

Aroma Violeta

CLAUDIA CODRIANSKY

Cosmética y los aceites esenciales

Claudia Codriansky



MASTERCLASS: COSMÉTICA Y LOS ACEITES ESENCIALES

La piel

CLAUDIA CODRIANSKY - COSMÉTICA Y LOS ACEITES ESENCIALES

¿Qué es la piel?

La piel es el órgano humano más grande.

Sus funciones son:

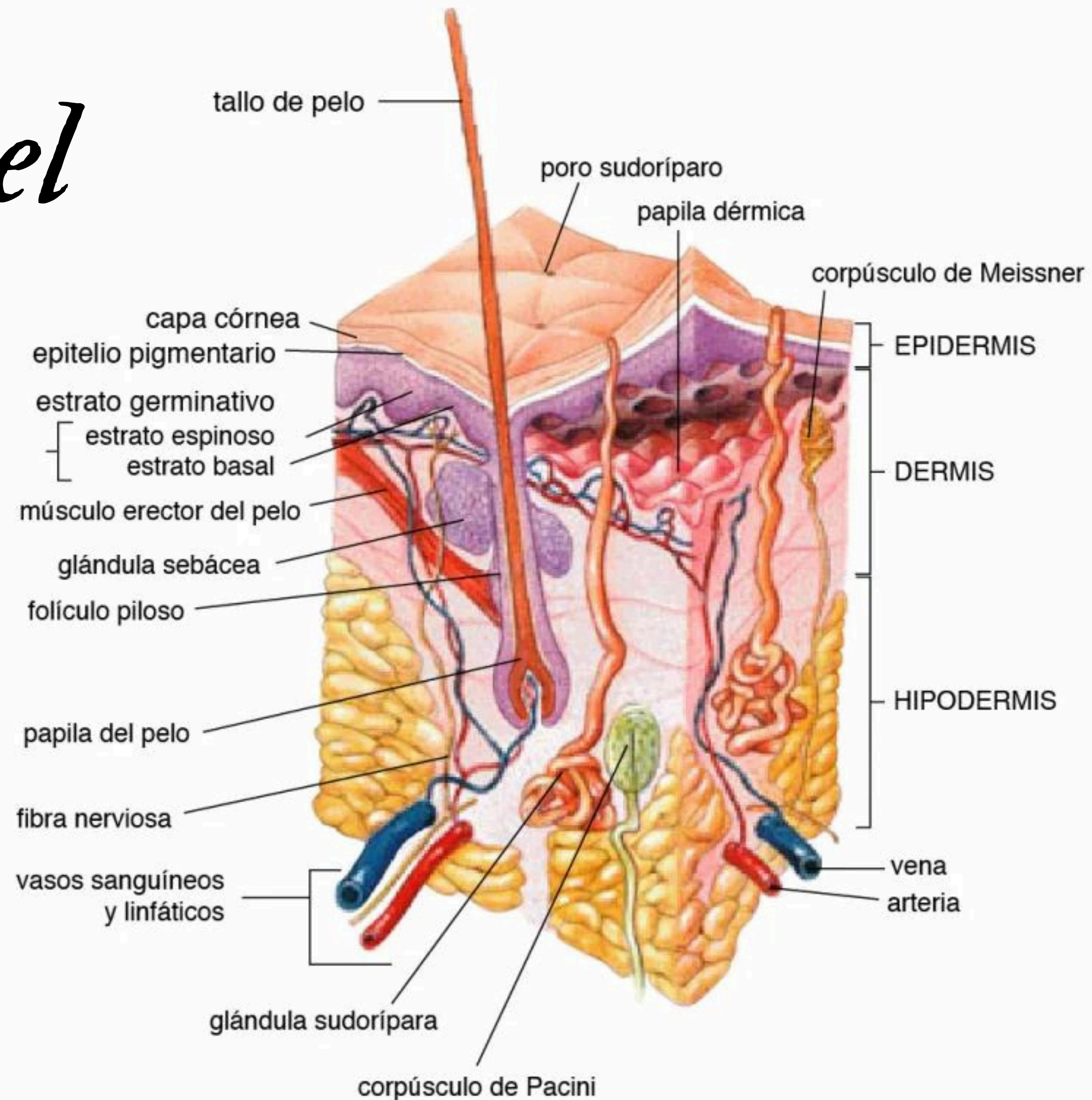
- Protección, barrera entre el interior del cuerpo y el mundo exterior
- Termoregulación
- Previene la pérdida de agua
- Absorción y eliminación
- Sensación (tacto)
- Metabolismo
- Síntesis de vitamina D



