

кратко
Ръководство за професионално формулиране
на натурална козметика



Козметична формула от природата
Създаване на лична натурална козметика – **Like a Pro**

Добре дошли в света на натуралната козметика

Вашето ръководство към чиста, ефективна и вдъхновяваща грижа за кожата.

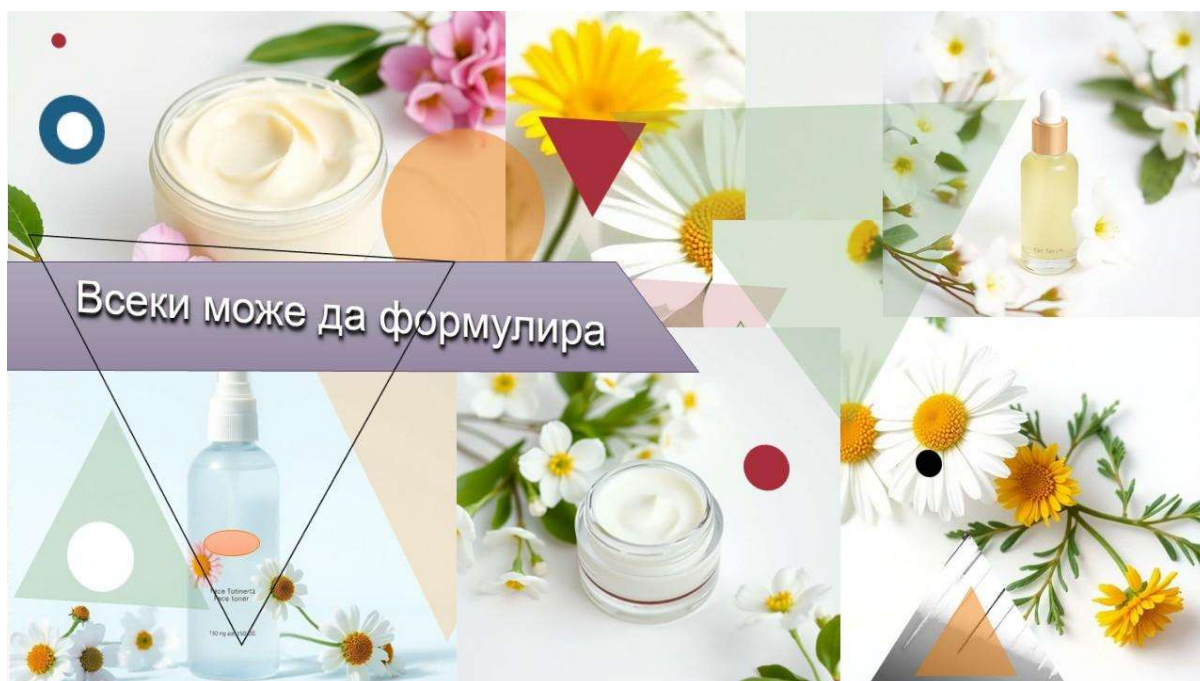
Това ръководство е създадено, за да ви помогне да се освободите от вредните химикали и синтетични продукти. То ще ви даде знанията и увереността да създавате свои собствени красиви, ефективни и напълно натурални продукти за грижа за кожата, като истински професионалисти.

В него ще откриете основни съвети за безопасност, информация за натуралните съставки, както и формули и методи за приготвяне на основни козметични продукти.

Надявам се, че това ръководство ще ви вдъхнови да създавате натурални и професионални лосиони, тонери, серуми и други продукти, които ще подхранват кожата ви с чисти и ценни съставки, дарени от природата.

Вие сте тук, защото искате да научите и да сътворите нещо невероятно и специално – за себе си и за своята кожа!

Просто трябва да опитате!



** “It’s better to create something that others criticize than to create nothing and criticize others.”*

Ricky Gervais



** “По-добре да създадеш нещо и другите да те критикуват, отколкото да не правиш нищо друго освен да критикуваш.”*

Създаване на лична натурална козметика – “Like a Pro”

Създаването на натурална козметика у дома е не само забавно и креативно, но и ти дава пълен контрол върху съставките, които използваш. Така можеш да създадеш продукти, напълно съобразени с нуждите на твоята кожа и коса. Ето едно ръководство, което ще ти помогне да започнеш **като истински професионалист!**

Ръководство по професионално формулиране на натурална козметика

Съдържание

Раздел I

Основната разлика между конвенционалната и натуралната козметика

Ароматите в нашата козметика

Токсични съединения в нашата козметика

Натуралната козметика

От разочарование към вдъхновение

История на козметиката

Раздел II

Структура на кожата и няколко въпроса

Интересни факти за кожата

Ние не сме сами

Как и защо външният вид на кожата се променя с възрастта?

