



NATURSAIS

— ACADEMY —

APRENDE. CREA. TRANSFORMA.

COSMÉTICA
NATURAL

CIENCIA • NATURALEZA • BIENESTAR

CURSO DE COSMÉTICA NATURAL

ESTRUCTURA PREMIUM NATURSAIS™



APRENDE. CREA. TRANSFORMA.



MÓDULO 1. Introducción a la Cosmética Natural

- 1.1 ¿Qué es la cosmética natural?
- 1.2 Historia y evolución
- 1.3 Beneficios frente a la cosmética convencional
- 1.4 Mitos y realidades

Test del módulo



MÓDULO 2. Anatomía y fisiología de la piel

- 2.1 Estructura de la piel
- 2.2 Epidermis, dermis e hipodermis
- 2.3 Funciones de la piel
- 2.4 Tipos de piel
- 2.5 Envejecimiento cutáneo

Test del módulo



MÓDULO 3. Higiene, seguridad y buenas prácticas

- 3.1 Normas de higiene
- 3.2 Esterilización y desinfección
- 3.3 Manipulación segura
- 3.4 Conservación de materias primas

Test del módulo



MÓDULO 4. Materias primas

- 4.1 Aceites vegetales
- 4.2 Mantecas vegetales
- 4.3 Ceras naturales
- 4.4 Hidrolatos
- 4.5 Arcillas
- 4.6 Extractos vegetales
- 4.7 Glicerina vegetal

Test del módulo



MÓDULO 5. Aceites esenciales

- 5.1 Qué son
- 5.2 Propiedades
- 5.3 Métodos de extracción
- 5.4 Precauciones
- 5.5 Diluciones

Test del módulo



MÓDULO 6. Ingredientes funcionales

- 6.1 Vitaminas
- 6.2 Aloe vera
- 6.3 Ácido hialurónico vegetal
- 6.4 Colágeno vegetal
- 6.5 Coenzima Q10
- 6.6 Activos botánicos

Test del módulo



MÓDULO 7. Emulsionantes y conservantes

- 7.1 Qué es una emulsión
- 7.2 Emulsionantes naturales
- 7.3 Conservantes
- 7.4 Antioxidantes

Test del módulo



MÓDULO 8. Elaboración de bálsamos y pomadas

- 8.1 Fórmulas básicas
- 8.2 Técnicas de elaboración
- 8.3 Errores frecuentes

Práctica
Test



MÓDULO 9. Cremas y lociones

- 9.1 Cremas hidratantes
- 9.2 Cremas nutritivas
- 9.3 Lociones corporales
- 9.4 Leches limpiadoras

Test



MÓDULO 10. Sérums y aceites faciales

- 10.1 Sérums
- 10.2 Aceites faciales
- 10.3 Contorno de ojos

Test



MÓDULO 11. Higiene facial

- 11.1 Limpiadores
- 11.2 Tónicos
- 11.3 Exfoliantes
- 11.4 Mascarillas

Test



MÓDULO 12. Cosmética corporal

- 12.1 Cremas corporales
- 12.2 Aceites corporales
- 12.3 Exfoliantes
- 12.4 Mantecas

Test



MÓDULO 13. Cosmética capilar

- 13.1 Champús sólidos
- 13.2 Champús líquidos
- 12.3 Acondicionadores
- 13.4 Mascarillas

Test



MÓDULO 14. Higiene personal

- 14.1 Desodorantes
- 14.2 Pasta dental natural
- 14.3 Enjuagues bucales
- 14.4 Jabones líquidos

Test



MÓDULO 15. Jabonería artesanal

- 15.1 Glicerina
- 15.2 Saponificación
- 15.3 Colorantes
- 15.4 Aromas

Test



MÓDULO 16. Cosmética labial

- 16.1 Bálsamos labiales
- 16.2 Barras labiales naturales
- 16.3 Exfoliantes labiales

Test



MÓDULO 17. Formulación cosmética

- 17.1 Cómo crear una receta
- 17.2 Porcentajes
- 17.3 Pesos y medidas
- 17.4 Escalado de fórmulas

Test



MÓDULO 18. Envasado y conservación

- 18.1 Tipos de envases
- 18.2 Conservación
- 18.3 Vida útil
- 18.4 Etiquetado

Test



MÓDULO 19. Legislación y seguridad

- 19.1 Normativa básica
- 19.2 Buenas prácticas
- 19.3 Responsabilidad del fabricante

Test



MÓDULO 20. Proyecto Final

- Elaboración de una línea completa de cosmética natural.
- Evaluación final.
- Diploma Natursais Academy.