Capas de la piel

La piel está compuesta por tres capas: epidermis, dermis e hipodermis:

- **Epidermis:** Posee la función de permeabilidad, prevención de pérdida de agua, protección antimicrobial y protección contra daño por radiación UV.
- **Dermis:** En esta capa es donde los compuestos aromáticos ingresan al torrente sanguíneo.
- **Hipodermis:** conecta la piel con la fascia subyacente (tejido fibroso) de los huesos y músculos



Revisar lección PCAH: <https://cursos.aromavioleta.com/topic/farmacologia-farmacocinetica-y-farmacodinamia-2/>

Permeabilidad

La piel humana posee una baja permeabilidad, lo que quiere decir que pocas sustancias pueden atravesarla, como los aceites esenciales. Pero además, hay casos en que se incrementa la permeabilidad como cuando hay piel dañada.

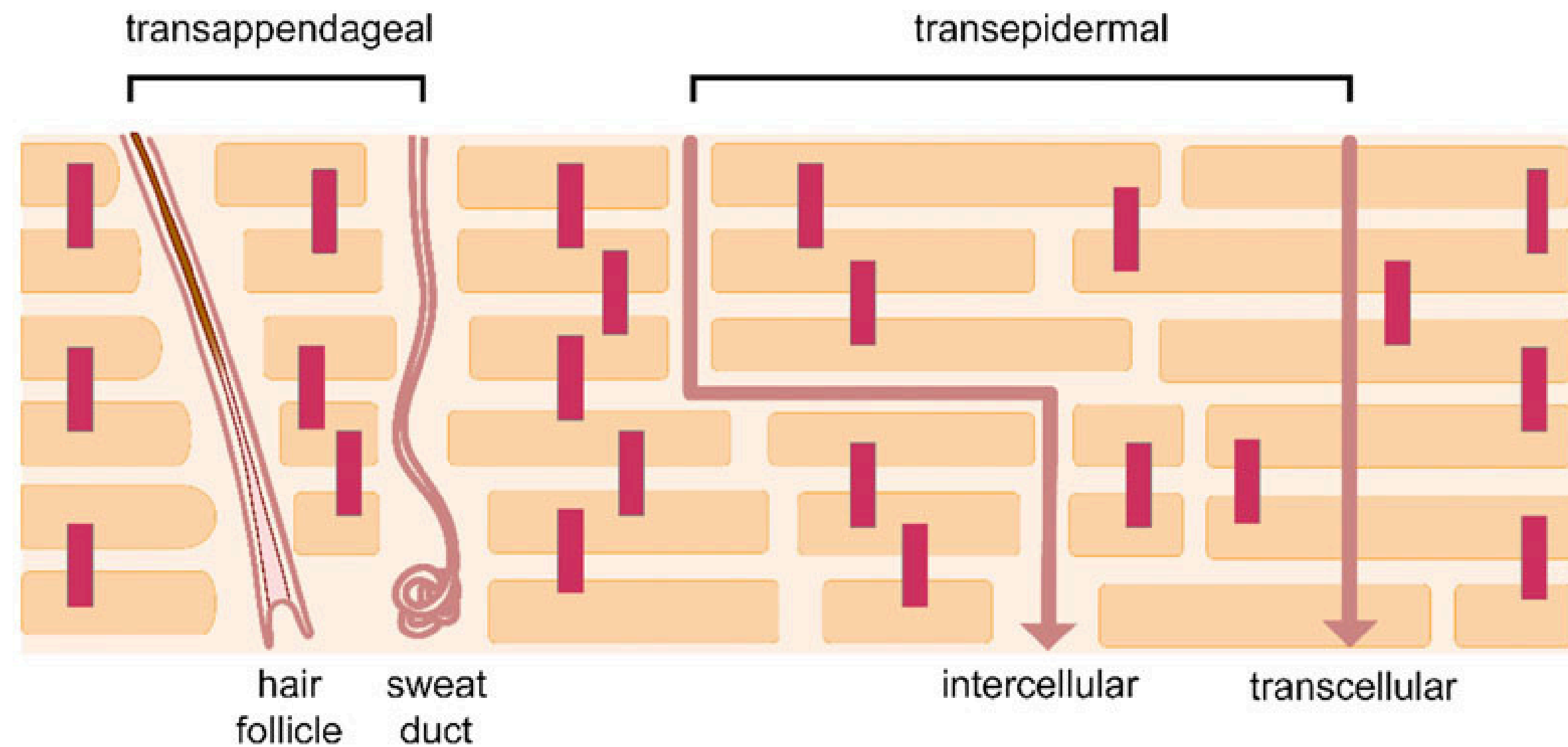
Los factores que afectan la permeabilidad y posterior absorción de los compuestos aromáticos, son:

