COLECCIÓN JABONES ARTESANALES · EDICIÓN MÉXICO

Materiales Necesarios

Tu lista de compras completa, explicada paso a paso y sin complicaciones



MX EDICIÓN MÉXICO

Bienvenida

¿Nunca has hecho un jabón? Perfecto: esta guía es para ti. Aquí están **todas las listas de materiales** de los 29 productos de la colección, con cada ingrediente explicado en sencillo: **qué es, para qué sirve y dónde comprarlo en México**. Sin términos raros.

Úsala como tu lista del súper: marca lo que ya tienes en casa (¡es más de lo que crees!) y apunta lo que falta. Muchos ingredientes se repiten entre recetas.



Índice

3 Antes de empezar: tu seguridad primero

4 Dónde comprar en México: las tiendas clave

5 Mapa de compras: qué cosa se compra dónde

6 Jabones de glicerina I: los más fáciles

7 Jabones de glicerina II: exfoliantes y aromas

8 Jabones de glicerina III: florales y básicos

9 Jabones desde cero (con sosa cáustica)

10 Jabones líquidos y gel para manos

11 Cuidado facial: lociones y mascarilla

12 Cremas y barras de tratamiento

13 Aceites y exfoliantes para el cuerpo

14 Baño, hogar y empaque bonito

15 Vende tu jabón: despedida

Antes de empezar

Comprar bien también es cuidarte. Lee esta página con calma antes de tu primera salida de compras. Son solo tres cosas.

⚠ ALERGIAS: HAZ SIEMPRE LA PRUEBA DEL PARCHE

Lo natural también puede dar alergia. Antes de usar cualquier producto terminado, ponte un poquito en la parte interna del antebrazo. Espera 24 horas. ¿Se puso rojo, da comezón o arde? No lo uses. Los aceites esenciales nunca van puros sobre la piel: siempre se mezclan con otra cosa. Guarda todo lejos de niñas, niños y mascotas, y ponle etiqueta a tus envases. Si estás embarazada, dando pecho o en tratamiento con dermatólogo, pregunta a tu médico antes de usar aceites esenciales. Esta guía informa, pero no sustituye a un profesional.

⚠ SOSA CÁUSTICA: SE RESPETA, NO SE LE TEME

Algunas recetas usan **sosa cáustica** (su nombre técnico es hidróxido de sodio). Es el polvo que convierte el aceite en jabón. Quema si toca la piel, así que: cómprala sellada, guárdala en su envase original, bien cerrado y en un lugar seco. Para usarla necesitas guantes, lentes de protección y una ventana abierta. Regla de oro: **la sosa se agrega al agua, nunca al revés**. ¿Prefieres no manejarla todavía? Empieza con los jabones de base de glicerina: cero química peligrosa.

Cómo usar esta guía

Cada capítulo junta productos parecidos. Los materiales van en tablas, con una explicación corta de qué es cada cosa. Las medidas son las de tu cocina: **1 taza = 250 ml**, 1 cucharada ≈ 15 ml y 1 cucharadita ≈ 5 ml. Cuando la receta original da cantidades exactas, aquí aparecen. Cuando da opciones, tú eliges la que te quede más a la mano.

💡 EL TRUCO QUE AHORRA DINERO

Antes de salir, hojea las tablas de las páginas 6 a 14. Fíjate en lo que se repite: base de glicerina, aceite de coco, aceite esencial de lavanda, colorantes. Suma las cantidades y compra una sola presentación grande. Casi siempre sale más barato que comprar varias chiquitas.





GUÍA DE COMPRAS · MÉXICO

Dónde comprar en México

Buenas noticias: **todo lo de esta colección se consigue en México**, y casi siempre barato. Estas son tus seis paradas. No necesitas ir a todas el mismo día.

