

CONSEJOS AROMA+KIT

LO PRIMERO: HIGIENE, HIGIENE, Y MAS HIGIENE....

- Lávate bien las manos antes de empezar y usa los guantes que te incluimos **U.01**. Desinfecta los utensilios, envases, material y espacio de trabajo. Existen dos procedimientos básicos que puedes usar.
 - Desinfección química:** limpia los envases y utensilios con las toallitas desinfectantes suministradas **U.01** -o bien directamente con alcohol de farmacia- y déjalos secar al aire. Para las jeringuillas, aspira alcohol y expulsa varias veces para vaciar su contenido.
 - Desinfección térmica:** calienta en agua hirviendo los envases y utensilios resistentes al calor -vidrio, acero inoxidable, PP (polipropileno)- durante 10 minutos y sécalos con un trapo limpio y seco.
- Los productos cosméticos con ingredientes acuosos (p. ej.: jugo de aloe, infusión, hidrolatos) son muy sensibles a la proliferación de microorganismos. Extrema la higiene y utiliza la espátula cosmética suministrada **U.01** para retirar el producto del envase final con cada uso.
- Limpieza de los utensilios y envases usados. Para eliminar los restos de grasa (aceites o ceras) calienta un poco el envase o utensilio para fundir los restos de producto, límpialos con un papel absorbente (con cuidado para no quemarte) y, a continuación, lávalos con agua y jabón para retirar la película grasa que pueda quedar.
- Limpieza de pipetas. Antes de lavarlos con agua y jabón, aspira un poco de agua muy caliente para fundir los restos de aceites o grasa.

Y TAMBIEN SEGURIDAD.

- Cuando calientes ingredientes, toma las precauciones necesarias para evitar quemaduras y salpicaduras. Mantén los ingredientes y preparaciones fuera del alcance de los niños.
- Si estás embarazada, ó eres hipertenso, ó hipersensible ó con algún problema de salud, antes de usar los aceites esenciales deberías siempre consultar previamente con tu médico. Lee los componentes de cada receta y ante cualquier duda consulta.
- Prueba de alergias.** Incluso tratándose de cosmética natural, puede haber *pieles reactivas*: si piensas que puede ser tu caso, prueba el producto en el pliegue del codo y espera 48 horas para comprobar que no hay reacción (esto deberías hacerlo también con los productos que adquieres en el comercio ;-). Si dudas: consulta a un médico.

¿RECETAS? SI. GRACIAS

- En **AROMA+KIT** hemos probado y afinado todas las recetas para obtener un resultado óptimo. Así que nuestro primer consejo es simple: síguelas, respeta las dosificaciones, las indicaciones de tiempo, temperatura y lee los consejos que incluimos.
- Según vayas adquiriendo destreza y conocimientos podrás efectuar pequeños cambios y experimentar con tu **creatividad**, pero antes.... consúltanos. Estamos encantados de ayudarte.
- El agua** es un ingrediente habitual en muchas recetas y es, casi ;-), lo único que no incluimos en nuestros kits. Puedes elegir agua destilada o también agua mineral de botella. Debería ser de "mineralización débil" y botella a estrenar o, como mucho, que lleve abierta 24 horas y conservada en el frigorífico.
- Antes de agitar la emulsión de una crema, comprueba que el emulsionante se ha fundido completamente y que la mezcla (fase acuosa y oleosa) son homogéneas y ha alcanzado la temperatura indicada.

ACERCA DE LA CONSERVACIÓN Y ETIQUETADO

- En las recetas incluimos conservantes naturales u homologados en cosmética natural. Si respetas sus dosificaciones en circunstancias normales cualquier producto que hagas puede durar unos 3 meses desde su fabricación pero este tiempo puede variar mucho en función de las condiciones de higiene de su confección y las de conservación.
- Guarda las preparaciones o ingredientes más sensibles a la contaminación microbiológica (hidrolatos, por ejemplo) en la nevera -nunca en el congelador-. Lo mismo deberías hacer para un producto final que no vayas a usar en breve plazo. Evita la exposición del producto a la luz solar directa y al calor.
- Descarta el uso de un producto que percibas haya cambiado de aspecto o tenga un olor extraño. No lo dudes: decide siempre a favor de la seguridad.
- Etiqueta siempre los productos que hagas adhiriendo a los envases las etiquetas suministradas. Humedecerlas ligeramente ayuda a que se adhieran mejor. Conviene que anotes también la fecha de preparación de cada producto para llevar un control de su caducidad.

