



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 30 – MARZO DE 2010

“PREPARACIÓN DE COSMÉTICOS CAPILARES NATURALES PARA TRATAR LA CASPA, CON ALUMNOS/AS DE FORMACIÓN PROFESIONAL”

AUTOR MANUELA CHAVES JIMÉNEZ
TEMÁTICA COSMETOLOGÍA
ETAPA CICLOFORMATIVO DE PELUQUERÍA

Resumen

En el presente artículo pretendemos mostrar una serie de remedios caseros y sobre todo naturales para combatir la caspa, empleando en estos una serie de sustancias naturales, fundamentalmente de origen vegetal. Comenzamos el artículo dando algunas nociones sobre la caspa, seguidamente indicamos una serie de sustancias naturales que se presentan como potencialmente utilizables para tratar el problema de la caspa, y finalmente indicamos alguna receta que experimentalmente hemos aplicado y hemos visto que funciona adecuadamente en la lucha contra la caspa.

Palabras clave

Fungicida, pityrosporum ovale, oligoelementos, ácidos grasos, zinc, ovoalbúmina, ovomucoide, ovotransferina, liozina, avidita, cistatina, ovomacrobulina, ovostatina, aminoácidos, enzimas, ácidos orgánicos, inhibina, ácido fórmico, acetilcolina, ácidos grasos saturados, ácidos grasos monoinsaturados, ácidos grasos poliinsaturados, ácido fólico, betacarotenos y ácido cis-9-octadecaenoico,

1. INTRODUCCIÓN

En esta introducción vamos a ver qué es la caspa, cómo se puede combatir, cuales son sus causas, dietas contra la caspa, la relación entre los cosméticos naturales y la caspa, etc.

1.1. ¿Qué es la caspa?



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 30 – MARZO DE 2010

La caspa es una serie de descamaciones que aparecen en el cuero cabelludo. Estas descamaciones se deben a la acumulación de células muertas.

La caspa desde el punto de vista estético, es muy desagradable ya que da una imagen de dejadez e incluso de falta de higiene que por supuesto resulta muy poco deseable, de ahí que se intente por todos los medios combatirla. El impacto de la caspa se suele notar más cuando la persona afectada viste ropas oscuras.

1.2. Causas de la caspa

Las causas por las que aparece la caspa son muy diversas, sin embargo la causa más frecuente, suele ser que un hongo la genera, este hongo es el pityrosporum ovale, de ahí que si tratamos el problema de la caspa (cuando tiene este origen) con alguna sustancia que presente algún cierto carácter fungicida, a priori parece evidente que puede ayudar a solucionar el problema.

La caspa también puede estar ocasionada por la actividad de algunas bacterias, por lo que aquellas sustancias que presenten una cierta actividad antibacteriana pueden ser utilizadas para el tratamiento de setos tipos concretos de caspa.

La aparición de la caspa se ve favorecida por una dieta deficitaria en algunos oligoelementos, así como por la utilización de cosméticos industriales, y como no por el estrés que resulta tan frecuente en nuestra sociedad.

Puede haber algunos motivos más (quizás no tan frecuentes) que pueden ser el desencadenante de la aparición de la caspa como son: el agotamiento y el estreñimiento.

1.3. Dietas anticaspas

Para evitar en lo posible la aparición de la caspa en personas que presentan propensión a padecerla, podemos recurrir a hacer algunos ajustes en la dieta.

Si tomamos frutos secos, entre sus múltiples ventajas encontraremos que ayudan a que desaparezca la caspa en personas que tienen caspa. Sobre todo las pipas de girasol y de calabaza.

Las pipas de girasol y de calabaza tienen hierro, zinc, vitaminas y ácidos grasos que impiden en algunos casos la aparición de la caspa, o al menos la disminución de esta.

1.4. Tratamientos naturales anticaspas

La utilización de cosméticos y champús comerciales con muchos principios activos químicos, puede contribuir a que se agrave el problema de la caspa en personas que sean propensas a padecer dicho problema.

De ahí que sea recomendable tratar el pelo de las personas que tengan caspa con algún tipo de tratamiento natural.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 30 – MARZO DE 2010

De manera que los tratamientos naturales pueden resultar (en algunos casos) más efectivos incluso que los tratamientos comerciales.

