de abejas

Esta cera, como su nombre lo indica, es fabricada por las abejas en sus colmenas. Es de consistencia muy dura, de un amarillo transparente y con un olor que recuerda levemente a la miel. Su uso en cosmética es ya milenario, es ideal para preparaciones que precisen un poco más de dureza, como por ejemplo bálsamos labiales o ungüentos.

Es importantísimo saber que la cera no penetra en la piel, se utiliza por sus propiedades endurecedoras y porque la barrera que genera en la piel ayuda a prevenir que ésta se deshidrate. Es muy rica en nutrientes, pero difícilmente penetran en la piel. Si puede ayudar en ciertos trastornos por su acción superficial aunque muy efectiva. Este ingrediente no es vegano.

Sus propiedades cosméticas más importantes son:

Oclusiva, ayuda a mantener la hidratación de la piel

Antialérgica

Antiinflamatoria

Antioxidante

Se utiliza mucho por su consistencia y su aporte en dureza y brillo

Cera candelilla (Euphorbia antisiphilitica)

Esta cera es uno de los productos naturales más usados en la industria, desde la cosmética hasta la electrónica por sus características únicas como: color amarillo transparente, su dureza, su brillo y su fácil digestión sin ser tóxica.

Su producción, recolección y refinamiento son muy parecidos al original de los pueblos de México, por lo que su precio es bastante alto y no es una sustancia muy fácil de conseguir en algunos países. Sin embargo es maravillosa, por lo que te recomiendo que si la conseguís la uses!

Su punto de fusión es más alto que el de la cera, por lo que tendrás que calentarla más tiempo para derretirla, ten eso en cuenta a la hora de usarla.

Su dureza es mayor que la de la cera de abejas, por lo que siempre que quieras sustituir estas ceras hazlo poniendo un 20% menos de cera candelilla que la especificada para cera de abejas.

Podes hacer una regla de tres simple para calcular el 80% de la cera de abejas especificada y ese será el valor de la cera candelilla a usar.

Por ejemplo, si en una receta se usan 10gr de cera de abejas, tendrás que calcular el 80% de esos 10gr haciendo este cálculo:
 $(80 \cdot 10) / 100 = 8$

Ya sabes entonces que en esta receta tendrás que usar 8 gr de cera candelilla. Los dos gr que te han quedado entonces libres te sugiero que los compenses con aceites vegetales.

Otras opciones veganas: cera carnauba, cera de arroz, cera de girasol



POLVOS

A la hora de elaborar un maquillaje verás que es esencial la incorporación de ciertos ingredientes en polvo. Tienen diferentes finalidades (como función absorbente, opacante, para favorecer la aplicación, ser la base del preparado, etc.) pero su característica física común (que vienen en polvo) los agrupamos juntos en este apartado.

Te recomiendo que guardes muy bien estos ingredientes en bolsas que puedas cerrar herméticamente o en frascos, ya que no es conveniente que se humedezcan. Guardarlos en lugares frescos, sin humedad ni luz solar directa. Etiqueta correctamente cada bolsa o frasco con el nombre del ingrediente y su fecha de vencimiento si lo tuviera. Todos los polvos son muy parecidos y si no haces esto se te complicará muchísimo reconocerlos luego (te lo digo por experiencia propia, lamentablemente).

Algunos polvos son fáciles de conseguir, como la arcilla o la maicena, otros no tanto. No te preocupes si no los consigues todos, ya que todos son reemplazables. Cuantos más de estos polvos consigas y uses mejor será el acabado de tu preparado y más profesional quedará. Pero nunca dejes de hacer una receta porque no consiguis algún ingrediente. Modifícala usando los ingredientes que sí tenés y con el tiempo irás encontrando nuevos proveedores para estockearte de lo que te faltaba. Paso a pasito, sin prisa pero sin pausa.. esa es la clave!

Arcilla blanca - caolín

La arcilla es polvo mineral que se obtiene de la erosión de granitos de roca sedimentaria, y cuyo componente principal es un silicato de alúmina.

Se utiliza desde tiempos muy lejanos con fines terapéuticos o medicinales y también cosméticos o embellecedores. Aunque sus propiedades específicas dependen de su composición (que puede variar mucho de un yacimiento al otro), todas las arcillas comparten ciertas cualidades: son regenerativas, refrescantes, descongestionantes, purificadoras, cicatrizantes, absorbentes, calmantes y antibióticas

Concentraciones de uso en maquillaje: no más de 10%

La arcilla blanca es ideal para nuestros maquillajes ya que le aporta un montón de propiedades interesantes de forma completamente natural y segura:

Absorberá el exceso de aceite y suciedad del rostro, evitando que brille en exceso
Aportará adhesión al preparado, para que este se fije en nuestro rostro con mayor facilidad

Ayuda a que el preparado se deslice mejor y más suavemente, favoreciendo su aplicación.

También favorece el aglutinamiento de los ingredientes de los maquillajes, logrando mejores texturas y acabados más profesionales

Tip importante a la hora de usar arcilla:

Conviene evitar al momento de usar arcilla blanca los utensilios de metal y plástico, prefiriendo siempre los de madera, cristal o porcelana. El metal altera sus propiedades medicinales.

ALMIDONES Y FÉCULAS

Estas maravillosas sustancias extraídas de semillas, rizomas, tubérculos, etc, y que se encuentran en el mercado en forma de polvo blanco, son glúcidos muy abundantes en las plantas, que cumplen la función de reservorio energético en las mismas.

Cuando esta sustancia se extrae de cereales como el arroz, el maíz o el trigo, usaremos la denominación almidón. Cuando hablamos de tubérculos y rizomas como la patata o la tapioca, hablaremos de fécula.