CÓMO MEDIR CANTIDADES

- Si utilizas cucharas de dosificación, pasa el filo de un cuchillo para eliminar el producto sobrante y obtener una medida rasa.
- La dosificación de aceites esenciales, conservantes y vitamina E se indica en gotas. Los kits incluyen todo lo necesario para medirlos. Utiliza el cuentagotas incorporado en el frasco o ayúdate de una pipeta tipo "pasteur" suministrada.
- Para medir mantecas o aceites solidificados, pasa el envase contenedor por agua caliente. Una vez derretido el producto utiliza las probetas graduadas suministradas (**U.02**) para dosificar la cantidad que necesites en tu receta. Si te gusta la exactitud extrema quizá prefieras usar una balanza de precisión.
- Algunos ingredientes vienen en pipetas de plástico. Sólo tienes que cortar el extremo inferior con unas tijeras y añadir el contenido gota a gota. Si te sobra producto, puedes sellarla de nuevo doblando el extremo de la pipeta y fijándolo con un poco de celo o un clip. Así podrás guardarla y usarla después.
- Puedes utilizar la misma probeta para medir distintos aceites vegetales y mantecas si son de una misma receta.

SOBRE LOS ACEITES ESENCIALES

- Son extractos de plantas, muy potentes, que se dosifican por gotas, así que utilízalos con precaución, siempre diluidos en un excipiente (aceite vegetal...) y respeta la dosificaciones.
- Usa los guantes de nitrilo que te incluimos y evita el contacto con los ojos, oídos, mucosas. Manténlos fuera del alcance de los niños.
- Antes de añadirlos a una preparación, haz siempre la "**prueba de alergia**" anteriormente indicada en la sección de seguridad. Algunos aceites esenciales son fotosensibilizantes (p.ej: *Angélica, Cítricos en general -bergamota, Limón, Mandarina, Pomelo, Naranja- Verbena*), por lo que conviene evitar la exposición directa al sol durante las seis horas siguientes si lo has utilizado en un preparado.

EL CONTROL DEL pH

- El pH es una medida de la "acidez" o "alcalinidad" y se mide en una escala de 0 a 14, con valor medio 7 (pH neutro). A menor valor el pH es "más ácido", a mayor valor "más básico/alcalino". Aunque siendo estrictos cada zona de nuestro cuerpo tiene un pH determinado, recuerda que la piel tiene un pH medio de 5,5 (o sea "ligeramente ácido") por lo que, salvo otra indicación, un valor entre 5 y 6 se considera deseable para no irritar o dañar las estructuras celulares superficiales. Al final de la elaboración de un producto debes comprobar el valor de pH y ajustarlo al valor deseado.

Cómo medir el pH:

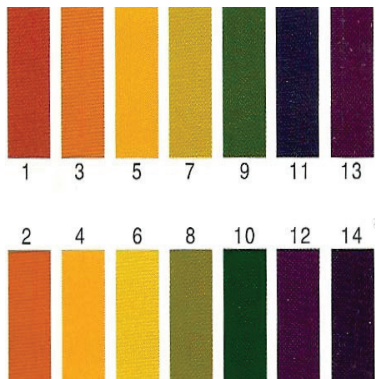
- Pon una pequeña cantidad del producto final sobre una de las tiras de papel de color amarillo suministradas (**U.02**)
- Espera unos segundos y compara el color de la tira con la escala de colores de al lado. Su número es el valor del pH del producto.

Para disminuir el pH.

- Disuelve 2 gramos (dos cucharillas de 1 ml) de ácido cítrico (**i.73**) en un vasito con 5ml de agua destilada o mineral. Se disuelve mejor si está caliente.
- Añade con una pipeta 4-5 gotas de esta disolución sobre el producto
- Mezcla con la varilla y vuelve a medir el pH. Repite la operación hasta obtener el pH deseado.

Para aumentar el pH

- El procedimiento es el mismo que anteriormente pero ahora en vez de ácido cítrico usaremos un poco de bicarbonato sódico disuelto en agua destilada o mineral, que iremos añadiendo al producto hasta obtener el pH deseado.



TUS NOTAS

Gracias por confiar en nosotros. El equipo de **AROMAKIT**



www.aromakit.es

AROMA+KIT
cosmética mediterránea hecha por ti