Има ли разлики между мъжката и женската кожа?

Каква е разликата между овлажняване и хидратация?

Кои съставки са важни за оптимални резултати за кожата?

Абсорбция и проникване в кожата на козметичните продукти.

Козметичните продукти по дефиниция

Разлика между абсорбиране и проникване в кожата.

Кожата абсорбира ли крема?

Ненаситени и наситени мастни киселини

Раздел III

Условно разделение на типове кожа

Характеристика, режим и подходящи продукти за конкретния тип кожа

Чувствителната кожа

Кои са най-добрите естествени съставки за чувствителна кожа?

Прости решения за грижа на чувствителна кожа

Какво е мазна кожа?

Причини и характеристики на мазна и склонна към акне кожа.

Кои са най-добрите естествени съставки за мазна и склонна към акне кожа?

Естествени съставки за борба с мазната и склонна към акне кожа.

Решения за грижа за кожата за мазна кожа

Суха кожа

Причини и характеристики на сухата кожа

Кои са най-добрите естествени съставки за суха кожа?

Зряла кожа

Ключови промени в зрялата кожа

По същество, стареенето на кожата се класифицира в две категории:

Кои са най-добрите естествени съставки за зряла или застаряваща кожа?

Решения за грижа за зряла или застаряваща кожа

РАЗДЕЛ IV

Основни козметични съставки които се използват в натуралната козметика.

Класификация, характеристики и свойства.

Класификация по водоразтворимост

Класификация по функционалност във формулата

Растителни масла в козметиката

Животински масла

Йодно число

Пероксидно число

Точка на димене (Smoke point)

Списък на базови масла и техните свойства

Масло от сладък бадем

Аргановото масло

Масло от жожоба

Масло от авокадо

Масло от шипка

Олио от гроздови семки

Фракционираното кокосово масло

Масло от макадамия

Рициново масло – Castor oil

Зехтин

Кои растителни масла за какъв тип кожа се използва в козметичните продукти.

Твърди растителни масла в козметиката (Butters)

Маслото от Карите

Какаово Масло

Манго Масло

Други широко използвани твърди масла (butters) в козметиката

Етерични масла

Принципи за работа с етерични масла

Примери за етерични масла и техните свойства:

Практически съвети за работа с етерични масла

Фоточувствителни етерични масла

Правило за смесване на етерични масла

Примерни комбинации

Естери в козметиката

Восъци в козметиката (Waxes)

Водоразтворими овлажнители в натуралната козметика

Ботанически екстракти в натуралната козметика

Антиоксиданти в натуралната козметика

Емулгатори

Избор на емулгатор

Emulsifying wax (btms 25),

Olivem 1000,

Montanov 68.

Състители

Натурални консерванти

Микроорганизми в неконсервирана или лошо консервирана козметика

Хелатиращи агенти. Хелатори. Хелиране.

РАЗДЕЛ V - ПРАКТИКА

Съвети за безопасност и добра хигиена

Съвети за безопасност при използване на етерични масла

Правила и особености в натуралната козметика

INCI - Международна номенклатура на козметичните съставки.

IFRA - International Fragrance Association.

Как да проверите дермалния лимит на етерично масло според IFRA?

Козметична формула, Фаза, Функция, % (W/W),

Професионално представяне на козметична формула

Как да калкулираме, различни количества на продукта

Какво е pH и pH в козметиката

Различните козметични продукти имат различно pH.

Различните типове кожа имат различно pH:

Нормалната, здрава кожа има средна стойност - pH 5.5, леко кисела.

Вашата лаборатория

Основи на натуралното формулиране — практично въведение

Как да измерим pH на нашият продукт? Как да си направим козметични pH буфери – модификатори?

Мист

Освежаващ и регенериращ мист само с 5 продукта

Тонер

Обща Формула - темплейт за хидратиращ тонер

Хидратиращ тонер с аромат на българска роза за нормален тип кожа

Тонер за мазна/комбинирана кожа, склонна към акне.

Как да разпознаем фалшивите хидрозоли?

Билкови екстракти в козметиката

Основни видове билкови екстракти

Различни разтворители и тяхното действие

Глицерити

Глицерити от плодове

Как да си направим Ягодов Глицерит

Пресен глицерит от краставица

Глицерит от боровинки
Глицерит от нар
Билкови екстракти в глицерин – Глицерити
Глицерит от зелен чай - Camellia Sinensis Leaf Extract
Глицерит от Ашвагандна - Ashwagandha Glycerite
Разлика между мацерация, инфузия и разтвор в контекста на козметика и билкарство

Формули за Антиоксидантни Серуми - гел на водна основа за различен тип кожа
Формула – темплейт за серум – гел на водна основа
Серум със син пеперуден прах за нормална кожа с аромат от Boswellia Carteri Oil
Серум на водна основа, предназначен за стресирана и уморена кожа.
Серум – гел на водна основа за мазна кожа с комбинация от етерични масла
Пептиден серум предназначен за суха, дерматитна и застаряваща кожа с пигментация.
Хидратиращ и успокояващ, подходящ за чувствителна кожа серум.