En la cocina solemos utilizarla como espesantes, en cosmética, y particularmente en maquillaje la utilizaremos como base de nuestros polvos como sustituto del talco, por su precio bajo y su accesibilidad en el supermercado o en tiendas tipo dietéticas. Es translúcido y muy suave, y aportará un gran “colchón” a todos nuestros polvos. Yo uso generalmente almidón de maíz o “maicena” pero puedes sustituirla por cualquier de las siguientes féculas o almidones (u otras que encuentres en tu zona):

Almidón de maíz:

La maicena, también conocida como almidón de maíz, es una especie de polvo o harina muy fina que se obtiene gracias a la molienda y el procesamiento de los granos de este vegetal.

Es muy utilizado en cocina, y también en cosmética. Por ejemplo, en todo lo relacionado con el maquillaje natural, es ampliamente usado como sustituto de polvos más peligrosos como el dióxido de titanio o el talco común.

Es rico en vitaminas del grupo B (B1, B2 y B3) y también destaca su contenido en vitamina A, C y E y minerales: potasio, hierro, fósforo, manganeso, calcio, zinc, selenio y magnesio. Tratamiento para pieles grasas

Es astringente, lo cual nos permite reducir el exceso de sebo, y por sus propiedades antisépticas, es muy usado para prevenir acné y como agente limpiador en general. También es altamente antioxidante por su contenido en vitamina e, lo cual es ideal para prevenir arrugas y el envejecimiento prematuro de la piel.

Concentraciones de uso: hasta el 100%

Almidón de arroz:

Este almidón es ideal para pieles muy sensibles y/o irritadas, ya que es calma, suaviza y proporciona un tacto agradable. Incluso es ideal para los niños. Las proteínas del arroz tienen efecto nutritivo, regenerante, revitalizante y protector frente a los agentes externos. Aporta vitaminas, aminoácidos y minerales y, por ello, se integra en fórmulas destinadas a regenerar y recuperar la juventud.

Resulta que el arroz tiene muy buenas propiedades para la piel: desde efectos hidratantes, hasta exfoliantes y antioxidantes.



Sirve para cerrar los poros y equilibrar la grasitud sin reseca. Las cremas con almidón y proteínas de arroz ayudan a proteger la piel y protegerla de los daños ocasionados por el medio, dándole a la piel elasticidad, restaurándola y prolongando la vida de sus células.
Concentraciones de uso: 15-25%

Fécula de mandioca:

Esta fécula también llamado yuca, se utiliza desde hace siglos en América, tanto por sus increíbles usos culinarios como por sus propiedades medicinales. Se extrae de un tubérculo llamado mandioca y su uso cosmético por supuesto que también estuvo presente y aún hoy se utiliza con fines absorbentes, calmantes, cicatrizantes en maquillaje natural.
Concentraciones de uso: 5-25%

Fécula de papa:

La papa tiene propiedades cosméticas super interesantes, como su gran poder calmante, desinflamante y cicatrizante. Esta fécula también es ideal para agregárselo a tus polvos cosméticos.
Concentraciones de uso: 5-25%

Estearato de magnesio

Este polvo mágicamente suave y cremoso puede tener diferentes orígenes, incluso origen animal, así que chequea bien eso con tu proveedor cuando lo compres. Idealmente provendrá del aceite de coco o de la manteca de cacao, pero puede variar. Es antiapelmazante, lubricante seco, da untuosidad cremosa a los polvos, lo cual hace su aplicación mucho más agradable y un acabado más profesional.

Si no encontrás este polvo podés evitarlo, aunque te recomiendo que lo uses si querés que tus polvos compactos tengan ese acabado suave y cremoso típico.

Concentraciones de uso: 5-20%

Oxido de zinc

El Óxido de Zinc es un mineral de color blanco en forma de polvo que se desempeña un papel protagonista en el mundo de la cosmética natural y el maquillaje natural. Ocurre naturalmente, pero en general el que se consigue en tiendas especializadas está elaborado en laboratorio, para evitar impurezas y metales pesados.

No es soluble en agua, pero se integra perfectamente bien con ingredientes oleosos, lo cual es genial para nuestros maquillajes!

Cuenta con un sinfín de propiedades antiinflamatorias, astringentes y secantes. Se puede utilizar en polvos faciales (máx. 10%), en cremas contra el acné y en todo tipo de pieles con imperfecciones y cremas protectoras, como por ejemplo para el culito de los bebés.

Se utiliza principalmente como filtro solar físico en productos de protección solar.

En maquillaje se usa sobre todo por su blancura y opacidad, para lograr una base contundente en nuestros preparados, y que así el color o la cobertura del preparado sea mayor en nuestra piel.

Es muy importante que compres óxido de zinc NO-NANO. Esto significa que las partículas de esta sustancia no fueron micronizadas a tamaños hiper minúsculos, lo cual lo hace más seguro para manipular. Las partículas NANO son comprobadamente dañinas si las inhalamos.

Concentraciones de uso: 0-40%

Dióxido de Titanio

Este polvo blanco es ideal para usar en nuestros maquillajes y sobre todo en los polvos base (que ya veremos más adelante) porque aporta blancura, opacidad y brillo. Igual que el óxido de zinc logra que nuestros preparados tengan una base opaca y que así el color del producto en nuestra piel sea mayor.

Este polvo hiper blanco tiene una reputación un poco polarizada. O lo amas o lo odias. Peor la verdad es que no hay pruebas concretas que demuestren que sea dañino para la salud, salvo que sea NANO. Así que lo más importante, si vas a elegir usar este ingrediente, es que lo compres NO-NANO y que siempre uses máscaras protectoras (al igual que con el resto de los ingredientes en polvo).

Es posible que encuentres tanto la versión hidrosoluble como la liposoluble. Te recomiendo que compres la liposoluble para tus maquillajes, ya que en general no usaremos agua en nuestros preparados, salvo excepciones.

Concentraciones de uso: 0-60%



Carbonato de calcio

Esta sustancia es muy común en nuestro entorno. Se puede extraer desde cáscaras de huevo, rocas calizas, entre otros. Nosotros la usaremos en polvo.

Tiene propiedades muy interesantes, entre ellas es un gran absorbente de aceites, por lo que es ideal para agregar a nuestros polvos faciales y sombras en caso de pieles o párpados con tendencia grasosa.

