

Gratuito

27 prazas
Necesaria
Inscripción

OBRADOIRO

Elaboración de xabóns artesanais

Impartido por Diana Forero - Apartamentos Sons do Eo

Taller interactivo para aprender a facer xabóns artesanais cos recursos do territorio (materiais, aceites e plantas naturais). Cada participante poderá levarse unha mostra. Non son necesarios coñecementos previos.



29 de maio de 2024



De 17 h. a 19 h.



Centro Socio Cultural
BALEIRA

INSCRÍBETE



Información: 622 54 09 68

www.montesevaesorientais.gal/inscricions

ÚNETE Á REDE DE MULLERES DO TERRITORIO!

Gratuito

20 prazas
Necesaria
Inscripción

OBRADOIRO

Xabóns artesanais e champú sólido

Impartido por Diana Forero - Apartamentos Sons do Eo

Un taller no que aprenderemos a elaborar de xeito artesanal diferentes tipos de xabón e champú sólido cos recursos do noso entorno.

 As Nogais 30 de agosto

 De 17 h. a 21 h.

 Sede Asociación As Bulideiras
Rúa Rosalía de Castro, 26 - As Nogais

Información: 622 54 09 68

www.montesevalessorientais.gal/inscricions

INSCRÍBETE



ÚNETE Á REDE DE MULLERES DO TERRITORIO!



Taller de jabón y champú sólido artesanal

Impartido por Diana M. Forero Morantes



¿Cómo se forma un jabón?

Se forma por el proceso de saponificación, en el cual un cuerpo graso (aceite) se une al agua y una base/álcali, dando como resultado jabón y glicerina.

Tres elementos necesarios:

- **Agua:** La reacción entre las grasas y la sosa solo se da cuando entran en contacto con el agua. Tendremos que ajustar la cantidad de agua para conseguir un jabón que endurezca sin perder la forma; si a una formulación le sobra el agua obtendremos un jabón blando. **El agua puede ser sustituida por zumo o infusión** (esta infusión ha de estar muy fría, congelada, ya que de por sí al mezclarse con el álcalis su temperatura va a aumentar de por sí). En el caso de Galicia, como nuestra agua es ácida, no es rica en cal, podemos usar esta (en lugares con aguas ricas en cal mejor usar agua destilada).
- **Grasas o aceites:** Para formular un jabón equilibrado se pueden usar uno o varios aceites o grasas y pueden ser sustituidos por oleatos. Para preparar un oleato: 1. recogemos la planta y la dejamos a secar 2 semanas en un lugar ventilado (por ejemplo, un hórreo); 2. en un bote de vidrio rellenamos $\frac{3}{4}$ partes de planta y el restante de aceite (por ejemplo podemos usar aceite de orujo de oliva, de oliva, de girasol, etc); 3. dejamos el bote 1 mes en un lugar calentito, donde no le den los rayos del sol (podemos tapar con papel albal). Pasado ese mes, oleato listo. NOTA. Si la planta es por ejemplo laurel o romero, tiene menos humedad, por lo que estaría antes seca.
- **Álcalis:** la **sosa o hidróxido de sodio** es el álcali que utilizamos para que se dé la reacción. Se puede comprar sosa en cualquier ferretería, pura al 100% (de la que venden como desatascante).

¿Qué valoramos en un jabón?

- Su poder limpiador. Añadir aceite de coco es andar sobre seguro, pero nunca solo puesto que puede reseca la piel. En una proporción de 20-25% de coco, resto otro aceite.
- Su dureza, para que la pastilla no se deshaga rápidamente. Para ello podemos usar una combinación de aceites.
- Para que haga espuma es imprescindible usar aceite de coco (20-25% de los aceites).
- Humectación de la piel: queremos un jabón que no reseque la piel, por ello el sobreengrasado es imprescindible. El sobreengrasado significa que haremos un exceso de aceite, que le otorgará propiedades emolientes y suavizantes.