Los productos químicos de los cosméticos y champús pueden alterar el cuero cabelludo irritándolo, favoreciendo así la aparición de la caspa.

Los productos naturales que vamos a utilizar para nuestros tratamientos no irritan para nada el cuero cabelludo, por lo que no contribuyen a la aparición de la caspa.

2. SUSTANCIAS QUE EMPLEARÉAMOS EN NUESTROS TRATAMIENTOS

Para la realización de una serie de tratamientos, con productos naturales, para tratar el problema de la caspa, vamos a utilizar una serie de productos naturales, entre los que podemos destacar los siguientes:

2.1. Huevo

El huevo está formado principalmente por dos fases perfectamente diferenciadas, la clara y la yema. Tanto en una como en la otra hay un predominio claro en su composición en proteínas, si bien en la yema hay una cantidad de grasa superior a la de la clara.

Las proteínas más abundantes son las siguientes: ovoalbúmina, ovomucoide, ovotransferina, lisozina, avidina, cistatina, ovomacrobulina y ovostatina.

La lisozina es un agente bactericida por lo que se puede utilizar como conservante. La ovotransferina y la ovomacrobulina también tienen un cierto carácter antibacteriano.

Por eso el huevo puede ser un buen ingrediente para la realización de cosméticos naturales anticaspa, ya que la caspa como hemos indicado anteriormente, en algunos casos se debe a la presencia de algunos tipos de bacterias.

2.2. Miel

La miel contiene azúcares, vitaminas, minerales, aminoácidos, enzimas, ácidos orgánicos, inhibina, ácido fórmico, polen, acetilcolina y agua.

La inhibina y el ácido fórmico son sustancias con un cierto carácter antibacteriano. Por eso la miel tiene un suave efecto antibiótico. La miel también presenta un cierto carácter antiséptico y cicatrizante. Si aplicamos la miel directamente sobre la piel la suaviza.

Por todo lo indicado anteriormente la miel es una sustancia que se puede aplicar muy bien tanto a tratamientos cutáneos como del cuero cabelludo, y por supuesto la podemos emplear para tratamientos naturales anticaspa.

Si empleamos la miel en tratamientos anticaspa, podemos utilizarla directamente, o mezclada con otras sustancias.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 30 – MARZO DE 2010

Para el tratamiento directo de la caspa con miel, podemos recurrir a mezclar la miel con un poco de agua, procediendo seguidamente a su aplicación sobre el cuero cabelludo. Dejamos la miel sobre el cuero cabelludo durante una hora. Transcurrido ese tiempo, procedemos a lavar la cabeza con un champú normal.

2.3. Aceite de almendras

La composición química del aceite de almendras es la siguiente:

- El aceite de almendras tiene entre un 6% y un 11% de ácidos grasos saturados.
- El aceite de almendras tiene entre un 63% y un 87% de ácidos grasos monoinsaturados.
- El aceite de almendras tiene entre un 10% y un 30% de ácidos grasos poliinsaturados.

El aceite de almendras hidrata y nutre la piel, así como hidrata y repara las escamas que salen en la piel.

El aceite de almendras se puede aplicar tanto directamente como mezclado para combatir la caspa empleando sustancias naturales.

Procedemos a su aplicación sobre el cuero cabelludo. Dejamos el aceite de almendras sobre el cuero cabelludo durante una hora. Transcurrido ese tiempo, procedemos a lavar la cabeza con un champú normal.

2.4. Apio

El apio es rico en potasio, en ácido fólico, en vitamina C, en calcio y en betacarotenos.

El apio se puede aplicar tanto directamente como mezclado para combatir la caspa.

Para aplicarlo directamente procedemos a hervir en 1 litro de agua unos 300 gramos de apio durante unos minutos. Pasado ese tiempo, batimos el apio con el agua obteniendo una papilla, la cual emplearemos como mascarilla para el cabello, con objeto de combatir la caspa. Se aplicará la papilla anterior durante una hora aproximadamente, pasado dicho periodo se lavará con un champú normal.

2.5. Vinagre de manzana

El vinagre de manzana contiene ácido málico, ácido tartárico, flavonoides, polifenoles y es rico en potasio.