El pH de este ingrediente es bastante alto, ronda los 9-9,5, por lo que lo usaremos en cantidades pequeñas (no más del 2%), sobre todo alrededor de los ojos.

Como en el caso de todos los polvos de este curso, te recomiendo que no inhales el carbonato de calcio, por lo que te sugiero que uses una máscara protectora.

Concentraciones de uso: 1-2%

Alantoína

Este polvo blanco se extrae de una planta llamada consuelda en su versión vegetal (aunque también las hay de origen animal, chequealo con tu proveedor) y tiene propiedades hidratantes, suavizante, cicatrizantes y protectoras. Es ideal para agregárselo a nuestros polvos en caso de pieles sensibles y/o maduras.

Si no lo consigues no te preocupes, sustituirlo por óxido de zinc.

Concentraciones en el uso: del 0,5 al 2%

Glicerina vegetal

La glicerina vegetal es un líquido transparente, sin olor y con sabor dulce. Se elabora a partir de aceites vegetales como el aceite de coco, soja o palma. Es importante al comprar este ingrediente que busquemos uno que tenga certificación USP, libre de alérgenos.

La glicerina es utilizada tanto en medicina, como en alimentación y por supuesto también en cosmética. En cosmética convencional se utiliza la glicerina elaborada a partir del petróleo o derivada de animales, que por supuesto no es la que nos interesa a nosotros.

La glicerina tiene una interesantísima propiedad hidratante, atrayendo las moléculas de agua y evitando que se evaporen. Por eso es un ingrediente ideal para agregar a nuestros preparados.

También puede servirnos para extraer los pigmentos de algunas sustancias, como de las frutas y de las flores. Te lo explico más adelante.

Vitamina E (tocopherol)

Esta sustancia viscosa es lo que llamamos un antioxidante, o sea una sustancia (en este caso de origen natural) que se le agrega a los cosméticos y maquillajes para prevenir la oxidación de los ácidos grasos que la componen. Básicamente evitará que se enrancien los aceites vegetales y mantecas que le agregamos a nuestros preparados, ya que enlentece la oxidación de los ácidos grasos de estos.

NO es un conservante, ya que no previene la proliferación de microorganismos, pero sí protege de la oxidación a los aceites y mantecas de los preparados cosméticos, logrando que duren más tiempo.

Es liposoluble, por lo que se agrega siempre que haya sustancias grasosas o aceitosas en nuestros preparados.

En general, con agregarle un 1% a nuestros preparados será más que suficiente.

En el caso de los maquillajes, que en general son preparados en los que usamos cantidades muy pequeñas de ingredientes, solemos hablar de gotas de vitamina E, para evitar volvernos loc@s, pero encontrarás también el detalle de los gr en las recetas, por si tenés una pequeña tendencia obsesiva... muy útil por cierto a la hora de hacer cosméticos y maquillajes en casa :)

Este tipo de ingredientes son muy sensibles al calor, por lo cual (como verás en las recetas) si vamos a usarlo en preparados que deben ser calentados, se lo agregaremos una vez que se hayan enfriado debidamente (menos de 40°C).

Conservantes

Un conservante es una sustancia (presente en la naturaleza o sintetizada en el laboratorio) que se añade a los cosméticos para evitar la proliferación de microbios y, por lo tanto, la descomposición temprana del producto.

Usando un conservante, alargaremos la vida útil de nuestro preparado hasta 4-8 meses una vez abierto, dependerá del proceso de elaboración y de los ingredientes que contenga el preparado.

Para comprender la importancia del uso de los conservantes en nuestros preparados cosméticos, podríamos utilizar la metáfora de la comida. Uno cocina un plato delicioso utilizando herramientas aprendidas en cursos, talleres, libros, Internet e incluso por experimentación propia. Ese plato, elaborado con ingredientes naturales y siguiendo las leyes de la naturaleza, tenderá a descomponerse casi instantáneamente.

Podemos guardarlo en la heladera y de esta manera lo conservaremos quizás unos días en buen estado. Sin embargo, nunca se nos ocurriría comer algo que cocinamos hace 3 meses, muchísimo menos hace 1 año.

Lo mismo ocurre con la cosmética, aunque la industria y el marketing intentan arduamente que no recordemos jamás este detalle.

Por qué es importante recordar esto? Primero para dejar de intentar medir la cosmética natural con la vara de la cosmética convencional, por supuesto que los preparados naturales durarán menos que los que están repletos de sustancias sintéticas y manipuladas, de hecho, es muy bueno que así sea. Y, por otro lado, para que le quitemos esa carga negativa que le hemos impuesto a los conservantes.

¿Son sustancias "antinatura"? Si, lo son, porque deben mantener a raya a seres vivos, como las bacterias, los hongos y demás. Pero son esenciales para quien desea elaborar productos seguros y estables.

No está de más decir, que los problemas que pueden surgir del uso de cosméticos en mal estado van desde erupciones suaves a cegueras absolutas. Un poco (dentro de una formulación cosmética no usaremos más de un 1% de estas sustancias) de conservante de buena calidad (los hay derivados completamente de vegetales y sustancias naturales y completamente aptos para cosmética natural) en nuestros preparados, son una pequeña excepción que puede ahorrarnos muchísimos males peores

Hoy en día, existen numerosos conservantes aptos para cosmética natural, derivados de plantas y sus principios activos. Algunos de los más conocidos son:

Geogard 221 (Cosgard)

INCI: Dehydroacetic Acid, Benzyl Alcohol
Es un conservante con actividad de amplio espectro impidiendo el crecimiento de gérmenes. No provoca irritaciones cutáneas y no es sensibilizante.
Dosificación: 0.2 - 1.0% (Max. 1,15%)
Su poder conservante actúa en productos con pH entre 2 - 7.