APRENDE
A TU RITMO

Accede 24/7 desde
cualquier dispositivo.



100% ONLINE

Formación completa,
clara y práctica.



CERTIFICADO
NATURSAIS ACADEMY

Diploma digital al
completar el curso.



TRANSFORMA TU
CONOCIMIENTO
EN BIENESTAR

Crea productos naturales
con confianza y seguridad.



NATURAL ES VOLVER A LO ESENCIAL.

APRENDE. CREA. TRANSFORMA.

MÓDULO 1

INTRODUCCIÓN A LA COSMÉTICA NATURAL



1.1 ¿Qué es la
cosmética natural?



1.2 Historia y evolución



1.3 Beneficios frente a
la cosmética convencional



1.4 Mitos y realidades



TEST DEL MÓDULO



100%
NATURAL

Ingredientes puros
y seguros



CIENCIA Y
NATURALEZA

Formulación consciente
y eficaz



BIENESTAR
INTEGRAL

Cuidado de la piel,
respeto por la vida



CONSCIENTE Y
SOSTENIBLE

Belleza responsable
con el planeta

1.1

¿Qué es la cosmética natural?

La cosmética natural utiliza ingredientes de origen natural para cuidar la piel, el cabello y el cuerpo de forma eficaz, respetuosa y sostenible.

**INGREDIENTES NATURALES**

Procedentes de plantas, minerales y otros recursos naturales.

**RESPECTA TU PIEL**

Fórmulas suaves que cuidan y mantienen el equilibrio natural.

**SOSTENIBLE**

Respeto por el medio ambiente y uso responsable de los recursos.

**SIN INGREDIENTES AGRESIVOS**

Sin parabenos, siliconas, colorantes ni derivados del petróleo.

**ÉTICA Y CONSCIENTE**

Libre de pruebas en animales y con valores de transparencia.

COSMÉTICA NATURAL

- Ingredientes de origen natural
- Mayor tolerancia y respeto por la piel
- Respeto al medio ambiente
- Ingredientes biodegradables
- Transparencia en la formulación

VS.**COSMÉTICA CONVENCIONAL**

- Uso de ingredientes sintéticos
- Mayor riesgo de sensibilidad
- Impacto ambiental elevado
- Ingredientes no biodegradables
- Fórmulas menos transparentes

¿CÓMO ACTÚA SOBRE LA PIEL?**HIDRATA**

Aporta y retiene la humedad natural de la piel.

**PROTEGE**

Refuerza la barrera cutánea frente a agresiones externas.

**NUTRE**

Aporta vitaminas y lípidos esenciales para la piel.

**REPARA**

Favorece la regeneración y mejora la elasticidad.

**CALMA**

Reduce irritaciones y aporta confort a las pieles sensibles.

**ANTIOXIDANTE**

Protege frente al estrés oxidativo y al envejecimiento.

**RECUERDA**

Natural no significa improvisado. Conocer, respetar las dosis y aplicar buenas prácticas es la clave para crear cosméticos seguros, eficaces y de alta calidad.

1.2

Historia y evolución
de la cosmética natural

El cuidado personal forma parte de la historia de la humanidad desde sus orígenes. A lo largo del tiempo, diferentes culturas han desarrollado recetas, técnicas y secretos de belleza utilizando los recursos que la naturaleza les ofrecía.

Conocer nuestra historia nos ayuda a comprender el presente y a construir un futuro más consciente y sostenible.

LÍNEA DEL TIEMPO



GRANDES INGREDIENTES A TRAVÉS DEL TIEMPO



EVOLUCIÓN DE LA COSMÉTICA

TRADICIONAL

Uso empírico de recursos naturales según la sabiduría ancestral.

