



10

JABONES DESDE CERO

PARA EMPEZAR HOY

JABÓN DE AVENA CALMANTE

Ingredientes (para 1 kg)

- 1 kg base de glicerina blanca
- 3 cucharadas de avena molida
- 2 cucharadas de miel
- 20 gotas de esencia de manzanilla
- Color beige opcional

Preparación paso a paso (detallada)

1. Preparar los ingredientes

- Antes de comenzar, ten todo listo:
- La avena debe estar muy bien molida para evitar textura áspera.
- La miel debe ser fluida. Si está espesa, caliéntala 5 segundos en microondas.
- Prepara un molde limpio y seco.

2. Cortar y derretir la base

- Corta la base de glicerina en cubos pequeños.
- Colócala en un recipiente resistente al calor.
- Derrite a baño maría o en microondas:
- Microondas: calienta en intervalos de 30 segundos, removiendo entre cada pausa.
- Baño maría: usa fuego bajo para evitar que hierva.
- Consejo: No dejes que la base hierva. Si sube demasiado la temperatura, puede hacer burbujas o quedar opaca.

3. Agregar la avena (el truco para que quede perfecta)

- Toma una cucharadita de la base derretida y mézclala con la avena en un vasito aparte.
- Forma una pasta suave.
- Incorpora esa mezcla a la base principal.
- Esto evita que la avena forme grumos o se hunda en el molde.
- Mezcla hasta que esté completamente distribuida.



4. Añadir la miel y la esencia

- Agrega las 2 cucharadas de miel lentamente.
- Revuelve continuo para integrarla bien.
- Coloca las 20 gotas de esencia de manzanilla.

Si deseas un color beige suave, agrega 1 gota, mezcla y ajusta si es necesario.

5. Verter en los moldes

- Rocía ligeramente los moldes con alcohol en spray (si tienes) para evitar burbujas.
- Vierte la mezcla con calma para que quede parejo.
- Si salen burbujas en la superficie, rocía un poco más de alcohol.
-

6. Dejar enfriar y desmoldar

- Deja reposar entre 2 a 3 horas a temperatura ambiente.
- No refrigeres: el cambio brusco puede generar sudoración.
- Cuando estén firmes, presiona con suavidad y desmolda.

JABÓN DE ALOE VERA HIDRATANTE

Ingredientes

- 1 kg base de glicerina transparente
- 100 g gel de aloe vera natural
- 2 cucharadas aceite de coco
- 20 gotas esencia de aloe o té verde

Preparación paso a paso

1. Preparar los ingredientes

Antes de encender el fuego, ten todo listo:

- Gel de aloe medido
- Aceite de coco derretido o suave
- Molde limpio y seco
- Alcohol en spray (si tienes) para evitar burbujas

2. Cortar y derretir la base

- Corta la base de glicerina transparente en cubos pequeños.
- Colócala en un recipiente resistente al calor.
- Derrite la base:
 - Microondas: calienta 30 segundos, mezcla, y repite hasta derretir.
 - Baño maría: fuego bajo para evitar que hierva.

3. Integrar el gel de aloe (truco importante)

- Retira la base del fuego cuando esté completamente líquida.
- Espera 1 minuto para que baje un poco la temperatura (así evitas que el aloe “corte” o se separe).
- Agrega el gel de aloe lentamente, mientras mezclas constante.



4. Añadir el aceite de coco y la esencia

- Agrega las 2 cucharadas de aceite de coco y mezcla suave.
- Incorpora las 20 gotas de esencia.
- Si deseas color, añade 1 gota y mezcla (no uses mucho o se volverá verde oscuro).

Consejo: el aceite de coco aporta espuma y suavidad al jabón.

5. Verter en los moldes

- Rocía alcohol dentro de los moldes para evitar burbujas.
- Vierte la mezcla despacio para que quede uniforme.
- Si aparecen burbujas en la superficie, rocía un poco más de alcohol.

6. Enfriar y desmoldar

- Deja reposar entre 2 a 3 horas a temperatura ambiente.
- No refrigeres para evitar humedad o “sudoración” en el jabón.
- Cuando estén firmes al tacto, desmolda presionando suavemente.