- **Aceite esencial:** tamaño y polaridad de los compuestos aromáticos presentes en el aceite esencial
- **Piel:** parte del cuerpo, grosor de la piel, temperatura, hidratación de la epidermis, metabolismo, condición de la piel, edad de la persona
- **Vehículo utilizado:** solubilidad, volatilidad
- **Dosis:** concentración, área la piel, duración de la exposición

Penetración de los AEE

La absorción de los aceites esenciales aplicados sobre la piel tienen tres vías disponibles:

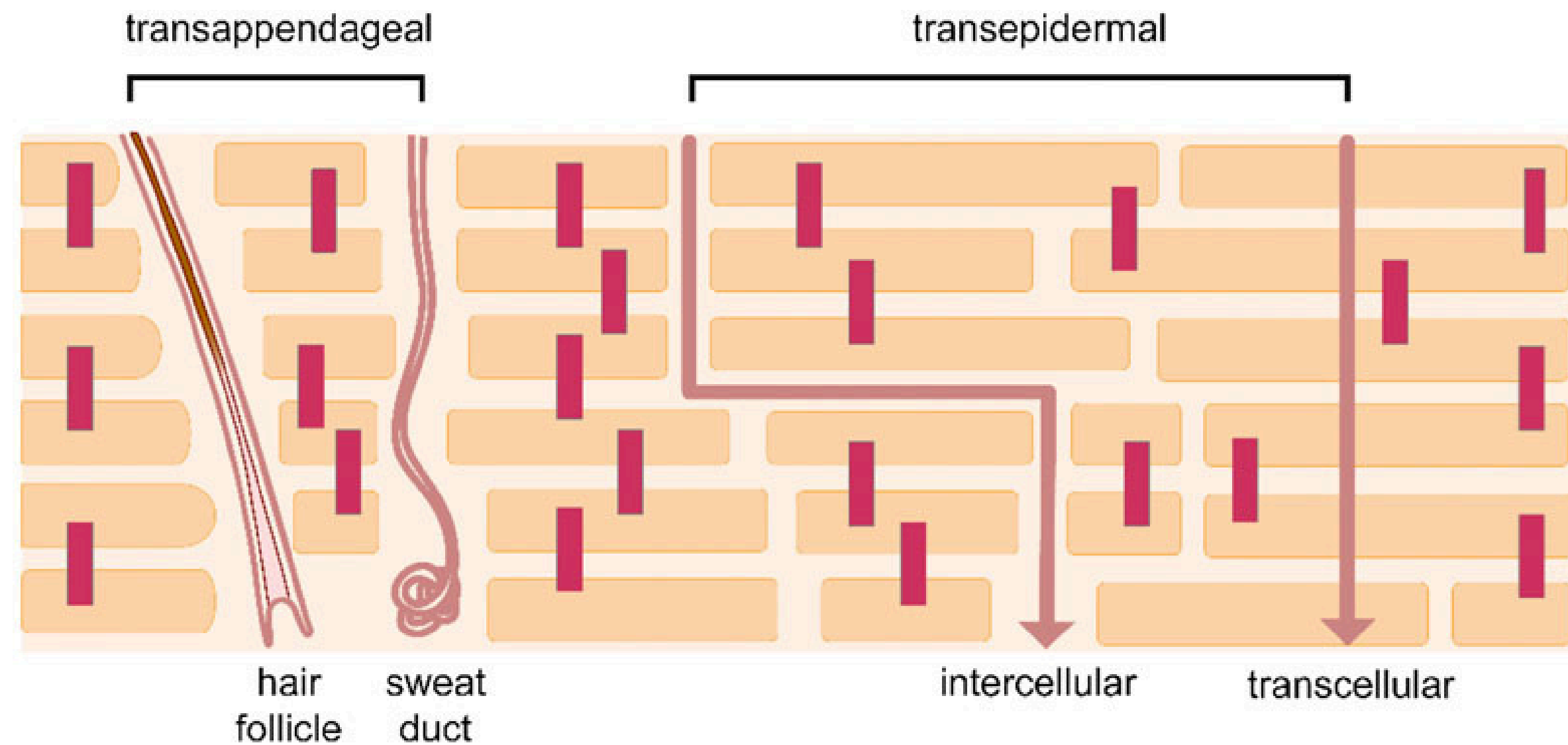
- Intracelular
- Intercelular
- Folicular