Leucidal

INCI: Leuconostoc/Radish Root Ferment Filtrate
Conservante antibacteriano y antifúngico de amplio espectro, aceptado por ECO-CERT. Evita el desarrollo de bacterias, levaduras y mohos en los cosméticos caseros que contienen fase acuosa.
Es producido por la fermentación de rábanos por las bacterias Leuconostoc Kimchii (un género de bacterias de ácido láctico). Es un conservante que no es irritante y muy bien tolerado por la piel y puedes ser usado también para piel sensible.
Dosificación: entre 2 a 4%.
Actúa en el rango de pH de 3 a 8 y es estable a temperaturas hasta 70°C.

Sharomix 705

INCI: Benzoic Acid, Sorbic Acid, Dehydroacetic Acid, Benzyl alcohol

Es un conservante de amplio espectro compuesto por una combinación de ácidos orgánicos y aprobado por Ecocert.

Dosificación: 0,6 - 1,2%.

Para que actúe el pH del producto final tiene que ser inferior a 5,5.

Iscaguard

INCI: Benzyl alcohol, benzoic acid, sorbic acid

Este conservante se encuentra en forma de un líquido ligeramente amarillo, con un leve olor almendrado característico. I

Esta indicado para formulaciones en un rango de pH 3,0 - 6,5

Dosificación: de 0,6 a 1%

Benzoato de sodio

Se conoce también como benzoato de sosa o ácido benzoico y se usa en cosmética y en alimentación para evitar la proliferación de bacterias.

Dosificación: 0,5- 0,8%. Es efectivo en pH hasta 5,5

INCI: Sodium benzoate

Sorbato de Potasio

Es un conservante natural que actúa contra hongos y moho.

El pH debe estar entre 5-5,5. Si el pH esta por encima de 5,5 pierde su poder conservante.

Se recomienda usarlo en combinación con otro conservante que actúa contra bacterias (10-12% alcohol por ejemplo...), o combinado con benzoato de sodio (ver mas abajo como)

Concentración: Solución de sorbato de potasio en agua al 25%

INCI: Aqua, Potassium Sorbate

Benzoato de sodio + Sorbato de potasio

Combinar estos dos conservantes, crea una protección de amplio espectro a un costo menor que un conservante de amplio espectro ya listo para usar (como el Geogard ETC, por ejemplo). No es difícil prepararlo, por lo que aquí va la explicación por si deseas usar este tipo de conservante.

Ingredientes:

10 g. de Sorbato de Potasio.

10 g. de Benzoato de Sodio.

80 g. de agua destilada.

Preparación:

Verter el agua destilada en una olla y hacerla hervir, retirar del fuego y dejarla enfriar.

En una botella oscura de 100 ml agregar con la ayuda de un embudo las cantidades exactas de ambos conservantes.

Luego agregar 2/3 del agua destilada, tapar y mezclar vigorosamente hasta que los polvos se hayan disuelto en el agua, luego agregar el resto del agua destilada, tapar y mezclar nuevamente.

Tiene una vida útil una vez preparado de 6 meses.



Emulsionantes

Una emulsión o crema es una preparación en la cual se han mezclado con la ayuda de un emulsionante dos sustancias inmiscibles por si solas: agua y aceite.

Existen básicamente dos tipos de emulsiones:

* *Aceite en agua o O/W (por las siglas en ingles Oil in Water)*

* *Agua en aceite o W/O (por las siglas en ingles Water in Oil)*

Las emulsiones O/W son las más comunes y consisten en pequeñas gotas de aceite dispersas en una base acuosa. Suelen ser más líquidas (no llevan más de un 30% de aceite/manteca). Son ideales para todo tipo de preparados, desde cremas faciales y corporales hasta leches limpiadoras más líquidas.

Las emulsiones W/O, por el contrario, no son tan comunes, ya que puede lograrse cremas con consistencias muy similares haciendo preparados anhidridos (sin agua) que son mucho más sencillas. Son preparados más densos y grasosos. Son ideales para cremas muy nutritivas como cremas de manos y pies o cremas faciales nocturnas. No las estudiaremos en este curso.

¿Cómo se elabora una emulsión?

Por lo general dividiremos la fórmula de una emulsión en tres partes:

La Fase oleosa (FO)

Aquí enumeraremos todos los aceites, mantecas, emulsionantes y cualquier otro tipo de ingrediente liposoluble (soluble en grasas) no sensible al calor.

La Fase acuosa (FA)

Aquí enumeraremos todas las aguas, hidrolatos, infusiones, la glicerina, la goma xantana y cualquier otro ingrediente hidrosoluble (soluble en agua) que no sea termosensible

La Fase de enfriamiento (FE)

Aquí enumeraremos todos los ingredientes sensibles al calor que agregaremos al final de la receta cuando la temperatura de la emulsión haya bajado a menos de 40° (en general todos los activos como aceites esenciales, extractos alcohólicos, Vit E, conservante, etc.)



¿Qué es un emulsionante?

Un emulsionante es una sustancia o un conjunto de sustancias que logran, gracias a factores adicionales fundamentales como el calor y el batido, unir el agua y el aceite.

Existen formas muy específicas para calcular cuanto emulsionante deberemos agregarle a nuestro preparado, pero en este nivel de complicación del curso podemos generalizar diciendo que la proporción entre grasas y emulsionante es de 4 - 1 (1 parte de emulsionante por cada 4 de grasas), pero dependerá mucho de que emulsionante uses.

Tené en cuenta que deberás probar estas proporciones para estar segura de que tu crema es estable en el tiempo. Por lo tanto, siempre prueba primero con cantidades pequeñas y luego, una vez que estés seguro/a de tu receta, amplía las escalas y hace grandes cantidades, si así lo deseas.

Existen muchos tipos de emulsionantes, como el Olivem 1000, el Olivem 900, Montanov 68, ceras emulsionantes n°1, n°2, BTMS, etc.

En este curso solamente usaremos los siguiente emulsionantes:

OLIVEM 1000

INCI: Cetearyl Olivatate, Sorbitan Olivatate
De origen vegetal (aceite de oliva), se utiliza en emulsiones O/W, se encuentra en casi todo el mundo y es muy fácil de utilizar.