Al ser rico en potasio el vinagre de manzana, se puede emplear para algunas afecciones relacionadas con algunos tipos de sordera.

Por otro lado, el vinagre de manzana, se puede emplear para reducir dolores musculares aplicándolo como loción. También se puede utilizar para tratar los hongos de los pies, por tener un



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 30 – MARZO DE 2010

cierto carácter fungicida, cosa que resulta también muy útil para tratar ciertos tipos de caspa. Se puede utilizar también para hacer desodorante.

2.6. Aceite de oliva

El aceite de oliva es una sustancia que se obtiene por la presión de las aceitunas. Mayoritariamente podemos considerar que se trata de ácido oleico, si bien se trata de una mezcla de muchas sustancias, eso sí la más importante de ella es el ácido oleico.

El ácido oleico es una grasa monoinsaturada propia de los aceites vegetales como el aceite de oliva, del aguacate, etc.

Es muy beneficioso para el sistema circulatorio, disminuyendo el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares.

Su fórmula química es : $C_{18}H_{34}O_2$ o $CH_3(CH_2)_7CH=CH(CH_2)_7COOH$. Su nombre según la IUPAC es ácido cis-9- octadecaenoico.

El ácido oleico constituye un 55-80% del aceite de oliva y un 15-20% de aceite de semillas de uva. Propiedades físicas del ácido oleico: Es un líquido amarillo oleoso e insoluble en agua, su punto de fusión es $15.3^{\circ}C$, su punto de ebullición es $360^{\circ}C$ y su peso específico: 0.895.

2.7. Tomillo

El tomillo es una planta aromática propia del clima mediterráneo, las esencias de tomillo tienen propiedades antisépticas, antibacterianas y evitan la proliferación de todo tipo de microorganismos.

Se puede utilizar también como agente antiparásitos, entiespasmódico, expectorante y en general para afecciones del aparato respiratorio.

2.8. Romero

Se puede utilizar en cocina, también para la obtención de cosméticos. El romero es una planta muy frecuente en lugares que tengan clima mediterráneo. De ahí que en España lo encontremos con facilidad.

Se puede utilizar para remediar dolores musculares, alivia el dolor menstrual, se le atribuye que puede inducir abortos, si bien este extremo no está del todo demostrado, sirve para ayudar a que el pelo crezca, tiene propiedades bactericidas y alivia el dolor de riñón. Por contener muchos antioxidantes se está investigando en la actualidad la posibilidad de utilizarlo en tratamientos contra el cáncer, pero estos tratamientos aún están en fase experimental, y no se sabe si los resultados finales serán adecuados.

Se puede utilizar también en la fabricación de perfumes ya que el romero es una planta aromática y sus esencias resultan muy agradables.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 30 – MARZO DE 2010

2.9. Ortiga

La ortiga es rica en vitamina C. Tradicionalmente se ha empleado como planta medicinal, si bien sus aplicaciones en el campo de la cosmética son también muy importantes.

Aplicando infusiones de ortiga con suma frecuencia al cabello conseguimos un cabello fuerte, y sin caspa.

La ortiga también se puede utilizar para la fabricación de champú.

La ortiga también puede ser utilizada para tratamientos dermoestéticos, en los que deja la piel muy suave.

2.10. Bicarbonato sódico

El bicarbonato sódico tiene la siguiente fórmula química NaHCO_3 . Es una sal ácida. Se puede emplear para tratar problemas de caspa. Para estos tratamientos procedemos a mezclar un poco de agua con mucho bicarbonato, hasta obtener una especie de barro blanco. Este barro lo podemos aplicar sobre el cabello dejarlo 15 minutos y proceder al lavado del cabello con un champú anticaspa.

2.11. Aloe vera

Es una sustancia que resulta muy buen cicatrizante para las heridas. Tiene muchas aplicaciones en tratamientos dermoestéticos así como para la fabricación de cosméticos en general y de cosméticos contra la caspa en particular.