Revisar masterclass AV: <https://cursos.aromavioleta.com/topic/entendiendo-los-aceites-vegetales-en-aromaterapia-6-septiembre-2024/>

Penetración de los AEE

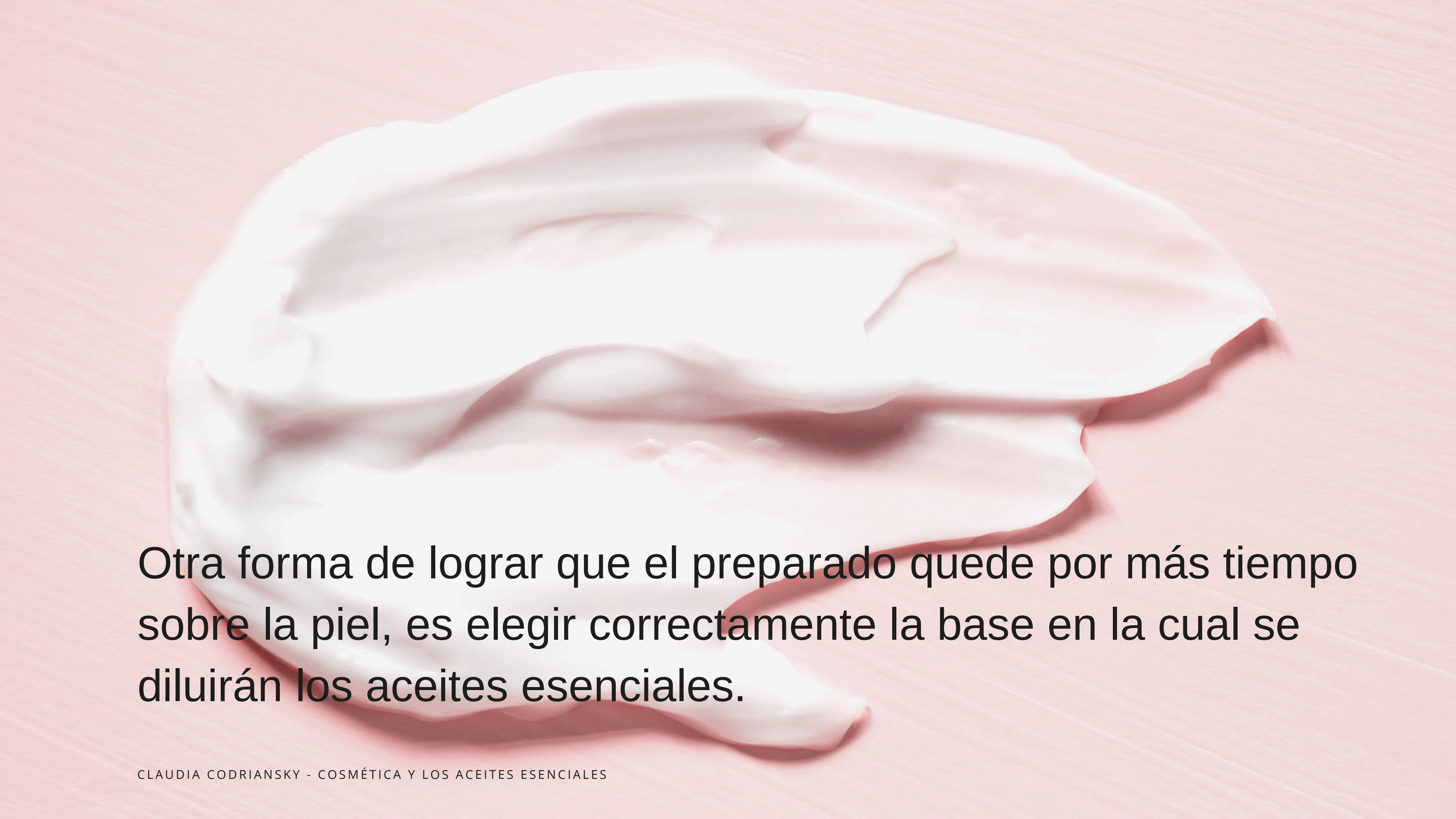
Los potenciadores de penetración disrumpen la barrera natural:



Revisar masterclass AV: <https://cursos.aromavioleta.com/topic/entendiendo-los-aceites-vegetales-en-aromaterapia-6-septiembre-2024/>



Cuando se usan aceites esenciales más ligeros (como aceites cítricos) en la superficie de la piel, se pueden agregar aceites esenciales con moléculas más pesadas para mezclarlos y disminuir y ralentizar la absorción.



Otra forma de lograr que el preparado quede por más tiempo sobre la piel, es elegir correctamente la base en la cual se diluirán los aceites esenciales.

Penetración de los AE: Consideraciones

¿Qué podría mejorar la penetración?

- Piel húmeda
- Temperatura
- Masaje
- Aplicación en zona de piel delgada



MASTERCLASS: COSMÉTICA Y LOS ACEITES ESENCIALES

Bases cosméticas

CLAUDIA CODRIANSKY - COSMÉTICA Y LOS ACEITES ESENCIALES

Bases cosméticas



ACEITE VEGETAL

En esta categoría entran las mantecas vegetales también



LOCIÓN

Emulsión de fase hidrófila + fase lipófila con alto contenido de agua



CREMA

Emulsión de fase hidrófila + fase lipófila con bajo contenido de agua

Bases cosméticas



UNGÜENTO

Aceite vegetal/oleomacerado + cera



SALES DE BAÑO

Sal de mar/epsom + hierba/flores +
aceites esenciales



HIDROLATO

Solos o en combinación

Penetración de los AE: Consideraciones

Un **aceite vegetal rico en ácidos grasos saturados** debería usarse cuando se quiere tener un efecto de penetración lenta y/o poco profunda: salud de la piel.

Un **aceite vegetal rico en ácidos grasos monoinsaturados** podría utilizarse cuando se desea una penetración media: masaje, salud de la piel.

Un **aceite vegetal rico en ácidos grasos poliinsaturados** podría utilizarse cuando se busca que la penetración de los aceites esenciales sea más profunda: dolor muscular y articular, sanación de heridas.

Revisar masterclass AV: <https://cursos.aromavioleta.com/topic/entendiendo-los-aceites-vegetales-en-aromaterapia-6-septiembre-2024/>

Propiedades terapéuticas de un AV

- Apoyan y mantienen la matriz intercelular de la piel, por lo que sirve para proteger la integridad del estráteo córneo y su función como barrera
- Previenen la pérdida transepidérmica de agua al formar una película oclusiva en la superficie de la piel
- Restaura la función de barrera de la piel, si está dañada
- Provee actividad antioxidante y previene el envejecimiento
- Provee actividad anti-inflamatoria

Revisar masterclass AV: <https://cursos.aromavioleta.com/topic/entendiendo-los-aceites-vegetales-en-aromaterapia-6-septiembre-2024/>



MASTERCLASS: COSMÉTICA Y LOS ACEITES ESENCIALES

Cosmética holística

CLAUDIA CODRIANSKY - COSMÉTICA Y LOS ACEITES ESENCIALES

Cosmética Holística

La piel es más que un órgano externo ya que está íntimamente conectado el sistema inmune, sistema nervioso, sistema endocrino y sistema digestivo. Su aspecto y salud es un reflejo de esto.