ARTESANAL

Elaboración manual de preparados naturales con recetas heredadas.

INDUSTRIAL

Producción masiva con ingredientes sintéticos y nuevos conservantes.

CONSCIENTE

Vuelta a lo natural combinando tradición, ciencia y respeto por el planeta.

¿POR QUÉ VUELVE LO NATURAL?



Mayor conciencia sobre los ingredientes que aplicamos en nuestra piel.



Preocupación por el impacto ambiental.



Búsqueda de productos más saludables, eficaces y respetuosos.



Valorización de recetas ancestrales y conocimiento tradicional.



Innovación en formulaciones naturales sostenibles.

LA NATURALEZA NOS HA CUIDADO DURANTE MILENIOS. HOY, TENEMOS EL CONOCIMIENTO PARA HACERLO MEJOR.

CURIOSIDADES HISTÓRICAS

- En Egipto, los kohl (delineador de ojos) protegía del sol y tenía propiedades antisépticas.
- Los romanos utilizaban orina diluida en jabón para blanquear la piel.
- En la India, la cúrcuma sigue siendo hoy un ingrediente estrella en cosmética natural.
- El perfume más antiguo del mundo, descubierto en Chipre, tiene más de 4.000 años.

RESUMEN



La cosmética natural tiene raíces profundas en la historia de la humanidad. Cada época ha aportado conocimientos, ingredientes y técnicas que hoy seguimos utilizando y mejorando para cuidar nuestra piel de forma natural, segura y consciente.

CONCEPTO CLAVE



La cosmética natural no es una moda: es la unión entre la sabiduría ancestral y la ciencia moderna para cuidar nuestra piel y nuestro planeta.

CONSEJO PROFESIONAL NATURSAIS™



Inspírate en las recetas tradicionales, pero fórmulas con conocimiento y responsabilidad. La clave está en respetar los ingredientes, entender su función y crear productos seguros, eficaces y sostenibles.

“La naturaleza es la mayor laboratorio de belleza que ha existido nunca. Nuestra misión es usar su sabiduría con respeto y gratitud.”

1.3 Beneficios frente a la cosmética convencional

La cosmética natural ofrece numerosas ventajas frente a la cosmética convencional, tanto para nuestra salud como para el medio ambiente. Elegir productos naturales es elegir bienestar, sostenibilidad y respeto por nuestro cuerpo y por el planeta.



COMPARATIVA GENERAL

 COSMÉTICA NATURAL	ASPECTO COMPARADO	 COSMÉTICA CONVENCIONAL
 Proceden de fuentes naturales renovables: plantas, minerales, aceites y extractos vegetales.	ORIGEN DE LOS INGREDIENTES	 Muchos ingredientes sintéticos derivados del petróleo y procesos químicos intensivos.
 Respetuosa con la fisiología de la piel. Menor riesgo de irritaciones y alergias.	IMPACTO EN LA PIEL	 Puede alterar el equilibrio natural de la piel. Mayor riesgo de sensibilización.
 Evita parabenos, siliconas, colorantes sintéticos, ftalatos y derivados del petróleo.	INGREDIENTES AGRESIVOS	 Puede contener parabenos, sulfatos, siliconas, colorantes y fragancias sintéticas.
 Menor impacto ecológico. Procesos de fabricación más sostenibles.	IMPACTO AMBIENTAL	 Mayor huella ecológica. Uso de recursos no renovables y contaminantes.
 Ingredientes biodegradables y respetuosos con los ecosistemas acuáticos y terrestres.	BIODEGRADABILIDAD	 Muchos ingredientes no se degradan fácilmente y contaminan el medio ambiente.
 Marcas comprometidas con la transparencia, comercio justo y bienestar animal.	TRANSPARENCIA Y ÉTICA	 Menor transparencia en la composición. Prácticas éticas variables.
 Nutre y mejora la salud de la piel desde el equilibrio y la prevención.	EFFECTIVIDAD A LARGO PLAZO	 Efectos más rápidos pero a veces superficiales. Puede generar dependencia.
 Fomenta un estilo de vida consciente, saludable y en armonía con el entorno.	CONEXIÓN CON LA NATURALEZA	 Desconexión con los ciclos naturales y el origen de los ingredientes.