Tipo de tienda	Qué encuentras ahí
Tiendas de materias primas	Tu parada principal. Venden todo para hacer jabón: base de glicerina, texapon (el que hace espuma), glicerina, mantecas, ceras, arcillas, colorantes, fragancias y envases. Hay en el centro de casi todas las ciudades. Venden a granel: pides "medio kilo" y listo.
Droguerías	Aquí están los "químicos" de nombre raro: sosa cáustica, ácido cítrico, alcohol de caña 96°, agua destilada, bicarbonato, óxido de zinc, vitamina E, hamamelis. Pregunta sin pena: el personal está acostumbrado a orientar.
Fantasías Miguel	La parte bonita: moldes de silicón con formas de rosas y corazones, colorantes, listones, bolsitas de organza, papel de china y todo lo de empaque y regalo.
Tiendas naturistas	Aceites vegetales buenos (almendras dulces, jojoba, aguacate, argán, rosa mosqueta), aceites esenciales, miel pura, avena, té verde y extractos de plantas.
Mercados locales	Lo fresco y lo barato: manzanilla, romero, hierbabuena, lavanda, pétalos de rosa, sábila en penca, miel del señor de la miel, avena y azúcar a granel.
Mercado Libre México	Todo lo anterior, a domicilio. Ideal si vives lejos de una tienda de materias primas o buscas algo específico (mica, sal de Epsom, polisorbato 80, carbómero). Compara vendedores y lee reseñas antes de pagar.

💡 **ARMA TU RUTA DE SÁBADO**

Temprano al mercado (hierbas y miel). Luego la tienda de materias primas y la droguería (bases y químicos). De regreso, Fantasías Miguel (moldes y empaque). ¿Algo no apareció? Esa misma noche lo pides por Mercado Libre. Un solo día, todo resuelto.

Mapa de compras

¿Qué cosa se compra dónde? Guarda esta tabla: es tu chuleta para no dar vueltas de más.

Material	Dónde conseguirlo
Base de glicerina para jabón (blanca o transparente)	Tiendas de materias primas · Mercado Libre
Sosa cáustica (hidróxido de sodio) y ácido cítrico	Droguerías
Texapon (lauril líquido), glicerina, espesantes	Tiendas de materias primas
Alcohol de caña 96° · alcohol al 70%	Droguerías · farmacias
Agua destilada (la de las planchas)	Farmacias · droguerías · autoservicio
Aceites vegetales (coco, oliva, almendras, jojoba…)	Tiendas naturistas · materias primas
Aceites esenciales (lavanda, árbol de té, menta…)	Tiendas naturistas · materias primas
Mantecas de karité y cacao · cera de abeja	Materias primas · con el vendedor de miel
Arcillas (blanca, verde, rosa) · carbón activado	Materias primas · tiendas naturistas
Colorantes, mica cosmética, dióxido de titanio	Materias primas · Fantasías Miguel · Mercado Libre
Moldes de silicón, listones, bolsitas, empaque	Fantasías Miguel
Hierbas y flores secas · miel de abeja · avena	Mercados locales · tiendas naturistas
Sábila (aloe vera) en penca o gel	Mercados locales · tiendas naturistas
Hamamelis, óxido de zinc, vitamina E, conservadores, sal de Epsom, polisorbato 80, carbómero	Droguerías · farmacias · Mercado Libre

🌵 EL TOQUE MEXICANO

Opcional: aprovecha lo que México te da cerquita. En el mercado hay **sábila fresca**, **miel de agave** (variante local de la miel), **café de Chiapas** y **cacao** para aromas, y **flor de cempasúchil seca** para decorar. Para envolver: **hoja de maíz** o **papel de china**. Nada de esto cambia las recetas. Es puro aroma, decoración y presentación.



CAPÍTULO 1 · LOS MÁS FÁCILES

Jabones de glicerina I

¿Primera vez? Empieza aquí. La **base de glicerina** es jabón ya hecho: lo derrites, le das color y aroma, y lo viertes en un molde. Como hacer gelatina.