JABÓN DE CARBÓN ACTIVADO

Ingredientes

- 1 kg base blanca
- 1 cucharada carbón activado
- 20 gotas aceite esencial árbol de té
- 10 gotas aceite esencial lavanda

Preparación paso a paso

1. Preparar los ingredientes

Antes de encender el fuego, ten todo listo:

- Gel de aloe medido
- Aceite de coco derretido o suave
- Molde limpio y seco
- Alcohol en spray (si tienes) para evitar burbujas

Nota: Si tu aloe es casero, debes colarlo bien para retirar fibras que pueden generar moho.

2. Cortar y derretir la base

- Corta la base de glicerina transparente en cubos pequeños.
- Colócala en un recipiente resistente al calor.
- Derrite la base:
 - Microondas: calienta 30 segundos, mezcla, y repite hasta derretir.
 - Baño maría: fuego bajo para evitar que hierva.

3. Integrar el gel de aloe (truco importante)

- Retira la base del fuego cuando esté completamente líquida.
- Espera 1 minuto para que baje un poco la temperatura (así evitas que el aloe “corte” o se separe).
- Agrega el gel de aloe lentamente, mientras mezclas constante.



Si se corta:

- Esto pasa cuando el aloe toca la base demasiado caliente.
 - Solo sigue mezclando hasta que vuelva a unirse.
- ### 4. Añadir el aceite de coco y la esencia
- Agrega las 2 cucharadas de aceite de coco y mezcla suave.
 - Incorpora las 20 gotas de esencia.
 - Si deseas color, añade 1 gota y mezcla (no uses mucho o se volverá verde oscuro).
- ### 5. Verter en los moldes
- Rocía alcohol dentro de los moldes para evitar burbujas.
 - Vierte la mezcla despacio para que quede uniforme.
 - Si aparecen burbujas en la superficie, rocía un poco más de alcohol.
- ### 6. Enfriar y desmoldar
- Deja reposar entre 2 a 3 horas a temperatura ambiente.
 - No refrigeres para evitar humedad o “sudoración” en el jabón.
 - Cuando estén firmes al tacto, desmolda presionando suavemente.

JABÓN DE ROSAS ELEGANTE

Ingredientes

- 1 kg base transparente
- ½ taza pétalos de rosa secos
- 20–30 gotas aceite esencial de rosa o geranio
- Color rosado opcional

Preparación paso a paso

1. Preparar los pétalos de rosa

Antes de comenzar:

- Si quieres un jabón con textura visible, deja los pétalos enteros o ligeramente picados.
- Si prefieres una textura más suave, tritura los pétalos en una licuadora o procesadora.
- Si están muy grandes, pueden flotar o hundirse; triturarlos ayuda a que se distribuyan mejor.

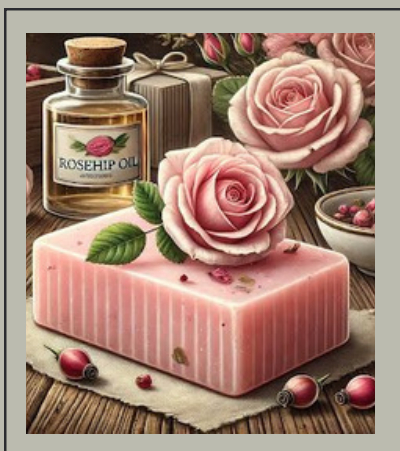
2. Cortar y derretir la base

- Corta la base de glicerina transparente en cubos pequeños.
- Coloca los cubos en un recipiente apto para calor.
- Derrite la base:
 - En microondas: intervalos de 30 segundos, removiendo entre cada pausa.
 - A baño maría: fuego bajo, sin que hierva.

3. Integrar los pétalos

Una vez derretida la base:

- Deja reposar 1 minuto para que la temperatura baje un poco.
- Añade los pétalos poco a poco, mezclando suavemente.
- Si observas que flotan, espera unos segundos para que la mezcla espese un poco y vuelve a mezclar.