BENEFICIOS PRINCIPALES DE LA COSMÉTICA NATURAL



MAYOR TOLERANCIA CUTÁNEA

Los ingredientes naturales son más afines a nuestra piel, reduciendo el riesgo de irritaciones.



NUTRICIÓN PROFUNDA

Aporta vitaminas, ácidos grasos esenciales y antioxidantes que nutren la piel en profundidad.



PROTECCIÓN NATURAL

Refuerza la barrera cutánea y protege frente a agresiones externas como la polución y los rayos UV.



EQUILIBRIO Y BIENESTAR

Favorece el equilibrio de la piel y el cabello sin alterar sus funciones naturales.



RESPECTO POR EL MEDIO AMBIENTE

Su producción y uso contribuyen a cuidar el planeta para las futuras generaciones.



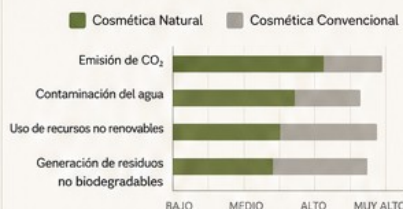
CONSUMO CONSCIENTE

Promueve elecciones más responsables, éticas y alineadas con nuestros valores.

¿SABÍAS QUE...?

-  El 60% de lo que aplicamos en la piel se absorbe y pasa a nuestro organismo.
-  Muchos ingredientes sintéticos pueden acumularse en el medio ambiente durante años.
-  Las plantas producen miles de compuestos bioactivos beneficiosos para la salud.
-  Cada elección que hacemos como consumidores puede transformar el mundo.

IMPACTO AMBIENTAL



La cosmética natural reduce significativamente el impacto ambiental en todas las áreas evaluadas.

RESULTADO A LARGO PLAZO

COSMÉTICA NATURAL

Mejora la calidad de la piel de forma progresiva y sostenida. Previene el envejecimiento prematuro y mantiene el equilibrio natural.



COSMÉTICA CONVENCIONAL

Resultados rápidos pero temporales. Puede generar dependencia y deterioro de la piel a largo plazo.



MITOS Y REALIDADES

- ✗ Mito: Todo lo natural es mejor.
- ✓ Realidad: Depende de la calidad, concentración y forma de uso.
- ✗ Mito: Los productos naturales no son eficaces.
- ✓ Realidad: La naturaleza ofrece activos muy potentes científicamente comprobados.
- ✗ Mito: Cuanto más natural, más caro.
- ✓ Realidad: Su valor está en la calidad de los ingredientes y el proceso, no solo en el precio.

CONSEJO PROFESIONAL NATURSAIS™



Elige siempre productos con listas de ingredientes claras y comprensibles. Menos es más: formulaciones simples, con ingredientes de calidad y dosis adecuadas, ofrecen resultados más seguros y duraderos.



EN RESUMEN

La cosmética natural no solo cuida tu piel, también cuida de ti, de los demás y del planeta. Pequeñas elecciones diarias generan un gran impacto en tu salud y en el mundo que queremos dejar.



“ La belleza verdadera empieza cuando eliges lo que te hace bien a ti y a todo lo que te rodea.

1.4 Mitos y realidades

La verdad detrás de las creencias más comunes

En el mundo de la cosmética natural circulan muchas creencias que no siempre se basan en evidencia científica. Conocer la **realidad** nos permite formular y utilizar productos de forma **segura, eficaz y responsable**.