Producto	Qué necesitas (y qué es cada cosa)
Barra tricolor	Base de glicerina (el jabón listo para derretir) · colorantes comestibles en 3 colores (los mismos de repostería) · fragancia o aceites esenciales, opcional (dan el aroma) · alcohol en rociador, opcional (una rociadita quita las burbujitas de la superficie) · moldes para jabón.
Barra mini rosas	Base de glicerina · colorante rosa para jabones · fragancia o aceite esencial, opcional · alcohol en rociador, opcional · moldes con forma de rosas (en Fantasías Miguel).
Jabón de avena y miel	227 g de base de glicerina blanca (como una barra grande de mantequilla) · 1 cucharada de miel de abeja pura · ½ taza de avena en hojuelas (la misma del desayuno) · 10 gotas de aceite esencial de lavanda, opcional · moldes.
Jabón de arcilla verde	500 g de base de glicerina blanca · 2 cucharadas de arcilla verde en polvo (limpia la piel a fondo) · 2 cucharadas de aceite de coco · 1 cucharada de aceite esencial de lavanda · 1 cucharada de hojas de romero fresco (del mercado) · molde.

🛒 Base y colorantes: materias primas · 🛒 Moldes: Fantasías Miguel · 🛒 Avena y miel: mercado



Avena en hojuelas: cómprala a granel, sale más barata.



Así quedan las barras con flores y color.

💡 **¿NO TIENES MOLDE? NO PASA NADA**

Sirve un envase limpio de yogur, un molde de gelatina o un cartón de leche cortado a la mitad. Lo importante: que sea flexible o abierto, para desmoldar sin batalla.

Jabones de glicerina II

Exfoliantes y aromas ricos. Los cuatro parten de **500 g de base de glicerina** (medio kilo del jabón para derretir de la página anterior).

Producto	Qué necesitas, además de la base
Jabón exfoliante en barra	1 taza de azúcar mascabado (el azúcar morena de siempre: talla suavecito la piel) · 1 cda de aceite de coco · 1 cda de aceite esencial de lavanda, o el que más te guste · 1 cda de semillas de amapola (u otro exfoliante: avena molida de tu cocina, semillas de jojoba…) · molde.
Jabón refrescante astringente	1 cda de aceite esencial de menta (da esa sensación de frescura) · 1 cda de extracto de hamamelis (agua de una planta que refresca y cierra los poros; en farmacias) · 1 cda de hojas de romero fresco · molde.
Jabón de chocolate con bergamota	½ taza de cacao en polvo sin azúcar (el de hacer chocolate caliente) · 1 cda de aceite esencial de bergamota (un aroma cítrico elegante) · 1 cda de aceite de coco · molde.
Jabón de rosas	¼ de taza de pétalos de rosa secos (seca en casa los de un ramo) · 1 cda de aceite de rosa mosqueta (un aceite muy querido para la piel con marcas) · 10 gotas de aceite esencial de rosa · colorante comestible rosa, opcional · molde.



Lavanda: fresca en el mercado, seca en tiendas naturistas. Aroma que nunca falla.

💡 **SECADO SIN EQUIPO ESPECIAL**

Para secar pétalos o hierbas no necesitas nada raro: una charola de cocina limpia con papel absorbente, en un lugar seco y sin sol directo, hace todo el trabajo en unos días.

Jabones de glicerina III

Florales y básicos. Aquí está el jabón más sencillo de toda la colección: perfecto para tu primer intento.

Producto	Qué necesitas (base de glicerina + esto)
Jabón con pétalos	¼ de taza de pétalos secos (rosa, lavanda o la flor que tengas) · 1 cda de aceite de coco · 10-20 gotas de aceite esencial de lavanda, opcional · colorante, opcional · molde.
Jabón macizo básico	Base blanca o transparente · ¼ de taza de aceite de coco · 10-20 gotas del aceite esencial que prefieras, opcional · colorante, opcional · molde. Es el más fácil de todos: ideal para practicar y agarrar confianza.
Barra de lavanda	¼ de taza de aceite de almendras (suaviza la piel) · 10-20 gotas de aceite esencial de lavanda · 1 cda de flores de lavanda secas, opcional · colorante morado, opcional · molde.
Barra de rosas (en molde)	Colorante rojo, opcional · 20-30 gotas de aceite esencial de rosa · molde de silicón con forma de rosas: el molde hace todo el trabajo bonito por ti.



Con un buen molde, hasta tu primer jabón parece de tienda.