4. Añadir esencia y color

- Agrega las 20–30 gotas de aceite esencial de rosa o geranio.
- Mezcla con suavidad para que no se formen burbujas.
- Si deseas color, añade solo 1 gota de color rosado.
- Mezcla y observa el tono; agrega otra gota si deseas intensificar el color.

5. Verter en los moldes

- Rocía alcohol en los moldes para evitar burbujas en la base.
- Vierte la mezcla lentamente.
- Si los pétalos suben, mezcla suavemente con un palito antes de que solidifique.
- Rocía alcohol sobre la superficie para eliminar burbujas.

6. Enfriar y desmoldar

- Deja reposar entre 2 a 3 horas.
- No metas al refrigerador, ya que puede generar sudoración después.
- Cuando esté firme y completamente duro, desmolda presionando suavemente.

JABÓN DE CAFÉ EXFOLIANTE

Ingredientes

- 1 kg base transparente
- ½ taza pétalos de rosa secos
- 20–30 gotas aceite esencial de rosa o geranio
- Color rosado opcional

Preparación paso a paso

1. Derretir la base de glicerina

- Corta la base transparente en pequeños cubos para que derrita de forma uniforme.
- Colócala en un recipiente resistente al calor.
- Derrite usando una de estas opciones:
 - Microondas: calienta 30 segundos, retira, mezcla y vuelve a calentar en intervalos cortos hasta que quede líquida.
 - Baño maría: coloca el recipiente sobre una olla con agua caliente y derrite a fuego bajo.
- Vigila que la base no hierva, ya que si llega a ebullición se vuelve turbia y pierde transparencia.

2. Agregar los pétalos de rosa

- Deja que la base derretida repose 30–60 segundos para que baje un poco la temperatura; esto evita que los pétalos se oscurezcan demasiado.
- Añade la media taza de pétalos secos, poco a poco.
- Mezcla con movimientos suaves para distribuirlos de forma pareja.
- Si deseas un jabón con menos textura o acabado más delicado, usa pétalos triturados o pulverizados:



3. Añadir la esencia y el color

- Coloca 20–30 gotas del aceite esencial de rosa o geranio.
- Mezcla con suavidad para no generar burbujas.
- Si deseas un color rosado, agrega solo 1 gota, mezcla y evalúa el tono; si quieres un rosa más intenso, añade otra gota.
- Evita excederte con el colorante, ya que puede hacer que el jabón pierda transparencia.

4. Verter en moldes transparentes

- Rocía alcohol dentro de los moldes para evitar burbujas en la parte inferior.
- Vierte la mezcla lentamente para que los pétalos se distribuyan bien.
- Si los pétalos suben, usa un palito para acomodarlos mientras la mezcla aún está tibia.
- Rocía un poco de alcohol sobre la parte superior para eliminar cualquier burbuja restante.
- Deja reposar los moldes en una superficie plana, sin moverlos, durante 2–3 horas.

JABÓN DE CÚRCUMA ACLARADOR

Ingredientes

- 1 kg base transparente
- 1 cucharadita cúrcuma
- 1 cucharada miel
- 15 gotas aceite esencial de limón

Preparación paso a paso

1. Derretir la base de glicerina

- Corta la base de glicerina transparente en cubos pequeños para que se derrita de manera uniforme.
- Colócala en un recipiente resistente al calor.
- Derrite usando una de estas opciones:
 - Microondas: calienta 30 segundos, mezcla, y continúa en intervalos de 15 a 20 segundos hasta que esté completamente líquida.
 - Baño maría: derrite a fuego bajo, evitando que el agua hierva.
- Vigila que la base no hierva; si lo hace, puede ponerse opaca o generar burbujas internas.

2. Preparar la cúrcuma para evitar manchas

- En un vasito pequeño, coloca la cucharadita de cúrcuma.
- Añade 1 cucharadita de la base de glicerina ya derretida (solo un poquito).
- Mezcla hasta obtener una pasta suave, sin grumos.
- Esta pasta permitirá que la cúrcuma se disperse de forma uniforme sin teñir la piel al usar el jabón.



3. Añadir la cúrcuma y la miel

- Con la base ya derretida y un poco tibia (no hirviendo), agrega la pasta de cúrcuma y mezcla con movimientos suaves.
- Incorpora la miel, que ayudará a hidratar y dará un color cálido al jabón.
- Mezcla con paciencia para que todo quede totalmente integrado.