La **red neuro-inmuno-cutánea-endocrina**, que incluye los sistemas nervioso, inmunológico, cutáneo y endocrino, es crucial para mantener la salud de la piel.

La cosmética natural es de importancia para preservar la **microbiota de la piel**. El llamado **eje intestino-piel** hace referencia además a la conexión entre el microbioma intestinal y la microbiota y salud de la piel.

La trinidad de la piel: la homeostasis de la piel como órgano neuro-endocrino-inmune

Durante mucho tiempo se pensó que la piel no era más que la barrera de nuestro cuerpo. Sin embargo, en las últimas décadas, los estudios sobre la idea de la piel como un órgano funcional independiente han profundizado gradualmente nuestra comprensión de la piel y sus funciones.

En esta revisión, reunimos evidencia que presenta la piel como una "trinidad" de funciones neuroendocrinas e inmunes.

Desde una perspectiva neurológica, la piel se comunica a través de nervios y receptores, liberando neurotrofinas y neuropéptidos; desde una perspectiva endocrina, la piel es capaz de recibir y secretar la mayoría de las hormonas y tiene el equivalente cutáneo del eje hipotalámico-pituitario-suprarrenal (HPA); Desde una perspectiva inmune, la piel está protegida no sólo por su barrera física, sino también por células y moléculas inmunes, que también pueden causar inflamación.

En conjunto como órgano, la piel funciona bidireccionalmente operando la función neuroendocrina-inmune periférica y siendo regulada por el sistema nervioso central, el sistema endocrino y el sistema inmunológico al mismo tiempo, manteniendo la homeostasis. Además, para explicar con más detalle la "trinidad" de la función neuroendocrina-inmunitaria cutánea y cómo funciona en la fisiopatología de la enfermedad, se presenta un modelo de enfermedad de la rosácea.

Sistemas endocrinos de la piel

Además de su función protectora, la piel también es activa hormonal y metabólicamente. Muchas hormonas se producen en la piel y la regulación de estos cambios está controlada, al igual que otros órganos, por la glándula pituitaria y el hipotálamo.

Bajo la influencia de factores estresantes como la radiación ultravioleta, se estimulan muchas reacciones. Tras la exposición a la luz en los queratinocitos, además de eumelanina, también se producen proopiomelanocortina, dopamina y sustancias opioides (β -endorfinas).

La piel también tiene un homólogo del eje hipotalámico-pituitario-suprarrenal. Se produce una hormona liberadora de corticotropina que reacciona con sus receptores cutáneos, lo que conduce, entre otras cosas, a aumentar la permeabilidad vascular o inducir la diferenciación de los queratinocitos. Un sistema homólogo similar que se encuentra en las estructuras de la piel es el eje hipotalámico-pituitario-tiroideo, que se expresa por la presencia de por ejemplo: receptores de la hormona estimulante de la tiroides (TSH) o genes de tiroglobulina.

Nuestra revisión presenta sistemas hormonales cutáneos seleccionados, reacciones dentro de ellos y sus productos.

Staphylococcus epidermidis y Cutibacterium acnes: dos principales centinelas de la microbiota cutánea y la influencia de los cosméticos

Los campos de la dermatología y la cosmética han comenzado recientemente a centrarse en el microbioma y la microbiota de la piel humana, ya que la microbiota cutánea está implicada en la salud y la disbiosis del ecosistema cutáneo. Entre los microorganismos de la piel, Staphylococcus epidermidis y Cutibacterium acnes, ambas bacterias comensales, aparecen como centinelas de la microbiota cutánea. Estos centinelas tienen un papel clave en el ecosistema de la piel, ya que protegen y previenen el desequilibrio de la microbiota al combatir los patógenos y participan en la homeostasis de la piel mediante la producción de metabolitos bacterianos beneficiosos.

