



MARCELA BURGOS

Día **2**

mi primer
jabón

ENTRENAMIENTO GRATUITO

2025

Escuela Internacional de jabonería
Artesana y Natural

copyright 2025 © marcelaburgos.com



Día 2

Hoy hablaremos de los ingredientes que podemos incluir en el jabón y leyendo vuestros mensajes de Telegram, me he dado cuenta de que no podemos olvidarnos de uno muy importante!

La ansiedad

🍓 **LA ANSIEDAD ES ESE PRIMER "INGREDIENTE OCULTO" QUE HAY QUE APRENDER A DOMINAR PARA SER JABONERA CON OFICIO Y ALMA.**

Si sufres de impaciencia y no puedes esperar a que termine el proceso y sus tiempos, pues vas perdida con el jabón, porque si algo saben mis alumnas, es que la paciencia hace al maestro.

Los mejores resultados se obtienen cuando sabes esperar cada etapa con calma, sin forzar, como quien confía en que la magia suceda... a su tiempo.

Porque si algo enseña el jabón a los impacientes es a hacer todo lo que no debes para lograr un desastre exitoso.

Hoy quiero invitarte a mirar el jabón con otros ojos.

Porque lo que para muchos es "solo un producto de limpieza", en realidad es uno de los inventos más antiguos, más necesarios... y más transformadores que tenemos en casa.

El jabón es un bien maravilloso, existe hace más de dos mil años y casi no ha variado su fórmula, sigue siendo un producto esencial. Un básico de primera necesidad.

Cada hogar del planeta tiene jabón, porque sin higiene, no hay salud. Y en los lugares donde no hay jabón, lo que abunda son las enfermedades.

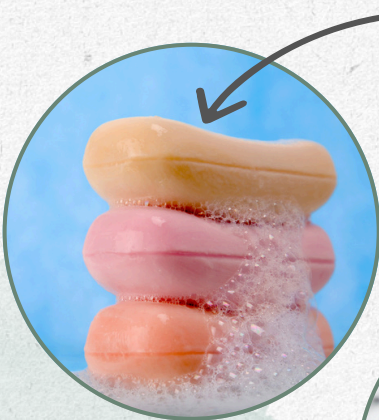


[AQUÍ PUEDES ESCUCHAR EL AUDIO DE LA PÍLDORA 2](#)

🔊 Cuando tengas tiempo, sientate a escribir la lista de ingredientes que tienes por casa, te sorprenderás. También puedes hacer el oleato de zanahorias que dejo aquí mismo. El audio solo estará disponible hasta el 3 de julio 2025.

LOS DIFERENTES JABONES DE TOCADOR

JABONES INDUSTRIALES (SIN GLICERINA)



Jabones en barra saponificado en caliente troquelado, sin glicerina, sin sobreengrasado



Jabones líquidos o geles de ducha con tensioactivos sintéticos (SLS), triclosan conservantes, pueden contener ftalatos y formaldehidos

INGREDIENTES POLÉMICOS EN LOS CHAMPÚ Y GELES DE DUCHA

El el audio te hablo de ingredientes químicos polémicos en champú, jabones líquidos y geles de ducha, entre otros muchos productos de aseo que se venden en el mercado. Algunos contienen ingredientes como sulfatos, parabenos y fragancias sintéticas que, aunque legales, pueden resultar agresivos para la piel, alterando su equilibrio natural y debilitando su barrera protectora. Estos compuestos pueden provocar sequedad, irritaciones o alergias, especialmente en pieles sensibles.

Ingredientes tóxicos en muchos geles de ducha

1- Parabenos (methylparaben, propylparaben, etc.)

- Conservantes sintéticos.
- Pueden interferir con el sistema endocrino (hormonal).

2- Sodium Lauryl Sulfate (SLS) / Sodium Laureth Sulfate (SLES)

- Tensoactivos agresivos que generan espuma.
- Pueden ser irritantes para la piel y mucosas.
- SLES a veces contaminado con 1,4-dioxano (potencial cancerígeno).

3- Ftalatos (phthalates)

- Se usan para fijar fragancias.
- Alteradores endocrinos sospechosos.
- A menudo ocultos bajo el nombre de "fragancia" o "parfum".

4- Triclosán

- Antibacteriano.
- Puede alterar el equilibrio del microbioma cutáneo.
- Vinculado a resistencias bacterianas.

5- Formaldehído (o liberadores de formaldehído como DMDM hydantoin, imidazolidinyl urea...)

- Conservante.
- Potencial cancerígeno.

6- Colorantes artificiales (CI + número)

- Algunos derivados del petróleo.
- Posibles irritantes o alérgenos.

7- Siliconas (dimethicone, cyclopentasiloxane...)

- No aportan nutrición ni limpieza real.
- Capa oclusiva que puede afectar pieles sensibles.
- No son biodegradables y contaminan el medioambiente

8- PEG (polietilenglicoles)

- Usados como emulsionantes o humectantes.
- Pueden estar contaminados con óxidos de etileno o 1,4-dioxano.

LAS FRAGANCIAS QUE PUEDES AGREGAR A TUS JABONES

Las fragancias cosméticas aptas se componen de una combinación de ingredientes que pueden ser naturales (aceites esenciales) y sintéticos seguros, y son permitidos por IFRA y certificados como compatibles con productos naturales.