4. Agregar la esencia

- Añade las gotas del aceite esencial de limón o tu esencia elegida.
- Mezcla suavemente para evitar burbujas.

5. Verter en los moldes

- Rocía los moldes con alcohol para evitar burbujas en la parte inferior.
- Vierte la mezcla lentamente en los moldes elegidos.
- Si aparecen burbujas en la superficie, rocíalas con un poco de alcohol para eliminarlas.
- Deja reposar los moldes en una superficie plana durante 2-3 horas, sin moverlos.

JABÓN DE MIEL Y LECHE CREMOSO

Ingredientes

- 1 kg base blanca
- 2 cucharadas leche en polvo
- 2 cucharadas miel
- 1 cucharada aceite de almendras

Preparación paso a paso

1. Derrite la base de jabón

- Corta la base de glicerina en cubitos pequeños para que se derrita de forma uniforme.
- Llévala a baño María o al microondas en intervalos de 20-30 segundos, moviendo entre cada pausa para evitar que hierva (si hierva, puede formar burbujas y perder transparencia).

2. Prepara la mezcla de leche para evitar grumos

- En un vasito pequeño coloca la leche en polvo.
- Agrégale una o dos cucharadas de la base derretida y mézclala bien hasta formar una pasta suave y sin grumos.
- Este truco es importante porque si agregas la leche directamente al jabón caliente, se pueden formar bolitas duras.

3. Añade la leche, miel y aceite nutritivo

- Una vez la base esté completamente líquida, agrégale la pasta de leche en polvo.
- Remueve con movimientos suaves y constantes para que se integre bien.



- Incorpora la miel (que aporta suavidad e hidratación) y, si usas, una cucharadita de aceite de almendras o coco para enriquecer aún más la fórmula.

4. Aromatiza la mezcla

- Agrega el aceite esencial que prefieras (vainilla, almendras, coco, leche o miel combinan perfecto).
- Mezcla nuevamente con suavidad.

5. Vierte en los moldes

- Coloca la mezcla en los moldes elegidos.
- Si aparecen burbujas en la superficie, rocíalas con un poquito de alcohol en spray para eliminarlas.

6. Deja enfriar y desmolda

- Permite que los jabones reposen entre 2 y 4 horas, dependiendo del tamaño del molde.
- Una vez estén completamente sólidos, desmóldalos con cuidado.
- Déjalos reposar 24 horas adicionales para que se terminen de compactar y duren más.

JABÓN DE LAVANDA RELAJANTE

Ingredientes

- 1 kg base blanca o transparente
- 2 cucharadas flores de lavanda secas
- 20–30 gotas aceite esencial de lavanda
- Color lila opcional

Preparación paso a paso

1. Derrite la base de jabón
 - Corta la base de glicerina en cubitos pequeños para que se derrita de manera pareja.
 - Llévela al microondas en intervalos de 20–30 segundos o derrítela a baño María, mezclando suavemente cada vez para evitar que la base hierva o se queme.
2. Agrega la lavanda seca
 - Una vez la base esté completamente líquida y sin grumos, añade la lavanda seca.
 - Mezcla lentamente para distribuirla por todo el jabón.
 - Si deseas una textura más suave, puedes triturar ligeramente las flores antes de agregarlas.
3. Incorpora la esencia aromática y el color
 - Añade el aceite esencial de lavanda (10–20 gotas por cada kilo de base).
 - Mezcla con movimientos lentos para no generar burbujas.
 - Agrega el colorante violeta o lila en pequeñas gotas hasta obtener el tono deseado.
 - Si quieres un efecto marmoleado, no mezcles completamente el color.
4. Vierte en los moldes
 - Llena los moldes con cuidado.
 - Rocía alcohol en spray sobre la superficie para eliminar burbujas y dejar el acabado más limpio.
 - Puedes añadir unas cuantas flores extra encima para decorar antes de que solidifique.
5. Deja enfriar y solidificar
 - Permite que los jabones se enfríen entre 2 y 4 horas, dependiendo del tamaño.
 - Una vez estén sólidos, desmóldalos con cuidado.
 - Déjalos reposar 24 horas adicionales para que terminen de compactarse.