También se puede utilizar directamente sobre el cabello para tratar la caspa. Para esto debemos proceder a tomar la hoja de aloe vera, quitarle los pinchos y echar en una batidora unos 300 gramos de aloe vera en medio litro de agua. Procedemos a batirlo y obtenemos un líquido un poco gelatinoso. Este líquido lo utilizaremos como loción directa sobre el cabello, lo dejaremos actuar por un periodo no inferior a una hora. Transcurrido este periodo procederemos a lavar el cabello con un champú anticaspa.

2.12. Limón

El limón es el fruto del árbol de mismo nombre. El jugo de limón se caracteriza por ser ácido, por contar con el ácido cítrico, el cual es un ácido débil. El zumo de limón presenta grandes cantidades de vitamina C. Es también una sustancia astringente, y se puede utilizar muy bien para tratamiento dermoestéticos de pieles secas.

El limón puede ayudarnos a reestablecer el pH ácido de nuestra piel. El zumo de limón presenta un comportamiento desodorante



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 30 – MARZO DE 2010

2.13. Remolacha

Contiene mucha glucosa de ahí que se utilice para la obtención industrial de azúcar. También contiene magnesio, hierro, betalaína, isoramnetina, piridina y vitaminas A y B.

Se puede emplear como agente antiparásitos, como digestivo, como vulnerario, como antimicótico, como expectorante e incluso por contener muchos antioxidantes como anticancerígeno.

También se puede utilizar en tratamientos dermoestéticos pudiéndose utilizar para la fabricación de cosméticos tanto para tratamientos de la piel, como para tratamientos capilares y entre ellos tratamientos anticasca.

2.14. Albahaca

La albahaca en infusión tiene las siguientes propiedades: es un sedante natural, puede tener efectos narcóticos si se toma en grandes cantidades, es antiséptica, es antiespasmódica, va muy bien contra las náuseas, se puede utilizar para tratar dolores de garganta.

La albahaca también se puede utilizar en tratamientos dermoestéticos, pudiéndose utilizar para la fabricación de cosméticos tanto para tratamientos de la piel, como para tratamientos capilares y entre ellos tratamientos anticasca.

3. TRATAMIENTOS NATURALES CONTRA LA CASPA

Seguidamente vamos a tratar una serie de tratamientos con lociones o mascarillas, con los que podemos combatir la caspa empleando solamente productos naturales.

3.1. Mascarilla de huevo

Como ingredientes emplearemos un huevo, 5 mililitros de aceite de almendras, 5 mililitros de aceite de oliva y 10 mililitros de coñac.

Vamos a utilizar una batidora como material.

Se bate el huevo, cuando este está batido se añade el aceite de almendras, el aceite de oliva y el coñac.

Aplicamos la mascarilla sobre el cabello, asegurándonos que la mascarilla entra en contacto con el cabello y con el cuero cabelludo. Dejamos la mascarilla sobre el pelo durante media hora y transcurrido ese tiempo procedemos a retirarla con agua y lavamos el pelo con un champú anticasca.

3.2. Loción de hierbas

C/ Recogidas N° 45 - 6°A 18005 Granada csifrevistad@gmail.com



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 30 – MARZO DE 2010

Como ingredientes emplearemos 50 gramos de tomillo, 50 gramos de romero, 50 gramos de ortiga, dos limones y medio litro de agua.

Como materiales emplearemos los siguientes: un cazo, un colador y un exprimidor.

Procedemos echando el agua, el tomillo, el romero y la ortiga en el cazo y llevando el agua a ebullición durante unos minutos. Retiramos el agua de la fuente de calor y esperamos a que esté fría. Seguidamente separamos los restos sólidos de romero, ortiga y tomillo colando la mezcla. Al líquido obtenido anteriormente, le añadimos el zumo que previamente hemos obtenido al exprimir los limones.

Aplicaremos la loción obtenida directamente sobre el cabello y el cuero cabelludo. Dejaremos la loción en el cabello durante unos 10 minutos y procederemos a aclarar la cabeza con agua sin champú.

3.3. Loción con vinagre de manzana

Como ingredientes emplearemos apio, ortiga, vinagre de manzana y agua.

Como materiales emplearemos los siguientes: una hornilla, un cazo y un colador.

