COSMÉTICA NATURAL



FORMACIÓN PRESENCIAL



MARTES DE 10 A 14H



COMIENZO 13/04/2027

Instituto de Estudios Naturales

FECHAS Y HORARIOS

- **Duración:** 40 horas.
- **Modalidad**: presencial.
- **Comienzo**: 13 de abril de 2027.
- **Fin**: 15 de junio de 2027.
- **Horarios:** los martes de 10 a 14h.

DOCENTE



Hola, mi nombre es Virginia Ruiz y soy naturópata formada en IEN. Cuando terminé Naturopatía quise continuar con mis estudios y me formé en Medicina Tradicional China por la Escuela Maciocia. Me he especializado también en fitoterapia y terapia floral, así como en el área de cosmética natural, belleza ayurvédica y lifting facial con acupuntura. He colaborado como ayudante en el Instituto de Acupuntura Yunhua Li y colaboro en la escuela en el curso de Cosmética Natural.

Tengo el primer grado Reiki Usui-Japonés en Alianza española del Reiki y poseo estudios superiores en Secretariado en IES Vallecas Magerit y en Asesoría de imagen en IES Santa Engracia.

Actualmente combino mi trabajo como asesora en salud y la docencia en la escuela.

PRECIO

El precio del curso es de **220€ al mes** (2 cuotas en total).

No cobramos matrícula, para reservar plaza es necesario adelantar la última cuota de la formación antes del inicio del curso.

LA BELLEZA LLEGA DESDE EL INTERIOR PARA REFLEJARSE EN NUESTRO EXTERIOR

Con este curso de Cosmética Natural vas a saber cómo elaborar tus propios cosméticos naturales, embellecedores y armonizantes en casa con ingredientes naturales. Se trata de una formación 100% práctica desde la primera clase.

Aprenderemos desde la base las claves necesarias para realizar cosméticos naturales: estudiaremos la naturaleza de los ingredientes que podemos utilizar (aceites, mantecas, flores, raíces, frutas, barros, piedras, flores de Bach, cristales de piedra...), consideraremos distintos métodos de elaboración, trabajaremos sobre distintas y muy variadas recetas (desde las más sencillas hasta otras más elaboradas y complejas) y en general compartiremos todas nuestras experiencias e inquietudes relacionadas con este mundo tan fascinante.

El curso se va a desarrollar dentro de un marco en el que se fomentarán la creatividad y el amor hacia la producción artesanal de tan preciosos productos.

Los alumnos se llevarán cada día muestras de las recetas que se elaboren en el aula, parte importante del proceso de aprendizaje. Y al finalizar el curso obtendrán un certificado de Cosmética Natural.



METODOLOGÍA

El curso está diseñado en sesiones semanales de 4 horas para que los alumnos participantes tengan tiempo entre sesión y sesión de poner en práctica los conocimientos adquiridos y consultar en el aula las dificultades que hayan podido encontrarse en el camino.

De esta manera el conocimiento se integra de manera más eficiente, aparte de ser nutrido con las experiencias de los compañeros. Los alumnos se llevarán cada día muestras de las recetas que se elaboren en el aula, parte importante del proceso de aprendizaje.

OBJETIVOS

- ·Aprender las bases y los distintos métodos de preparación de cosméticos naturales.
- ·Disfrutar, crear y compartir con los compañeros las experiencias de elaboración.
- ·Satisfacer las propias necesidades cosméticas.

A QUIÉN VA DIRIGIDO

Todas las personas con ganas de experimentar y aprender de forma práctica recetas de cosmética natural. No se necesita ningún conocimiento previo.

TITULACIÓN

Nuestra formación de **Cosmética Natural** lleva el sello de acreditación de la **APENB** (Asociación Profesional Española de Naturopatía y Bioterapia).

APENB
Asociación Profesional Española de Naturopatía y Bioterapia

PROGRAMA



1.La cosmética natural y sus beneficios, la libertad de poner en mi cuerpo sólo lo que quiero.
2.Fitoterapia por dentro y por fuera.
3.Elementos imprescindibles en cosmética natural.
4.Laboratorio artesanal de hidrolatos, tinturas y oleatos. Una forma de intervenir de una forma más completa en tus formulaciones y controlar la calidad de todo el proceso.
5.La importancia de la limpieza del rostro, la respiración de la piel.
6.Empezando el ritual de belleza, tónicos florales hidratantes, leche para la tersura, aguas termales, tónico reestructurante, serums líquidos y sólidos.
7.El arte de elaborar mi propia crema, ¿por dónde empiezo?
8.El poder de los aceites esenciales.
9.Mi aceite de belleza personalizado. ¿Cómo es mi tipo de piel? ¿Qué quiero conseguir?
10.Las arrugas, la caída de la piel del rostro, la inflamación, ¿por qué se forman?
11.La belleza de los ojos. Aprenderemos diferentes preparados y remedios: colirio, contornos de ojos, bolsas, arrugas, ojeras, efecto botox natural.
12.La higiene de la boca de forma natural. Dentífricos y enjuagues.
13.La celulitis, ¿por qué se produce y como combatirla?
14.Los grandes olvidados: los pies. Ritual de mimo, descanso y relajación para nuestros pies.
15.Los jabones, para las manos, para el cuerpo.
16.Champús líquidos y sólidos:
17.Pomadas de hierbas curativas.
18.Desodorantes naturales. Opción cremosa, opción sólida.
19.Cosmética energética.
20.Ungüentos para el dolor. Elaboración de crema Rescate, barrita antichichones y bálsamo calentito.
21.Maquillajes: pintalabios, coloretes, sombras, polvos sueltos, máscara transparente de pestañas, máscara con color, lipgloss.
22.Pautas de cosmética masculina.
23.Taller de autolifting

Haz tuyo el arte de cuidar

Instituto de Estudios Naturales