



Salud: cuidados y remedios naturales

Saber de:

**M^a Remedios García y
M^a Remedios Rodríguez**

Florida de Liébana
Salamanca

Recogido por:
Soraya Arín Pérez
(ADECASAL)

Agosto de 2013

Jabón natural

FICHA DE CONOCIMIENTOS
Y SABERES



INGREDIENTES

- ✓ 6 l. de agua.
- ✓ 6 l. de aceite (usado de freír), grasa, manteca, sebo o tocino, etc.
- ✓ 1 kg. de sosa cáustica.

MATERIALES

- ✓ Una cazuela.
- ✓ Un recipiente grande de barro o plástico.
- ✓ Una cuchara de madera grande.
- ✓ Una báscula.
- ✓ Una caja de madera o moldes de plástico.
- ✓ Papel para forrar la caja de madera.
- ✓ Un cuchillo.
- ✓ Guantes para protegerse.
- ✓ Gafas de protección.

CURIOSIDADES

El jabón artesanal tiene gran cantidad de usos y de aplicaciones como producto de limpieza y ambientación:

- Lava la ropa, quita las manchas y le da suavidad.
- Cuida el suelo de terrazo.
- Friega los utensilios de cocina.
- Puede ser usado como ambientador.

Además de tener muchas aplicaciones, elaborar nuestro propio jabón es una forma de reciclar el aceite usado en la cocina.

DESCRIPCIÓN

El uso de jabones naturales es muy beneficioso para la piel sensible y seca, ya que tienen un efecto cicatrizante, antiinflamatorio, antiséptico y antihemorrágico.

Están especialmente indicados para el tratamiento de los eczemas, las enfermedades cutáneas, las pieles grasas y con acné (ayuda a equilibrar el sebo de la piel de forma natural), la higiene de las partes íntimas y las zonas más grasas del cuerpo.

El jabón artesano se puede elaborar en cualquier época del año.

PREPARACIÓN

1. Ponemos la manteca (o el sebo) al fuego en una cazuela para que se deshaga y quede líquida.
2. Disolvemos la sosa con el agua. Es importante hacerlo en un lugar bien ventilado. Debemos agregar la sosa lenta y cuidadosamente para evitar generar vapores tóxicos.

¡Importante!: vertemos la sosa cáustica en el agua y nunca a la inversa. El líquido vertido de forma brusca en sosa puede provocar incluso explosiones.

3. Cuando se enfríe, vamos echando la grasa, manteca, tocino, etc. líquida poco a poco, y mientras, con la cuchara de madera, vamos moviendo la mezcla, siempre en el mismo sentido.

Debemos remover durante un buen rato, una hora aproximadamente, hasta que tengamos una pasta espesa de color blanquecino.

¡Importante!: debemos hacerlo en un barreño grande, con cuidado de no salpicar, con gafas y guantes.

4. Cuando la mezcla se haya endurecido lo suficiente, pero todavía esté flexible, añadimos, si se quiere, por ejemplo, jugo de aloe vera, calabacín, etc. Movemos un poco más para mezclarlo todo.
5. Vertemos la mezcla en un cajón de madera, previamente forrado con papel, o en los moldes de plástico.
6. Antes de que el jabón se ponga duro del todo, normalmente al día siguiente, lo cortamos en trozos pequeños. Obtendremos así las pastillas de jabón.

7. Dejamos las pastillas secándose durante un mes, y las vamos dando la vuelta de vez en cuando para que se sequen homogéneamente. Las dejaremos en un lugar fresco y fuera del alcance de la luz solar.

8. Si queremos usarlo en la lavadora como detergente en polvo, o en el cubo de la fregona, sólo tenemos que rallarlo con un cuchillo o un rallador.



FOTOGRAFÍAS



1. Troceamos la manteca y/o sebo.



2. Colocamos la manteca al fuego para deshacerla.



3. Mezclamos la sosa y el agua fría. Añadimos la manteca líquida y la fragancia.



4. Vertemos en los moldes.



5. Lo dejamos endurecer, desmoldamos y dejamos que se siga secando.



6. Detergente en polvo para la lavadora.