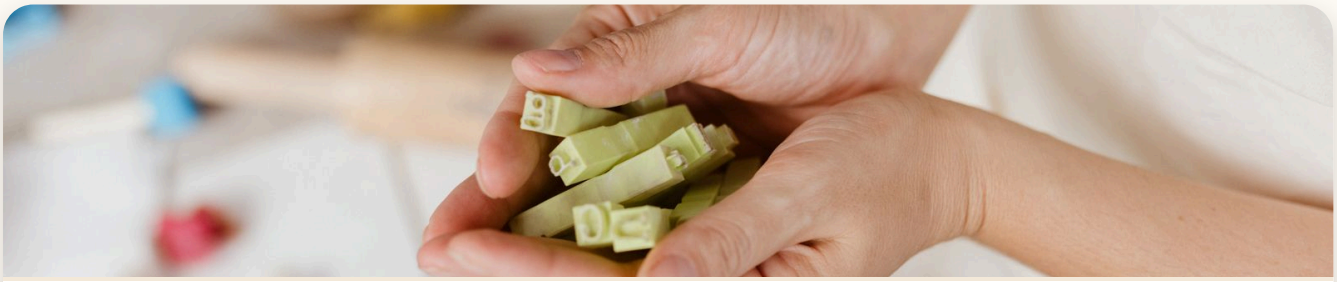
🌵 EL TOQUE MEXICANO

Opcional: para el jabón de chocolate usa **cacao mexicano** de Tabasco o Chiapas. Y decora tus jabones florales con **pétalos secos de cempasúchil** del mercado: dan un dorado precioso sin cambiar la receta.

Jabones desde cero

Este es el jabón "de a de veras": mezclas aceites con sosa cáustica y la química hace el resto. No es difícil, pero sí pide cuidado. Léelo con calma y sin miedo.

Producto	Qué necesitas (y qué es cada cosa)
Jabón reciclable (artesanal base)	Aceites vegetales: oliva, coco, palma o ricino (la grasa que se convertirá en jabón) · sosa cáustica (el polvo que transforma el aceite en jabón; se maneja con guantes) · agua destilada (para disolver la sosa; con sosa siempre destilada, no de la llave) · extractos naturales: hierbas, flores, frutas o plantas · fragancias naturales (aceites esenciales) · colorantes naturales: arcilla, carbón activado o cúrcuma (sí, la especia dorada de tu cocina).
Jabón de miel	Aceite de coco y de oliva (suavizan la piel) · aceite de palma (da espuma cremosa) · cera de abeja (endurece la barra; pídesela a quien te vende la miel) · miel de abeja (hidratante natural y antioxidante) · agua destilada · sosa cáustica · aceites esenciales, opcional.
Jabón astringente e hidratante	Aceite de coco (hidrata) · aceite de jojoba (controla la grasita de la piel) · aceite esencial de árbol de té (limpia: es antibacteriano) · aceite esencial de lavanda (calma) · agua destilada · sosa cáustica · arcilla blanca (limpia a fondo) · óxido de zinc (el mismo de las pomadas de bebé: calma la piel enrojecida).



El jabón desde cero pide paciencia (y guantes), pero es cien por ciento tuyo.

⚠ AL COMPRAR LA SOSA

En la droguería pide "hidróxido de sodio grado técnico o cosmético". Ahí mismo compra tus guantes de nitrilo y lentes de protección. Nunca la transportes junto con comida y revisa que la tapa quede bien sellada.

Jabones líquidos y gel

El secreto del jabón líquido es el **tensoactivo**: el ingrediente que hace la espuma. El más común se llama lauril, pero en México todos lo conocen como **texapon**. Se compra a granel y rinde muchísimo.