Tipo: autoemulsionante

¿Cómo se usa?

Debe calentarse el preparado (o las dos fases) hasta unos 75-80°. Una vez llegado a esta temperatura procederemos a batir el preparado hasta que se entibie.

Dosificación: 1,5 - 3% serum y lociones ligeras, 3-8% cremas y lociones.

BTMS

INCI: Behentrimonium Methosulfate (and) Cetearyl Alcohol

Tipo: emulsionante

Esta cera derivada de las plantas de colza y palma está indicada principalmente en la elaboración de shampoo y mascarillas acondicionadoras del cabello, también necesita unos 70° para realizar su función y debe ser agregada a la fase oleosa.

Dosificación: 2-10% dependiendo de la consistencia deseada



COLORANTES PARA MAQUILLAJE

Dentro de este grupo de ingredientes encontramos una infinidad de variantes posibles. Por lo que voy a tratar de ordenar esta información para que te sea más fácil decidir y usarlos.

¿Que es un colorante?

Por definición un colorante es una sustancia que tiene la capacidad de formar mezclas o reacciones químicas con las sustancias a teñir (puede ser una tela, comida, o como en este caso, un maquillaje), y les proporcionan un grado determinado de coloración. Muy amplio, ¿verdad? Definamos un poco más...

Tipos de colorantes del mercado:

Colorantes solubles:

Pueden ser solubles en agua, aceite, alcoholes o en algún caso en otros disolventes. Se utilizan para dar color a productos de higiene personal, cremas de tratamientos de belleza o cremas solares, ceras depilatorias, perfumes y lociones, productos para el cuidado bucal y dental y cualquier otro producto que requiera un colorante soluble. Se dividen a su vez en dos tipos:

- **Naturales:** Procedentes de extracción de materias vegetales o animales. Por ejemplo todos los pigmentos que se extraen de flores, fruta y verdura, como veremos más adelante en el curso. También entra dentro de esta categoría el carmín, extraído como vimos de la cochinilla.

- **Sintéticos:** Son colorantes orgánicos obtenidos por síntesis química. Presentan frente a los colorantes naturales algunas ventajas: mayor estabilidad, gama más extensa de colores y precios más bajos. No los usaremos en este curso, pero sentite libre de experimentar con ellos. Recordá revisar el INCI de cada colorante y chequearlo en la base de “Skin deep” para ver los estudios con respecto a su toxicidad.

Pigmentos:

Son productos insolubles en el medio en el que se aplican y que colorean por tanto por dispersión. Se utilizan principalmente para cosmética decorativa (maquillaje) y pueden ser:

- **Inorgánicos:** estos pigmentos pueden crearse por síntesis en un laboratorio u obtenerse directamente de ciertos minerales natural, como las micas. Efectivamente todos los pigmentos llamados micas entran dentro de esta categoría.

- **Orgánicos:** en esta categoría entran los llamados óxidos y ultramarinos, que pueden tener un origen natural (o sea directamente de los minerales) o pueden ser sintetizados en laboratorios.

Nosotros en este curso no veremos los sintetizados en laboratorio, aunque te sugiero que los pruebes alguna vez. Según la base de datos de “Skin Deep” no son peligrosos, sencillamente se los crea en laboratorios para evitar la típica contaminación de metales pesados de los que son de origen natural.

Si compras los de origen natural asegurate que hayan sido purificados y que se le haya eliminado las impurezas, tu proveedor debe enviar una ficha técnica donde esto esté detallado.

Un poco más de información específica sobre los colorantes que usaremos en el curso:

Micas

Las micas son minerales pertenecientes a un grupo numeroso de silicatos de alúmina, hierro, calcio, magnesio y minerales alcalinos caracterizados por su fácil exfoliación en delgadas láminas flexibles, elásticas y muy brillantes. Se encuentra en la naturaleza junto con otros minerales (cuarzo, feldespato) formando vetas dentro de rocas generalmente duras. Normalmente se cifra en un 1 % a un 2 %, y raramente se llega al 10 %.

La mica en bruto es posteriormente exfoliada, recortada y exfoliada de nuevo para pasar a ser clasificada de acuerdo con el tamaño de los cuadrados obtenidos. Posteriormente, es clasificada de nuevo atendiendo a la transparencia, contenido de minerales extraños, lisura de la superficie, etc.

Este es un proceso muy largo y tedioso, de ahí su alto precio.

Hay quien prefiere no usar las micas por esta razón y también por una cuestión ecologista. Tanta explotación minera no es bueno para nuestro Planeta ni para quienes la habitamos. La decisión final es tuya, obviamente, pero yo particularmente considero mejor usar los minerales como nos los brinda la Madre Naturaleza, porque los uso en cantidades muy pequeñas para uso personal o para regalar.

Las micas tienen una particularidad muy hermosa, y es que brillan! Así podrás reconocerlas fácilmente de los óxidos y ultramarinos (que son opacos).

La variedad de colores de micas no es tan grande como el de los óxidos (salvo que se tiñan las micas con óxidos o con otros colorantes, chequealo con tu proveedor), suelen encontrarse en tonos blancos, terrosos (marrones, dorados, bronce, naranjas, beige, amarillo, rojizo) y plateados.

El nivel de coloración de las micas es menor que el de los óxidos, pero a mi me encanta usarlos para sombras, rubores e iluminadores, por ese brillo único que le otorgan al preparado.

Concentraciones de uso: no tiene restricciones

Un tip importante a la hora de usarlas:

Tratá de no procesar las micas en tu molinillo de café o en tu mortero, porque perderá su efecto brillante. Mejor procesa todo (salvo la mica) y una vez que esté todo integrado, agrégale la mica y mezcla sencillamente con una cuchara o batidor manual. Se integran muy fácilmente a los preparados.

Óxidos y ultramarinos:

Son los óxidos y los ultramarinos los que dan potencia de color real a nuestros maquillajes. Así que si te gusta el poder del color te recomiendo que los uses.. los vas a amar!