❌ MITO	✅ REALIDAD
1  TODO LO NATURAL ES SEGURO Se piensa que, al ser natural, no puede causar ningún daño ni reacción adversa.	La realidad: Muchos ingredientes naturales pueden provocar alergias, irritaciones o fotosensibilización si no se usan correctamente. La dosis, la concentración y la sensibilidad individual son clave. Ejemplo: los aceites esenciales pueden ser muy potentes. 
2  LO NATURAL SIEMPRE FUNCIONA MEJOR Existe la creencia de que lo natural siempre es más eficaz que lo sintético.	La realidad: La eficacia depende de la formulación completa, de la calidad de las materias primas y de la concentración adecuada. Algunos ingredientes sintéticos son seguros y tienen funciones específicas difíciles de igualar. 
3  LA COSMÉTICA NATURAL NO NECESITA CONSERVANTES Se cree que los productos naturales no necesitan conservantes porque no se estropean.	La realidad: Todos los cosméticos que contienen agua son susceptibles de contaminación microbiana. Los conservantes naturales o permitidos por la normativa son necesarios para garantizar la seguridad del producto y del consumidor. 
4  LOS ACEITES ESENCIALES SON INOCUOS Se piensa que, por ser naturales, pueden aplicarse puros y en cualquier cantidad.	La realidad: Los aceites esenciales son sustancias muy concentradas y pueden causar irritación, sensibilización o reacciones adversas. Deben diluirse correctamente y respetar las dosis recomendadas. No todos son aptos para embarazadas, niños o personas con patologías. 
5  SI NO HACE ESPUMA, NO LIMPIA Muchas personas asocian la espuma con limpieza efectiva.	La realidad: La espuma depende de los tensioactivos utilizados, no de la capacidad de limpieza. Los limpiadores naturales pueden ser igual de eficaces sin generar tanta espuma. 
6  LA COSMÉTICA NATURAL TIENE MENOR CADUCIDAD Se cree que los productos naturales duran más tiempo sin estropearse.	La realidad: Muchos ingredientes naturales se oxidan o degradan con facilidad (aceites vegetales, extractos, mantecas). La vida útil depende de la formulación, el envase y las condiciones de almacenamiento. 
7  NO PUEDE HABER ALERGIAS CON COSMÉTICA NATURAL Se piensa que nunca puede provocar alergias.	La realidad: Cualquier ingrediente puede desencadenar una reacción alérgica. Los perfumes naturales, ciertos extractos y aceites esenciales son alérgenos frecuentes. Siempre se recomienda hacer una prueba de parche. 
8  LO NATURAL ES SIEMPRE MÁS CARO Se piensa que todos los productos naturales son más costosos.	La realidad: El precio depende de muchos factores: calidad de las materias primas, procesos de extracción, producción artesanal, envases, certificaciones, marca, etc. Hay productos naturales accesibles y otros de alta gama. 
9  CUALQUIERA PUEDE FORMULAR SIN CONOCIMIENTOS Se cree que basta con mezclar ingredientes naturales sin más.	La realidad: Formular cosméticos requiere conocimientos de química cosmética, compatibilidad de ingredientes, pH, conservación, estabilidad y normativa. Sin estos conocimientos pueden obtenerse productos ineficaces o inseguros. 
10  TODOS LOS PRODUCTOS NATURALES SON ECOLÓGICOS Se confunde lo natural con lo ecológico o sostenible.	La realidad: "Natural" no siempre significa "ecológico". Un producto puede tener ingredientes naturales pero no proceder de cultivo ecológico ni seguir prácticas sostenibles. Busca certificaciones que lo garanticen. 

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE CONOCER LA VERDAD?

- ✓ Para elegir productos seguros y eficaces.
- ✓ Para formular con responsabilidad y conocimiento.
- ✓ Para evitar riesgos innecesarios en nuestra piel y salud.
- ✓ Para contribuir a un consumo consciente y sostenible.



CONSEJO PROFESIONAL NATURSAIS™

Infórmate siempre, cuestiona, observa los resultados, estudia y no te quedes solo con las modas. La cosmética natural bien formulada es tu mejor aliada para cuidar a las personas y al planeta.



RECUERDA

La naturaleza nos ofrece recursos increíbles. Nuestro trabajo es conocerlos, respetarlos y utilizarlos con inteligencia y respeto. La combinación de tradición, ciencia y conciencia crea la cosmética del presente y del futuro.



La cosmética natural no es una moda, es una vuelta a lo esencial con el conocimiento y la responsabilidad del siglo XXI.