Medidas de seguridad:

Atención: estamos trabajando con ingredientes corrosivos como la **sosa cáustica**. Al mezclar el álcali con agua se forma una solución, llamada lejía, que al contacto con la piel o los ojos produce quemaduras químicas graves. Cuando manipulemos los álcalis:

- La solución de agua y álcali debe realizarse **al aire libre o en una sala bien ventilada**, para que emanen al exterior los gases tóxicos. Siempre primero ponemos agua antes y luego añadimos la sosa.
- Para remover utilizar utensilios de madera o plástico.
- Protegerse con una mascarilla para evitar los gases o salpicaduras.
- Utilizar **gafas de seguridad**.
- Utilizar **guantes**.
- El recipiente debe soportar altas temperaturas, preferiblemente acero inoxidable o plástico que aguante calor, **¡no usar aluminio**, ya que automática se estropea y corroe!

Formulación:

Hay múltiples calculadoras de saponificación en internet. En ellas se introduce la cantidad de aceites que quieres utilizar y ella te arroja las cantidades de álcali y de agua. También puedes calcularlo tú mismo, teniendo los índices de saponificación de los diferentes aceites.

En este caso vamos a utilizar dos aceites: el aceite de orujo y el de coco.

Jabón de Aceite de Orujo y coco:

Grasa	Índice de saponificación NaOH
Aceite de orujo	0,135
Aceite de coco	0,191

*Índice de saponificación: Es la cantidad de miligramos de KOH o NaOH necesarios para saponificar un gramo de grasa.

Utilizaremos:

1000 g aceite de orujo
250 g aceite de coco (20%)

ÍNDICE SAP X GRAMOS = GRAMOS DE SOSA

$0,135 \times 1000 = 135 \text{ g NaOH}$ (**NaOH es sosa**)

$0,191 \times 250 = 47,75 \text{ g NaOH}$

Sobreengrasado del 10%

$135 \times 0,90 = 121,5 \text{ g NaOH}$

$47,75 \times 0,90 = 43 \text{ g NaOH}$

$121,5 + 43 = 164,5 \text{ g NaOH en total}$

Para calcular el agua realizaremos una sencilla regla de tres; sabiendo que para 1 Kg de aceites pondremos unos 320 g de agua.

$(1250 \text{ g aceite} \times 320 \text{ g agua}) / 1000 \text{ g aceite} = 400 \text{ g agua}$

En **resumen** para hacer un jabón de aceite de orujo y aceite de coco los ingredientes son:

- 1000 g aceite de orujo
- 250 g aceite de coco
- 164,5 g NaOH (sosa)
- 400 g agua o infusión de alguna planta
- 25 gotas aceite esencial de lavanda

Aceite esencial de lavanda: propiedades relajantes, antisépticas y suavizantes para la piel. Además deja un rico olor.

Se pueden utilizar otros tipos de aceites esenciales, como el de geranio, salvia, árbol del té, manzanilla, romero, etc.

Elaboración:

1. Semanas antes se puede preparar un oleato, utilizando el aceite que vayas a emplear en el jabón y alguna planta con propiedades para la piel.
2. Preparar la lejía: En un recipiente de vidrio, porcelana o acero inoxidable, poner el agua y después poco a poco la sosa. **NUNCA AL RÉVES**, como dijimos antes, pues podría salpicar y ocasionarnos daños personales. Remover completamente con una cuchara de madera y dejar enfriar.
3. Preparar los aceites: Deshacer los aceites duros en una olla de acero inoxidable y mezclarlos con los aceites líquidos (por ejemplo el aceite de coco se solidifica rápido, por lo que los calentaremos a fuego muy lento para disolverlos juntos).
4. Mezclar la lejía con los aceites, cuando este fría. La lejía encima de los aceites.
5. Batir hasta llegar a la traza, punto de natillas. Podemos usar la batidora, sino pasaremos horas.
6. Añadir aditivos, colores, aceites esenciales.