Los óxidos de hierro vienen sobre todo en todos terrosos y rojizos, los óxidos de cromo en verdes y los ultramarinos generalmente son más azules, rosas, violetas muy intensos.

Personalmente no soy muy fanático de los óxidos de cromo, porque son sustancias más tóxicas (aunque hiper seguras, usadas dentro de los márgenes adecuados), si quiero un verde, suelo tratar de usar micas, y sino las mezclo. Nunca uso óxido de cromo solo. Químicamente hablando, los óxidos son literalmente hierros oxidados, o sea sometidos a diferentes procesos físicos que transforman su color. Claramente los purifican y les eliminan las sustancias posiblemente tóxicas o dañinas. Hay quien prefiere evitar el riesgo y usa este tipo de pigmentos completamente sintetizado en un laboratorio. Como siempre, la decisión es totalmente tuya.

Este tipo de pigmentos viene también en polvo y debido a que su nivel de coloración en nuestros preparados es mucho mayor que el de las micas veras que te rinde muchísimo más. Con un pizquita de óxido haces lo mismo que con lo que sería una buena cucharadita de mica.

Como este tipo de pigmento tiene una textura más bien gruesa (al contrario de las micas que son hiper finas y volátiles) te recomiendo que para integrarlo a tu preparado lo muelas en tu molinillo eléctrico o mortero manual.

De esta forma lograrás mezclar bien tus pigmentos con la base de polvo que uses y con los demás ingredientes (si los hubiera).

Concentraciones de uso:

- **Ultramarinos: 2-20% (no usar en labios)**
- **Óxidos de hierro: 1-75%**
- **Óxido de cromo: 1-30% (no usar en labios)**

Una cuestión importante a la hora de usarlos:

Los pigmentos ultramarinos no están permitidos en los labios en los EEUU, aunque sí se pueden usar en cantidades pequeñas en Europa. Si tu plan es vender tus maquillajes, asesorate específicamente al respecto de cuáles son las leyes de tu país. Te recomiendo que para evitar inconvenientes al respecto te rijas siempre por las normas mundiales más estrictas, en este caso los de la EEUU. Por lo tanto, yo nunca uso ultramarinos en los labios, pero una vez más, la decisión final es tuya.

Colorantes naturales:

Este tipo de colorantes, extraídos de flores, frutos, verduras, etc, son realmente hermosos para experimentar y jugar. En mi opinión y en base a mi experiencia son colorantes menos estables y menos pigmentados (colorean menos la piel) que las micas y óxidos. Sin embargo, en algunos casos son muy útiles de usar y siempre es bueno saber extraer el color de ingredientes que tenemos más a mano, ya que en muchos países las micas no son tan fáciles de conseguir y su precio suele ser bastante alto.

Encontrarás en el curso algunos tips que aprendí de la maravillosa Diana de Naru Nutricosmética y de mis propios experimentos para extraer estos preciosos pigmentos, algunas recetas y muchas ideas para que juegues y pruebes.

Pigmentos inorgánicos sintéticos:

En algunos casos muy específicos yo decido usar a veces pigmentos sintéticos. Por ejemplo es el caso del rojo. El óxido de hierro tiene una tonalidad bastante amarronada, está muy lejos de ser un rojo pasión para los labios que tanto me gusta. El carmín que es lo más comúnmente usado para este tipo de rojos no es una opción para mí, ya que no va acorde a mis principios ni mis gustos.

Así que si estoy obsesionada con hacerme un precioso labial rojo pasión no me quedan muchas más opciones que usar un pigmento sintético. El que más me gusta (en realidad el único que uso) es el Red Lake Nr 7. Es un color precioso rojo intenso y según la base de datos de "Skin Deep" es muy seguro, incluso para los labios.

Para usarlos, tené en cuenta que se comportan en las recetas muy similarmente a los óxidos, así que vas a tener que procesarlos para que este tipo de pigmentos se integren bien a tu preparado.

Uso seguro de los pigmentos

Es muy importante a la hora de hacer tus maquillajes naturales que conozcas los ingredientes y que siempre te asegures que los estás usando correctamente. Por supuesto lo mismo vale para todo tipo de preparados cosméticos, pero en maquillaje es esencial tenerlo más en cuenta aun, ya que usamos ingredientes no tan comunes y de los cuales hay mucha desinformación.

Lo primero que me gustaría dejarte súper claro es que no todos los pigmentos y colorantes que encontrarás en el mercado son aptos para tus maquillajes. De ninguna forma compres cualquier colorante (por ejemplo de los que se usan para hacer jabones) para sustituir los colorantes de las recetas de este curso. No son intercambiables!

Por otra parte, tené en cuenta que no todos los pigmentos usados y presentados en este curso pueden usarse siempre en todas las partes del cuerpo. Por ejemplo, como te comente antes, los ultramarinos y el óxido de cromo no están permitidos para usar en productos para labios en EEUU. Otros pigmentos solo pueden usarse dentro de un límite específico de uso. Tené en cuenta que cada país tiene sus propias restricciones y limitaciones en cuanto a dosis de ingredientes, por lo que te recomiendo que averigues esto en las entidades pertinentes.

También es esencial que protejas tus pulmones de la inhalación de los polvos usados en el curso. Como te expliqué no son tóxicos, pero inhalados de forma acumulativa podrían llegar a causarte irritaciones. Así que evítalo usando una máscara facial o un pañuelo. Cuanto más profesional la máscara mejor te protegerá. El momento más peligroso y donde más tendrías que usar la mascarilla protectora es en el momento de procesar tus ingredientes en el molinillo de café, y justo luego de eso. Ya que todos los polvos se volatilizan y tardan unos segundos en decantar nuevamente.

Para evitar lo más posible inhalar estos polvos, puedes también esperar un par de minutos con el molinillo de café cerrado luego de procesar los polvos, así les das tiempo a que decanten y la exposición será menor.