Procederemos tomando un litro de agua en un cazo y en el echamos 300 gramos de apio y 100 gramos de ortiga. Llevamos la mezcla anterior a una hornilla y empezamos a calentar hasta que transcurran unos 40 minutos. Transcurrido ese tiempo colamos la mezcla con un colador. Eliminamos los sólidos y nos quedamos con la fase líquida.

Sobre el líquido anterior añadimos 15 mililitros de vinagre de manzana.

Aplicamos esta loción sobre el cuero cabelludo y sobre el pelo y dejamos la loción en el cabello durante unos 10 minutos y procedemos a aclarar la cabeza con agua sin champú.

3.4. Mascarilla con aloe vera

Como ingredientes emplearemos 300 gramos de aloe vera y 150 gramos de miel.

Como materiales emplearemos un cuchillo y una batidora.

Procedemos cortándole las espinas a la hoja de aloe vera y las troceamos. Echamos los trozos de hojas de aloe vera junto con la miel en la batidora. Seguidamente procedemos a batir estos componentes, hasta que obtengamos una pasta lo más homogénea posible.

Aplicamos la pasta sobre el pelo y el cuero cabelludo y dejamos que este contacto con el pelo y el cuero cabelludo durante 20 minutos. Transcurrido ese tiempo procedemos a lavar el cabello con un champú anticaspa.

3.5. Loción de remolacha



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 30 – MARZO DE 2010

Como ingredientes vamos a utilizar 50 gramos de remolacha blanca, 50 gramos de albahaca, bicarbonato sódico y medio litro de agua.

Como materiales vamos a utilizar los siguientes: un cazo, una hornilla y un colador.

Procedemos a echar en el cazo el agua, la remolacha y la albahaca. Hervimos la mezcla durante unos 5 minutos. Transcurrido ese tiempo procedemos a colar la mezcla desechando la fase sólida.

Sobre el líquido obtenido anteriormente, añadimos 15 gramos de bicarbonato sódico.

El líquido anterior lo aplicamos tanto en el pelo como en el cuero cabelludo y se deja que se seque el cabello con esta loción. Transcurrido un periodo no inferior a 5 horas, procedemos a lavar el cabello con un champú anticaspa.

BIBLIOGRAFÍA

- Adams, Jonson and Wilcox (1979). Laboratory Experiments in Organic Chemistry. 7ª ed.. Chicago: MacMillan.
- Bates, SChaefer (1977). Técnicas de Investigación en Química Orgánica Experimental. Madrid: Alambra.
- Brewster, Vanderwerf y Mcewen (1974). Curso de Química Orgánica Experimental. Madrid: Alambra.
- Campbell and McCarthy (1994). Organic Chemistry Experiments, microscale and semi-microscale. Boston: Brooks/Cole.
- Fessenden R. J. and Fessenden J. S. (1993). Organic Laboratory Techniques. Boston: Brooks/Cole.
- Romero, Mo (2002). Enlace Químico y Estructura Molecular. Barcelona: Editorial Calamo Producciones.
- Lozano, J.J. (1983). Fundamentos de Química General. Barcelona: Editorial Alambra.
- Morcillo, Jesús (1976). Química General. Madrid: Editorial U.N.E.D.
- Hiscox, G. D. y Hopkins, A. A. (1989). Prácticas de recetas industriales y fórmulas domesticas. México: Ediciones G. Gili, S.A.
- Biaggio, Thinguino (1994). Terapias naturales "plantas medicinales". Santa Fe de Bogotá: Ediciones Publicaciones Latinoamericanas Rayos de Luz.
- Adam, Lutecio (1992). El gran laboratorio de la naturaleza. Santiago de Chile: Auri.
- Keshava, Bhat (1985). Una manera sencilla de vivir mejor. Caracas: Editorial texto.
- Paredes, Lutecio (1989). La Zábila. Caracas: editorial Ciepe.
- Inireb, Instituto Nacional de Investigación sobre Recursos Bioéticos (1981). La Zábila. Mexico: Comunicado nº 46.
- Poveda, Luis J. (1982). Medicina Vegetal Popular. Mérida: Ediciones Biocenosis.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 30 – MARZO DE 2010

Autoría

- Nombre y Apellidos: Manuela Chaves Jiménez
- Centro, localidad, provincia: IES San Juan Bosco, Jaén
- E-mail: manchaves@hotmail.com