Емулсия, емулгатори, свойства. Кремове и лосиони
Емулсия, емулгатори, свойства.
Какво представляват кремове?
Какво представляват лосионите?
Типични съставки
Структура

Създаване на емулсия с емулгатор Wax (BTMS 25)
Крем за тяло с масло от Манго за нормална кожа с 8 съставки
Хидратиращ крем за тяло - за суха и чувствителна кожа с витамин B5

Създаване на емулсия с емулгатор Olivem 1000
Формула - темплейт
Лосион за нормална кожа с Q10, Витамин B5 и олио от сладък бадем
Натурален, възстановяващ крем за суха с хиперпигментация кожа
Освежаващ лосион за мазна кожа с Млечна киселина и витамин B3 с емулгатор Montanov 68
Натурален регенериращ крем за зряла, чувствителна и склонна към възпаления кожа
Подхранващ нощен крем – опростена формула
Богат нощен - възстановяващ крем
Крем за ръце с емулгатор Montanov 68

Формулиране на безводни козметични продукти
Козметични продукти само с твърди масла и носещи олиа
Формула – темплейт за създаване на продукти без участието на вода и водоразтворими продукти.
Формула за мек балсам с 2% ланолин
Балсам за устни
Формула – темплейт - Балсам за устни
Балсам за устни с ланолин
Балсам за устни С червена пудра

Масло за тяло
Whipped Body Butter (разбито масло за тяло)
Масло за тяло с Arrowroot powder

Нежни почистващи продукти за лице

Почистващ продукт който ухае на роза, усеща се нежен като коприна и почиства като мечта

Формула за ексфолиант за лице с натурални бамбукови сферички, предназначен за чувствителна кожа.

Почистващ и възстановяващ суха кожа балсам с участието само на масла.

Продукти съставени само от носещи олиа в комбинация с етерични масла.

Подмладяващи серуми за лице

Хидратиращо олио за тяло

Олио за тяло за чувствителна и суха кожа

Подмладяващи серуми за лице от масла

Копринено гладък серум само с три продукта

Серум за лице за зряла и суха кожа

Серум за лице за зряла кожа с витамин А палмитат

Оптимизирана формула с Бакучи олио

Моят серум за интензивно възстановяване

Дълбоко хидратиращ, маслен серум за суха кожа – серумът на Ани

Подмладяващ серум за акнеична и комбинирана кожа

Серум за суха и чувствителна кожа с етерични масла

Натурални маски за лице

Шоколадова маска за лице. Десерт за кожата – емулсия.

Безводна маска за лице

Няколко основни правила

Приложение:

1.Таблица с основни етерични масла подходящи за различни типове кожа, както и кратко описание на основните им действия

2.Таблица – Характеристика на някои основни етирични масла

Източник: [Essential Oil Chart | List of Essential Oils and Their Uses | NOW](#)

3.Таблица - Йодно число, тип кожа и стабилност

4.Таблица - Базови масла - комедогенен индекс и тип кожа

5.Таблица - Пероксидно число на базови масла (ориентировъчни стойности)

6.Таблица - Точка на димене (Smoke point)

7. Систематизирана информация за видовете хиалуронова киселина (НА) според молекулното тегло, с обяснение как действат и кога се използват в козметични формули

8. Таблица - Най-често срещани ароматни алергени в козметиката.



Козметична формула от природата

Ръководство по професионално формулиране на натурална козметика

Ръководството е предимно и основно с опознавателна цел и е създадено с намерение:

- * да бъдем полезни на себе си!
- * Да бъдем креативни!
- * Да намалим напрежението и стреса от нашето ежедневие!

Изследванията показват, че хората с хоби са по-малко склонни да страдат от лошо настроение, стрес и депресия.

Хобито е важна част от нашият живот. То може значително да подобри емоционалното ни и психическо състояние. Независимо от неговата насоченост, то би могло да ни помогне да се справим със стреса, да подобрим настроението си, да намерим нови приятели и да поддържаме чудесно социално благополучие 😊.

Ние живеем в момент на максимално внимание към красотата и личната грижа за нашата кожа. Изграждаме здравословни навици, спазваме балансирани диети, спортуваме и все повече обръщаме внимание на грижата за нашата кожа.