Si tenés dudas sobre algún ingrediente específico y sus usos, limitaciones y contraindicaciones te sugiero que revises tanto la base de datos de “Skin Deep” como la web de la FDA (The Food and Drug Administration) de EEUU, que es la entidad reguladora de productos alimenticios y cosméticos más estricta a nivel mundial y allí tienen mucha información útil (www.FDA.gov).



LOS PIGMENTOS QUE USARÁS EN ESTE CURSO

ÓXIDOS

Rojo óxido de hierro (CI 77491)



Amarillo óxido de hierro (CI 77492)



Negro óxido (CI 77499)



ULTRAMARINOS

**Azul ultramarino
(CI 77007)**



MICAS

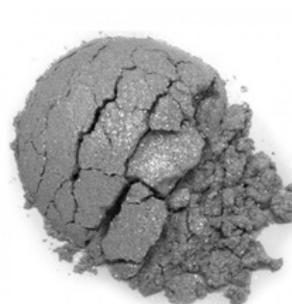
Marrón



Malva o bright red



Plateado



Coral



Blanco satinado



Verde dorado (green gold)



Dorado



Blanco perlado o brillante



Violeta



Naranja



Blanco



Gitler



OTROS PIGMENTOS QUE QUIZÁS QUIERAS USAR

Rojo anaranjado
óxido de hierro
(CI77491)



Marrón claro
óxido de hierro
(CI77492)



Marrón oscuro
óxido de hierro
(CI77493)



Mica amarillo
limón



Mica azul brillante



Fuccia satinado



Mica rojo brillante



Lila ultramarino
(CI 77007)



Rosado brillante



Tostado brillante



Verde fresco brillante



Equipamiento y utensilios para hacer maquillaje

Ahora que ya vimos la clave para la elaboración de maquillajes en casa (los ingredientes) pasemos al siguiente tema: las herramientas que necesitas para hacerlos de forma correcta y segura.

A continuación paso a presentarte las herramientas más importante, que te sugiero que vayas comprando de a poco.

Herramientas medidoras

Verás en cuanto llegues a las recetas del curso que se manejan casi siempre cantidades (en lo que respecta a los ingredientes) muy pequeñas.

Para que eso no te vuelva loc@ te recomiendo que uses una balanza de precisión (de las que miden de 0,01gr a 200gr) o un juego de cucharitas medidoras (de las que se usan en cocina). Si eliges esta ultima opcion te recomiendo que compres las que miden cantidades muy pequeñas, también llamadas mini cucharas medidoras. Pregunta específicamente por las que miden desde pizcas hasta gotas. No son tan fáciles de conseguir como las típicas cucharas medidoras, por lo que si no llegás a conseguirlas no desesperes, siempre puedes usar una balanza de joyero o balanza de precisión.



Molinillo de cafe

Vas a necesitar una herramienta como esta para procesar los ingredientes correctamente. Te recomiendo que te compres una para uso exclusivo de tus maquillajes para evitar contaminación cruzada de tus alimentos. Si ya tienes una y no puedes comprar otra especialmente para tus preparados, tendrás que limpiarla muy profundamente antes de usarla con agua y jabón caliente, y luego con abundante alcohol. Recordá dejarla secar muy bien antes de usarla y no la guardes abierta para evitar que se llene de polvo y microorganismos.

Jamás vendas maquillajes hechos con un molinillo que usas para cocinar, y te recomendaría que tampoco los regales, ya que es muy posible que duren menos tiempo de lo que deberían durar y tus amigos y familiares no tienen por que saber reconocer cuando el maquillaje que les regalaste ya no puede usarse. No te arriesgues!

Si no puedes comprar una, siempre puedes usar un mortero manual, pero tené en cuenta que vas a necesitar bastante más tiempo para procesar los ingredientes con un mortero manual que con un molinillo eléctrico.

Mortero

Sirven tanto los morteros de cerámica, como los de mármol o cualquier otro material duro y resistente que pueda también ser lavado e higienizado con facilidad. Evitá los que tengan texturas en la base (ayuda para moler semillas pero para el maquillaje te va a molestar y favorecerá la acumulación de suciedad o posibles contaminaciones). Y siempre repasalos con alcohol antes de usarlos.



Máscara facial y guantes de latex

Los polvos usados en las recetas de este curso no son tóxicos, pero si los inhalas prolongadamente pueden causarte irritación en los pulmones. Evita este problema usando una máscara protectora o un trapo alrededor de la boca. Los polvos, una vez que ya se asentaron, no son peligrosos, por lo que una vez que el maquillaje esté listo y envasado por supuesto que ya no necesitarás usar máscaras para usarlos. Quizás esto suena obvio, pero nunca está de más aclarar lo obvio.

Siempre que manipules ingredientes para hacer tus preparados cosméticos y/o maquillajes es esencial que uses guantes, no sólo para evitar que posible suciedad y contaminación de tus manos pase a tus preparados, sino también para proteger tus manos de entrar en contacto con sustancias que podrían irritarlas, como por ejemplo la glicerina pura o el conservante.



Bowls y recipientes pequeños

Vas a necesitar hacer muchas mezclas y pruebas, así que te recomiendo que tengas a mano unos cuantos bowls pequeños de diferentes tamaños que usaras solamente para hacer tus maquillajes. Con respecto al tipo de material, puedes usar lo que más te guste. Yo siempre prefiero cerámica o vidrio, porque es más limpio que otros materiales.

Bowls o vasos medidores resistentes al calor

También vas a necesitar derretir algunos ingredientes, como las mantecas y las ceras, por lo que vas a necesitar algunos recipientes resistentes al calor. Yo siempre prefiero usar los vasos de laboratorio de vidrio para hacer maquillajes, porque los hay de diferentes tamaños, son fáciles de usar, resistentes al calor y tienen un piquito vertedor muy práctico para rellenar recipientes pequeños de maquillaje.