Estas bacterias se adaptan a los microambientes cambiantes de la piel y pueden convertirse en patógenos oportunistas, formando biopelículas y, por lo tanto, participan en disbiosis cutáneas comunes, como el acné o la dermatitis atópica. Se analizan los métodos de evaluación actuales para el desarrollo de ingredientes activos cosméticos centrándose en estos dos centinelas con sus ventajas y límites.

Después de la identificación de estos objetivos, la investigación de los ingredientes y productos cosméticos activos que mantienen y promueven estos metabolismos comensales, o reducen sus formas patógenas, son ahora los nuevos desafíos de la industria del cuidado de la piel en correlación con el desarrollo constante de métodos de evaluación adaptados.

El papel de los cosméticos cotidianos en la alteración del microbioma de la piel: un estudio que utiliza la biodiversidad

Como se describió en trabajos anteriores, se postula que el uso de ingredientes químicos sintéticos en los cosméticos modernos es una causa de daño al microbioma de la piel. El descubrimiento de que la biodiversidad en la piel humana es actualmente el único indicador fiable de la salud de la piel significó que, por primera vez, era posible un mecanismo para comprobar la salud de la piel. Utilizando este mecanismo y en colaboración con la Universidad Médica de Graz, que llevó a cabo el estudio independiente, este trabajo tuvo como objetivo ayudar a responder si los cosméticos sintéticos modernos son la principal causa de daño a largo plazo al microbioma de la piel.

Conclusiones:

Cuanto más ingredientes sintéticos contenga un producto, menos efecto positivo parece tener sobre la biodiversidad promedio, especialmente dentro de las dos primeras semanas.

Impacto del microbioma intestinal en la salud de la piel: eje intestino-piel observado a través de la lente de la terapéutica y las enfermedades de la piel

Aunque un intestino sano es esencial para la salud del huésped, el crecimiento excesivo del microbioma intestinal y los cambios en la diversidad pueden provocar una enfermedad de la piel. Los subproductos metabólicos específicos de los microbios intestinales pueden influir directamente en la fisiología normal y los procesos patológicos, como se analiza en los párrafos anteriores. Los factores que influyen en la diversidad y composición de la comunidad microbiana intestinal se pueden agrupar en categorías, a saber, factores no relacionados con el huésped (como los determinantes ambientales), factores del huésped (como enzimas pancreáticas, ácidos biliares, pH) y factores bacterianos (como enzimas microbianas, capacidad adhesiva).

La disbiosis intestinal afecta negativamente la salud de la piel y se considera que contiene biomarcadores como fenol libre, p-cresol y derivados de aminoácidos aromáticos producidos por un intestino alterado. La disbiosis en el intestino contribuye a los tres comunes trastornos de la piel: psoriasis, dermatitis atópica y acné. También hay informes sobre la asociación de disbiosis intestinal con algunas enfermedades menos comunes, pero potencialmente más graves, como rosácea, alopecia areata, hidradenitis supurativa, eritema nudoso y pioderma gangrenoso. Además, los estudios epidemiológicos y los ensayos clínicos sugieren que la modulación del microbioma intestinal puede influir en la susceptibilidad a las enfermedades alérgicas y al asma.



MASTERCLASS: COSMÉTICA Y LOS ACEITES ESENCIALES

Propiedades cosméticas de los aceites esenciales

CLAUDIA CODRIANSKY - COSMÉTICA Y LOS ACEITES ESENCIALES

Propiedades cosméticas de los aceites esenciales

- **Antinflamatorio:** alivia la inflamación de forma local o sistémica
- **Antiprurítico:** alivia la picazón
- **Vulnerario:** previene la degeneración de tejidos y promueve la cicatrización de heridas
- **Antioxidante:** protegen las células de la piel del daño causado por los radicales libres, moléculas inestables que roban electrones de las células sanas para estabilizarse y las debilitan en el proceso causando estrés oxidativo y envejecimiento prematuro
- **Equilibrante:** en este caso, se refiere a que equilibra la producción de sebo
- **Antimicrobiano:** destruye o inhibe la propagación de microorganismos
- **Astringente/estíptico:** provoca contracción de los tejidos.