IFRA no prohíbe los sintéticos en cosmética natural, siempre que cumplan con sus estándares de seguridad

Tres tipos de control IFRA sobre los ingredientes

1. Prohibición total: sustancias consideradas riesgosas para la salud o medioambiente no pueden utilizarse en cosméticos ifragrance.org.
2. Restricción de uso: límite en la concentración máxima permitida según tipo de producto .
3. Especificaciones de pureza: incluso ingredientes permitidos deben cumplir criterios de calidad, ausencia de impurezas y procesos controlados.

Qué debe aportar la fragancia en jabones naturale

Cuando compres una fragancia en una tienda online verifica que cumple con los estándares para cosmética natural, lo encontrarás en la descripción del producto, en misma página de compra o en las fichas para descargar.

1. Certificado de cumplimiento IFRA ("IFRA Certificate of Conformity") que indique: ingrediente aprobado + uso máximo permitido.
2. Información clara sobre si proviene de extracto natural o incluye ingredientes sintéticos, para mantener transparencia.
3. Cumplimiento además de normativas locales (UE, EEUU, China), pero IFRA es referencia global.

LOS DIFERENTES JABONES ARTESANOS

saponificados en frío



JABONES ARTESANOS CON GLICERINA Y SOBREENGRASADO. SIN CONSERVANTES

Todos los jabones artesanos contienen un 11% de glicerina producida de forma natural durante la saponificación

saponificados en caliente



JABONES ARTESANOS CON GLICERINA, EN CREMA, EN PASTA (BELDI), LÍQUIDO, EN BARRA SÓLIDO Y BASE DE GLICERINA, SÓLIDO Y LÍQUIDO.

La variedad de texturas de jabones que puedes conseguir saponificando grasas es enorme, y la mayoría se consigue con la técnica de Hot Process o saponificación en caliente.

Bases de jabón de glicerina

Los jabones bases de glicerina son jabones saponificados en caliente, con pH 8 y agregado de glicoles para dar transparencia. Son bases neutras a las que se le pueden agregar todo tipo de nutrientes, colores, aromas y agentes exfoliantes. Se presentan transparentes, cristalinas y blancas..



Oleato de zanahoria

Si quieres hacer conmigo el jabón de zanahorias, ve preparando este oleato para disfrutar de sus propiedades.



CÓMO HACER UN OLEATO DE ZANAHORIAS

Para hacer un aceite de zanahoria solo necesitas:

- un frasco de vidrio de 250g, limpio y desinfectado,
- alcohol etílico de 96 o de 70°.
- una zanahoria
- aceite de coco, (almendras, oliva, canola o cártamo, girasol o de aguacate)

Si no tienes acceso al alcohol, utiliza vodka o una bebida de alta graduación.

1. Desinfecta el frasco con alcohol de 70°
2. Ralla la zanahoria con rayador y meterla en el frasco, debe llenar una tercera parte, agregar 6 cucharadas de alcohol.
3. Tapa y agita el frasco.
4. Deja reposar 24 horas en un lugar oscuro.
5. Al otro día lo agitas y le viertes el aceite de coco los 2/3 del frasco hasta completar, no lo llenes hasta arriba.

CÓMO MACERAR EL OLEATO

Ahora hay que macerarlo y tienes dos formas de hacerlo:

AL AMBIENTE

- 1** dejar el frasco reposar una semana agitando de vez en cuando, pasado este tiempo lo cueles.

EN EL LAVAVAJILLAS

- 2** poniendo el frasco en el lavavajillas y que se bañe durante uno o tres ciclos cuando laves tu vajilla.

EN EL LAVAVAJILLAS

El calor durante el ciclo de lavado ayuda a que libere los carotenoides. Lo sacas y lo cueles en otro frasco debidamente higienizado. Ya tienes tu aceite de zanahorias listo para aplicar sobre tu piel, hacer bálsamos e incluir en el jabón. Ahora, si vas a hacer el jabón que haré en la clase en directo, no lo cueles, déjalo el macerado en el frasco.

CÓMO CONSERVAR EL OLEATO

Para conservar el oleato debes filtrarlo y guardarlo en un lugar fresco y oscuro. Los oleatos de coco son muy resistente y pueden durar varios años.

Los oleatos de oliva, cártamo, girasol, canola y almendras duran menos, puedes agregarle una cápsula de vitamina E y mantenerlo en la nevera. A temperatura ambiente pueden durar entre 6 meses a un año.

DÓNDE COMPRAR BASE DE JABÓN DE GLICERINA

Comprar base de jabón de glicerina es tarea fácil.

En España tienes muchas tiendas dónde adquirirlas como:

Granvelada *Jaboneros de Castilla*
Jabonarium *Mi cosmética Casera*
Frescoco *El Recó*
Glicerina.es *Y hasta en TEMU*

En Reino Unido la encuentras en: *Stephenson Personal Care*

En Latinoamérica la consigues en *Mercado Libre* y si buscas en Chat GPT “dónde puedo comprar jabón base de glicerina en [tu país] te dará muchísimas opciones. Prueba y verás.

EL DOMINGO TRAERÉ UNA
NUEVA PÍLDORA CON MÁS
PARA APRENDER.

Por ahora, trata de hacer tu lista y el
oleato, si quieres. Si te animas,
compártelo en el grupo.

¡Nos escuchamos el domingo!!

Marcela