Producto	Qué necesitas (y qué es cada cosa)
Jabón líquido	Agua destilada (la base) · tensoactivos: sulfatos o lauril sulfato de sodio, el texapon (hacen la espuma) · glicerina (mantiene la piel suavecita) · espesantes: carbómero o goma xantana (le dan cuerpo, para que no quede aguado) · conservadores: ácido benzoico o ácido cítrico (para que dure sin echarse a perder) · fragancias: aceites esenciales o fragancias sintéticas · extras opcionales: extractos de plantas, vitaminas, alcohol u otros ingredientes buenos para la piel.
Jabón líquido de colores	Lo mismo del jabón líquido, más **colorantes**: comestibles, pigmentos minerales o sintéticos. Con unas gotitas basta.
Gel higienizante de manos	Alcohol etílico al 70% (o alcohol isopropílico al 99%; ambos en farmacias) · gel de sábila (para que no te reseque las manos) · aceites esenciales, opcional (aroma y ayuda antibacteriana).

🛒 **Texapon y espesantes: materias primas**

🛒 **Alcohol y conservadores: farmacia/droguería**



Con unas gotas de colorante logras toda la gama de tonos.

💡 **ENVASES Y ETIQUETAS**

En la misma tienda de materias primas hay frascos con bomba, botellas y etiquetas. Cómpralos junto con el texapon para calcular bien: un litro de jabón líquido llena unos 4 frascos de 250 ml.

Cuidado facial

Lociones y mascarilla para consentir tu cara. La sábila y la miel están en el mercado; el hamamelis, en la farmacia. Nada del otro mundo.

Producto	Qué necesitas (y qué es cada cosa)
Loción tónica	½ taza de agua destilada · ½ taza de agua de hamamelis (refresca y cierra los poros; en farmacias) · 1 cda de gel de sábila (del súper… o de la penca de tu patio) · 5-10 gotas del aceite esencial que prefieras, opcional.
Mascarilla de arcilla	Miel de abeja (hidrata y limpia) · sábila (calma la piel) · aceite de jojoba o de coco (suavizan) · vinagre de manzana (equilibra la piel; el mismo de tu cocina) · té verde (antioxidante: protege la piel) · aceites esenciales como lavanda, árbol de té o menta.
Loción astringente	Agua destilada o filtrada (la base) · vinagre de manzana o ácido cítrico (equilibran la piel) · extracto de hamamelis (cierra los poros y desinflama) · aceite esencial de árbol de té (limpia) · extracto de caléndula (una flor que ayuda a sanar la piel; parecida al cempasúchil).



Sábila: en penca en el mercado, en gel en tiendas naturistas.

🌵 EL TOQUE MEXICANO

Opcional: compra la **sábila en penca** y saca el gel tú misma el mismo día: rinde más y es más fresco. Para la mascarilla, una pizca de **avena molida** o de **arcilla rosa** la vuelve más suave para pieles delicadas.

Cremas y barras de tratamiento

Tres consentidores: una crema que da luz, una barra calmante y la crema corporal más rica que vas a probar.

Producto	Qué necesitas (y qué es cada cosa)
Crema iluminadora	Mica o dióxido de titanio (polvitos brillantes seguros que dan luz a la piel) · aceites vegetales: coco, jojoba o argán (nutren) · extractos de plantas: manzanilla, sábila o té verde (calman y protegen) · vitamina E (cuida la piel del desgaste diario) · emolientes: glicerina o pantenol (guardan la humedad, dejan la piel suave) · conservadores: ácido benzoico o cítrico · fragancias, opcional.
Barra de botones de rosa	Aceite de rosa mosqueta (nutre a fondo) · extracto de botones de rosa (calma y desinflama) · glicerina · aceites vegetales: coco, jojoba o argán · espesantes: goma xantana o alcohol cetílico (dan firmeza a la barra) · fragancias · conservadores.
Crema hidratante corporal	1 taza de aceite de coco · ½ taza de manteca de karité (una "mantequilla" vegetal que hidrata muchísimo) · ¼ de taza de aceite de almendras dulces · ¼ de taza de cera de abeja (le da cuerpo a la crema) · 1 cucharadita de vitamina E · 10-20 gotas del aceite esencial que más te guste, opcional.

🛒 Mica y vitamina E: droguería/Mercado Libre

🛒 Mantecas y aceites: materias primas



Un frasco bonito con etiqueta hace media venta.



Aceites y exfoliantes

Los aceites vegetales son la base de todo este capítulo. Cómpralos "prensados en frío" en tiendas naturistas y guárdalos lejos de la luz para que duren.