JABÓN CÍTRICO ENERGIZANTE

Ingredientes

- 1 kg base transparente
- Ralladura fina de limón o naranja (1 cucharadita)
- 25 gotas aceite esencial cítrico
- Color amarillo o naranja

Preparación paso a paso

1. Derrite la base de jabón
2. Corta la base de glicerina en cubos pequeños para que derrita de manera uniforme.
3. Llévela al microondas en intervalos de 20–30 segundos o derrítela a baño María, revolviendo entre cada intervalo.
4. Evita que hierva, porque eso genera burbujas y puede afectar la textura final.
5. Añade la ralladura y mezcla cuidadosamente
 - Cuando la base esté completamente líquida, agrega la ralladura de limón, naranja o la fruta elegida.
 - Mezcla suave y constantemente para que la ralladura se distribuya por toda la mezcla.
6. Incorpora la esencia aromática
 - Agrega entre 15–25 gotas del aceite esencial cítrico que estés usando.
 - Revuelve con movimientos lentos para que la esencia se integre sin crear burbujas.
 - Si usas esencias muy volátiles (como limón), añade cuando la mezcla no esté demasiado caliente para que no se evapore el aroma.



4. Agrega color si deseas
 - Añade unas gotas de colorante cosmético amarillo o naranja hasta lograr el tono deseado.
 - Si buscas un efecto marmoleado o más natural, mezcla solo parcialmente.
5. Vierte en los moldes
 - Llena los moldes lentamente para evitar burbujas.
 - Rocía alcohol en spray sobre la superficie para eliminar imperfecciones.
 - Si quieres decorar, puedes colocar encima un poco de ralladura extra antes de que empiece a solidificar.
6. Deja enfriar y solidificar
 - Permite que los jabones reposen de 2 a 4 horas sin moverlos.
 - Una vez sólidos, desmóldalos con cuidado.
 - Déjalos reposar 24 horas para que terminen de compactarse y realcen su aroma.

JABÓN DE PEPINO REFRESCANTE

Ingredientes

- 1 kg base transparente
- 3 cucharadas jugo de pepino colado
- 1 cucharada aceite de oliva
- 20 gotas esencia de pepino o aloe

Preparación paso a paso

1. Derrite la base de jabón
- Corta la base de glicerina en cubitos pequeños para que se derrita de forma uniforme.
- Llévela al microondas en intervalos de 20–30 segundos o derrítela a baño María, mezclando suavemente cada vez para evitar que hierva.
- Cuando esté completamente líquida y sin grumos, retira del calor.
2. Añade el jugo de pepino (muy colado)
 - Asegúrate de que el jugo de pepino esté bien filtrado con un colador fino o una tela; si queda pulpa, puede generar humedad extra o reducir la vida útil del jabón.
 - Incorpora el jugo poco a poco mientras mezclas, para evitar que la base se corte.
 - Tip: agrega el jugo cuando la base esté un poco menos caliente (pero aún líquida) para que no evapore las propiedades del pepino.
3. Incorpora el aceite y la esencia aromática
 - Agrega una cucharada de aceite vegetal (almendras, oliva o pepita de uva) para aportar hidratación.
 - Añade entre 15–20 gotas de esencia fresca (pepino, té verde, aloe o menta funcionan muy bien).
 - Mezcla con movimientos suaves para integrar sin crear burbujas.
4. Vierte la mezcla en los moldes
 - Rellena los moldes lentamente.
 - Rocía alcohol en spray sobre la superficie para eliminar burbujas y lograr un acabado más limpio.
 - Si deseas un efecto más natural, puedes agregar una hojita de menta o un pequeño trocito de pepino seco encima antes de que solidifique.
5. Deja enfriar y solidificar
 - Permite que los jabones reposen de 2 a 4 horas hasta que estén completamente duros.
 - Una vez sólidos, desmóldalos con cuidado.
 - Déjalos reposar 24 horas adicionales para que terminen de compactarse y estabilizarse.