7. Enmoldar, por ejemplo en una caja de madera o tetrabik con un plástico de film por dentro; por debajo o por encima de la mezcla se puede poner canela, etc. (libre imaginación).
8. Abriga el jabón con un trapo por encima para mantener el calor en su interior y así gelifique.
9. Secado y desmoldado: se puede desmoldar en 24 o 48 horas. Así se favorece el secado.
10. Curado: Dejar curar mínimo 4 semanas para asegurarse que pierde el exceso de alcalinidad. El jabón listo para utilizar tendrá un pH de 8.

Champú sólido

- Son de fácil elaboración y pueden incluir muchos principios activos concentrados.
- Usan tensioactivos suaves con el cabello y cuero cabelludo de origen vegetal.
- No es necesario un envase, por lo que es una alternativa ideal para reducir la contaminación de plásticos.
- Una pastilla de 100 g dura lo mismo que un bote de champu de 1 L.
- Sin sulfatos y biodegradables.

Ingredientes:

1. Tensioactivos vegetales: hay unos cuantos en el mercado SLSA, SCS, SCI... En nuestro champu vamos a utilizar SCI (Sodium cocoil isethionate), porque es un tensioactivo suave para el cuero cabelludo ya que su pH está cerca del de nuestro cabello, que es de 5,5. Sin sulfatos y biodegradable. En una fórmula general el 50-70% del total corresponde al tensioactivo.
2. Fase acuosa: agua, hidrolato, infusión... Entre un 8 y 10%.
3. Fase oleosa: aceites vegetales, mantecas... Entre un 5 y 10%.
4. El resto serán principios activos como polvos de plantas, arcillas, harina de garbanzos o avena, miel, aceites esenciales, vinagre, etc.

Receta para elaborar una pastilla de champú de 50 g:

- | | |
|---|----------|
| - SCI 60% | 30 g |
| - Oleato de romero y aceite de coco 8% | 4g |
| - Infusión de ortiga 10% | 5g |
| - Harina de garbanzo 8% | 4g |
| - Plantas en polvo*: ortiga y romero 5% | 2,5g |
| - Miel 5% | 2,5g |
| - Aceite esencial de romero | 10 gotas |
| - Vinagre de manzana | |

*Las plantas en polvo se realizan de la siguiente forma: se seca a la sombra y en lugar bien ventilado la hoja de la ortiga y del romero (solo la hoja ya que el tallo es más difícil de convertir en polvo y luego al lavarnos el caballo puede hacernos algún daño); luego de secas se convierten en polvo con el molinillo de café. El polvo ha de quedar muy fino.

***Propiedades de los ingredientes:**

- Romero: Estimula el crecimiento del cabello, mejora la circulación y estimula los folículos pilosos previniendo la caída, contiene antioxidantes y nutrientes que fortalecen el cabello, controla la producción de sebo y la caspa, da brillo, es antiinflamatorio, antifúngico y

- antibacteriano. Retrasa la aparición de las canas.
- Ortiga: Activa la circulación, es un excelente tónico para el cuero cabelludo, ayuda a regular la producción de sebo, favorece el crecimiento y la elasticidad de la fibra capilar y combate la grasa.
 - Harina de garbanzos: Alto contenido de proteínas y saponinas que limpian y acondicionan el cabello.
 - Miel: Es nutritiva, hidratante, suavizante y antiséptica.
 - Aceite de coco: Reparador y revitalizante para el cabello.
 - Vinagre: regula el pH del champú, aporta brillo.

Elaboración:

- Poner el tensioactivo en un bol **usando una mascarilla para no inhalar el polvo**. Poner también todos los aditivos en polvo.
- Añadir la fase acuosa y oleosa y los demás aditivos.
- Mezclar con una espátula para integrar todos los ingredientes. Después amasar con la mano hasta obtener una pasta moldeable. El vinagre de manzana ha de añadirse en caso de que quede muy duro y resulte muy difícil trabajar con la mano.
- Dar forma apretando con los dedos y dejar reposar 48 horas para que endurezca, antes de usar.
- Mantener en un lugar seco para que dure.

*Alguna página web donde se pueden comprar productos de cosmética natural, como el tensioactivo para el champú es www.granvelada.com. También en cualquier tienda física de cosmética natural.