Producto	Qué necesitas (y qué es cada cosa)
Aceite de masaje (fórmula libre)	Un aceite base: almendras dulces, jojoba, aguacate, semilla de uva o coco (el "cuerpo" del producto) · aceites esenciales (aroma y relajación) · un antioxidante: vitamina E o aceite de romero (evita que el aceite se ponga rancio).
Aceite de masaje (con medidas)	1 taza de aceite de almendras dulces · ¼ de taza de aceite de jojoba · ¼ de taza de aceite de coco · 10-20 gotas del aceite esencial que elijas: lavanda, eucalipto, naranja dulce...
Aceite bifásico y aceite exfoliante (misma lista para ambos)	½ taza de aceite vegetal (coco, almendras o aguacate) · ½ taza de agua destilada · 1 cda de emulsificante: lecitina de soya o cera de abeja (une el agua con el aceite, como en una vinagreta) · 10-20 gotas de aceite esencial, opcional.
Pasta exfoliante	½ taza de azúcar estándar o sal de mar (talla suavecito las células muertas) · ¼ de taza de aceite vegetal (almendras, coco o aguacate) · 1 cda de miel de abeja · 10-20 gotas de aceite esencial, opcional.
Aceite con enjuague	Aceites naturales: coco, oliva, argán, aguacate o jojoba · emulsificantes: polisorbato 80, lecitina de soya o de girasol (para que se enjuague con agua) · conservadores: ácido benzoico, sorbato de potasio o alcohol bencílico · fragancias o aceites esenciales · extras: vitaminas, extractos vegetales o queratina.

🌵 EL TOQUE MEXICANO

Opcional: en la pasta exfoliante prueba **café de Chiapas molido** en lugar de una parte del azúcar. O endulza el aroma con **miel de agave**. Aroma cien por ciento mexicano, misma fórmula.

CAPÍTULO 8 · REGALAR Y PRESENTAR

Baño, hogar y empaque

Dos regalos que siempre quedan bien: la esfera que burbujea en la tina y el sachet que perfuma los cajones. Y el empaque para que luzcan.

Producto	Qué necesitas (y qué es cada cosa)
Esfera efervescente	1 taza de bicarbonato de sodio (el de tu cocina) · ½ taza de ácido cítrico en polvo (el que hace las burbujas; en droguerías) · ½ taza de fécula de maíz (maicena) · ¼ de taza de sal de Epsom (una sal de baño que relaja los músculos) · 2-3 cdas de aceite de coco u otro aceite vegetal · colorante comestible en gel, opcional · aceite esencial, opcional.
Sachet para cajones	Bolsita de tela porosa: algodón, tul u organza (puedes coserla con un retazo que tengas en casa) · 1 taza de flores secas: lavanda, manzanilla, rosa o romero · 1 cda de bicarbonato (atrapa los malos olores) · 5-10 gotas del aceite esencial que prefieras · listón para amarrar.



Aromas cítricos: felices para esferas y sachets.



Una caja con listón convierte tu jabón en regalo.

💡 **ÚLTIMA PARADA: EL EMPAQUE**

Bolsitas de organza, tul, listones, cajitas y papel kraft: en Fantasías Miguel o en la mercería del mercado. La sal de Epsom y el ácido cítrico, en droguerías o Mercado Libre. ¿Empaque muy mexicano? Envuelve en **hoja de maíz** o **papel de china** de colores.



DESPEDIDA

Vende tu jabón

Ya tienes el mapa completo. Con estas listas en la bolsa, cada material está a una vuelta al centro o a un clic de distancia. Lo difícil ya no es conseguir: es decidir cuál receta harás primero.

Mercaditos · Bazares · Ferias artesanales · Pedidos por encargo

Empieza con una receta sencilla. Envuélvela bonito. Llévala a un mercadito, bazar o feria de tu ciudad. En México, lo hecho a mano y con cariño siempre encuentra quien lo aprecie… y quien lo compre. Cada estante lleno de jabones empezó igual que tú: con una primera lista de compras. ¡Manos a la obra!