Изискванията ни към козметиката която ползваме са, че тя не трябва да уврежда кожата ни, да предизвиква алергии и да не вреди на нашето здраве като цяло.

Често обаче, конвенционалната козметика съдържа (и това за никого не е тайна) висок процент съставки на петролна основа и може да включва вещества които са вредни за нашето здраве.

Основната разлика между конвенционалната козметика и натуралната козметика е в състава на тяхната формула.

Конвенционалната козметика се прави предимно от нефтохимически съставки (напр. производни на минерални масла), които могат да включват неестествени аромати и синтетични вещества като фталати, формалдехид или триклозан. Някои от тези съставки могат да повлияят на структурата или функцията на кожата, могат да причинят алергични кожни реакции, като контактна уртикария, непоносимост или иритативен контактен дерматит. Тези козметични продукти съдържат синтетични консерванти, които удължават продължителността на продукта, но някои от тях причиняват отрицателни ефекти върху здравето ни.

Според **British Skin Foundation**, шестдесет процента от британците в момента страдат или са страдали от кожно заболяване в даден момент от живота си. Докато някои кожни заболявания са управляеми, други могат да бъдат достатъчно тежки, за да доведат до фатален изход.

За щастие, Обединеното кралство и ЕС провеждат изключително стриктен контрол върху козметичните продукти, така че на пазара да се предлагат продукти, в които е малко вероятно да се съдържат вредни и токсични химикали за кожата.

Ако сте закупили продукти за кожата онлайн или извън ЕС, е добре да проверите съставките. Понякога може да са използвани опасни вещества като мощни стероиди, хидрохинон и в някои случаи живак — особено в страни, където живакът все още е разрешен в ниски дози в козметичната индустрия.

Ароматите в нашата козметика

Точният състав на ароматите често е труден за идентифициране, тъй като в състава може да бъдат обозначени просто като **“аромат”** или **“парфюм”**. Най-често срещаните аромати, които причиняват дразнене или контактен алергичен дерматит, включват **limonene, linalool**— те придават свеж, цитрусов аромат.

*Ако имате съмнения, задължително направете тест за чувствителност преди употреба.

Всеки човек е различен — докато един може да е силно чувствителен към аромати в продуктите за кожа, друг може изобщо да не изпитва раздразнение. Особено чувствителни, според специалисти, се оказват жените и всички възрастни над 40 години.

Токсични съединения в нашата козметика

Съединения, споменати в таблицата по-долу, могат потенциално да раздразнят кожата или да предизвикат алергични реакции. Съществуват съмнения, че някои от тях могат да повлияят на ендокринната система, но към момента няма категорични научни доказателства за това.

✓ Benzophenone	✓ Mica
✓ Carbon black	✓ Acetone
✓ Butylated compounds	✓ Octinoxate
✓ Coal tar	✓ Parabens
✓ Ethanolamines	✓ P-phenylenediamine
✓ Homosalate	✓ Triclosan
✓ Formaldehyde	✓ Hydroquinone

**Информация от сайта на British Skin Foundation*

Натуралната козметика: тя е формулирана и съставена от неорганични минерали, естествени и органични растителни екстракти, ферментационни продукти от микроорганизми или вещества, извлечени от някои от тези източници. Обичайни съставки като масло от ший, лавандулово или розово масло и алое вера осигуряват естествени решения за хидратиране, подхранване и подмладяване на кожата.

- * Натуралната козметика е направена от съставки, които идват от природата, и те могат да бъдат по-добри за нашата кожа и околната среда.
- * Натуралните съставки са богати на витамини, антиоксиданти и основни хранителни вещества. Те помагат за балансирана, защитена и подхранена кожа.
- * Естествените съставки са по-нежни от синтетичните вещества и могат да бъдат по-добри за чувствителна кожа.

- * Натуралната козметика може да намали риска от кожни раздразнения и алергични реакции, причинени от химикали като парабени, сулфати и силикони и всички онези изброени в статията.
- * Естествените съставки обикновено са биоразградими.
- * Естествените съставки се добиват по устойчив начин, за да се поддържа тяхната възобновяемост.
- * Можете да изберете козметика с екологични опаковки и повторно преработени съставки.
- * Природните аромати и деликатните текстури на натуралните продукти събуждат сетивата ни. Много естествени етерични масла, като лавандула, роза, или мента, помагат за активиране, отпускане и успокояване на тялото и душата ни. Натуралната или органична козметика не е просто продукт за красота, а пресъздаване на природата в перфектна хармония с нашите тела и нашият душевен свят.

Изборът на натурални козметични продукти е не само инвестиция в нашето здраве и красота, но и начин да допринесем за по-здрава планета. Те предлагат безопасност, ефикасност и устойчивост, които конвенционалните продукти често не могат да гарантират.