Cucharadas, batidores y espátulas para mezclar

Mezclar, mezclar y mezclar... esa es la clave! Así que conseguí una buena cantidad de cucharas de diferentes tamaños, espátulas de diferentes materiales (de silicona es clave tener por lo menos una) y minibatidores manuales (los amo, soy fan de los mini batidores). Recordá que es esencial que higienices todo en profundidad antes de usarlo.

Materiales para limpiar: papel de cocina, toallitas húmedas, trapos

Te recomiendo que revises la sección como higienizar y limpiar antes y después de hacer maquillajes para profundizar en el tema, pero vas a ver que es esencial tener a mano una buena cantidad de papel de cocina. Las micas manchan mucho, no lo olvides! Así que cuidá tu ropa y tu zona de trabajo. Las toallitas húmedas típicas de bebe o las desmaquillantes no son algo que yo suela usar mucho, la verdad es que les tengo bastante manía, pero a veces pueden salvarte el día. Así que ten unas a mano por si acaso. Una buena cantidad de trapos limpios hechos con ropa que ya no uses también es una buena idea!

Envases para maquillaje

Para envasar tus preciosas creaciones necesitarás recipientes a la altura. Te recomiendo que reutilices los que ya tenés y que consigas proveedores en tu zona que vendan envases que te sirvan para envasar bálsamos labiales, polvos compactos, y polvos sueltos. Si además consigues uno que te venda envases para mascara de pestañas y delineadores considérate muy muy afortunad@! Si vivís en Argentina te recomiendo a Frasquitos Bernal, encontrarás su contacto en la lista de proveedores mundial que tenes adjunto al principio del curso.



Una pequeña olla para baños maría

Como te comenté, hay cosas que tendrás que derretir al baño maría para calentarlas y/o derretirlas, por lo que te recomiendo que tengas alguna olla baja o una sartén plana, para poder ponerle agua dentro y que te entren ahí también unos cuantos bowls pequeños resistentes al calor (yo siempre aprovecho el baño maría y caliento varias cosas a la vez).

Embudos de diferentes tamaños

Para envasar tus maquillajes en los pequeñísimos recipientes te va a venir muy bien tener a mano unos cuantos embudos pequeños de diferentes tamaños. Para lavarlos seguí las indicaciones en la sección específica sobre como lavar luego de hacer tus maquillajes

Termómetro

Necesitarás un termómetro para medir la temperatura de tus preparados en varias oportunidades. Podés usar digitales o manuales, lo que vos prefieras. Lo importante es que no seas de mercurio, son muy tóxicos y peligrosos. Chequeá cuando lo compres que necesitarás que midan de 0 a 100°C



Opcionales:

Brochas de maquillaje

Las vas a necesitar no sólo para ir probando tus creaciones, sino también para ir retirando los polvos de tu molinillo. Te recomiendo que tengas de varios tamaños. Yo siempre uso de plástico, a pesar de que las de pelo de animal son mejores, pero esa decisión es totalmente tuya.



Herramientas para presionar maquillaje compacto

Para hacer tus polvos compactos (ya sea para polvos faciales, rubores, sombras, o lo que sea) vas a necesitar dos cuestiones. Por un lado una buena receta (que te proveemos en este curso) para que el polvo se amalgame correctamente y no se desarme. Y por otro lado, algún tipo de herramienta casera para presionar. En la industria se utilizan prensas hidráulicas que por supuesto no espero que tengas en tu casa.

Así que te paso algunos tips para presionar los polvos y que queden bonitos:

- Tené a mano algún objeto plano del tamaño exacto o lo más similar posible a la abertura de tu envase, eso te va a permitir presionar de forma homogénea todo el polvo y que no queden montañas y baches. Yo generalmente uso una moneda bien limpia o la tapa de alguno de los otros envases que uso. Pero podés usar lo que tengas en casa.
- Para darle diferentes texturas al polvo compacto puedes usar entre el polvo y el objeto presionador diferentes telas, papeles de cocina o lo que encuentres similar. Si preferís que el acabado sea completamente liso, usa directamente el objeto presionador. Y si no quieres que ese objeto entre en contacto con tu preparado (porque no quieres que se manche el objeto o porque no quieres que el maquillaje entre en contacto con posibles suciedades del objeto) puedes ponerle un poco de papel de film entre el objeto y tu maquillaje. El típico plástico film de cocina sirve perfectamente.

Jeringas

Para envasar sustancias líquidas en recipientes con bocas muy pequeñas, como los delineadores y las máscaras de pestañas, te recomiendo tener algunas jeringas a mano bien limpias. Te va a facilitar la vida!



Frascos de vidrio para guardar ingredientes

Verás que en nuestros maquillajes usamos muchísimos polvos de diferentes tipos, te recomiendo que los guardes en frascos de vidrio bien etiquetados, es mucho más sencillo usarlos así que si los tienes en bolsas de plástico o de papel. Guardarlos en lugares donde no haya humedad y no les dé el sol directo ni extremo calor.



Cuaderno para anotaciones

Aquí es donde me pongo un poco pesada, porque siempre les digo lo mismo, pero es super hiper mega importante que anotes todo lo que haces y no haces mientras aprendes a hacer tus maquillajes: tus errores, tus aciertos, los cambios de último momento, las inspiraciones, comentarios para tu “yo futuro”... TODO.

Anotá hasta lo que te parezca sonso anotar, porque luego, en un momento de necesidad agradecerás a la sonsa que anotó esos detalles. Anota fechas, lo mas detallado que puedas, y crea algún sistema de lotes, donde puedas revisar con facilidad qué ingredientes usaste, qué no usaste, qué pudo haber ido mal (si es que notás cambios extraños en tu maquillaje al tiempo de hacerlos), etc.



Delantal y mantel de plástico

Como te comenté antes, las micas manchan y mucho! Así que protege tu ropa con un delantal si lo tenes o incluso con un ambo. Tambien podes usar ropa vieja que no te importe manchar. Cuida a tu mesa y zona de trabajo también, te recomiendo que uses un mantel de plástico para poder lavarlo facilmente.