MASTERCLASS: COSMÉTICA Y LOS ACEITES ESENCIALES

Aceites esenciales afines a la piel

CLAUDIA CODRIANSKY - COSMÉTICA Y LOS ACEITES ESENCIALES

Aceites esenciales afines a la piel

- **Lavanda** (*Lavandula angustifolia*)
- **Neroli** (*Citrus aurantium*)
- **Zanahoria** (*Daucus carota*)
- **Milenrama** (*Achillea millefolium*)
- **Ylang ylang** (*Cananga odorata*)
- **Incienso** (*Boswellia carteri*)
- **Patchouli** (*Pogostemon cablin*)
- **Rosa** (*Rosa damascena*)
- **Manzanilla germana** (*Matricaria recutita*)
- **Geranio** (*Pelargonium graveolens*)
- **Árbol de té** (*Melaleuca alternifolia*)



MASTERCLASS: COSMÉTICA Y LOS ACEITES ESENCIALES

*Algunos
cosméticos* *preparados*

CLAUDIA CODRIANSKY - COSMÉTICA Y LOS ACEITES ESENCIALES

Rutina de Skin Care Aromático



MASCARILLA



TÓNICO FACIAL



ACEITE FACIAL

RUTINA DE SKIN CARE

Mascarilla

PIEL SECA/MADURA

Arcilla rosada + hidrolato de lavanda

PIEL GRASA/MIXTA

Arcilla blanca (caolín) + hidrolato de hammamelis

PIEL ADOLESCENTE/ACNÉ

Arcilla rosada + hidrolato de árbol de té

CLAUDIA CODRIANSKY - COSMÉTICA Y LOS ACEITES ESENCIALES



RUTINA DE SKIN CARE

Mascarilla

Mezclar dos cucharadas de arcilla con pequeñas cantidades de hidrolato de forma de conseguir una pasta ligera que permita aplicarse fácilmente en el rostro.

Forma de uso

Aplicar en piel húmeda con ayuda de una brocha para mascarilla o con los dedos.

Dejar actuar en el rostro hasta que se seque casi por completo.

Enjuagar muy bien con agua tibia.

Aplicar una vez por semana.

CLAUDIA CODRIANSKY - COSMÉTICA Y LOS ACEITES ESENCIALES



RUTINA DE SKIN CARE

Tónico facial

PIEL SECA/MADURA

- Hidrolato de geranio

PIEL GRASA/MIXTA

- Hidrolato de lavanda

PIEL ADOLESCENTE/ACNÉ

- Hidrolato de hammamelis

CLAUDIA CODRIANSKY - COSMÉTICA Y LOS ACEITES ESENCIALES



RUTINA DE SKIN CARE

Tónico facial

El tónico facial es un hidrolato o una mezcla de estos, puros, sin diluir.

Forma de uso

Rociar en la piel limpia o luego de la mascarilla.

También se puede utilizar como limpiador aplicando en un pétalo desmaquillante y usando esto para limpiar la piel antes de dormir.



RUTINA DE SKIN CARE

Aceite facial

PIEL SECA/MADURA

- AV argán
- AE ylang ylang, incienso, patchulí

PIEL GRASA/MIXTA

- AV oliva
- AE ylang ylang, lavanda, geranio

PIEL ADOLESCENTE/ACNÉ

- AV sésamo
- AE árbol de té, lavanda, milenrama, naranja

CLAUDIA CODRIANSKY - COSMÉTICA Y LOS ACEITES ESENCIALES



RUTINA DE SKIN CARE

Aceite facial

Diluir al 1.5-2% los aceites esenciales en aceite vegetal.
Se puede usar un sólo AV o un blend de estos.

Forma de uso

Aplicar luego del tónico facial cuando la piel aún está húmeda con suaves masajes.



ACEITE DE MASAJE CAPILAR

Alopecia areata

Preparación:

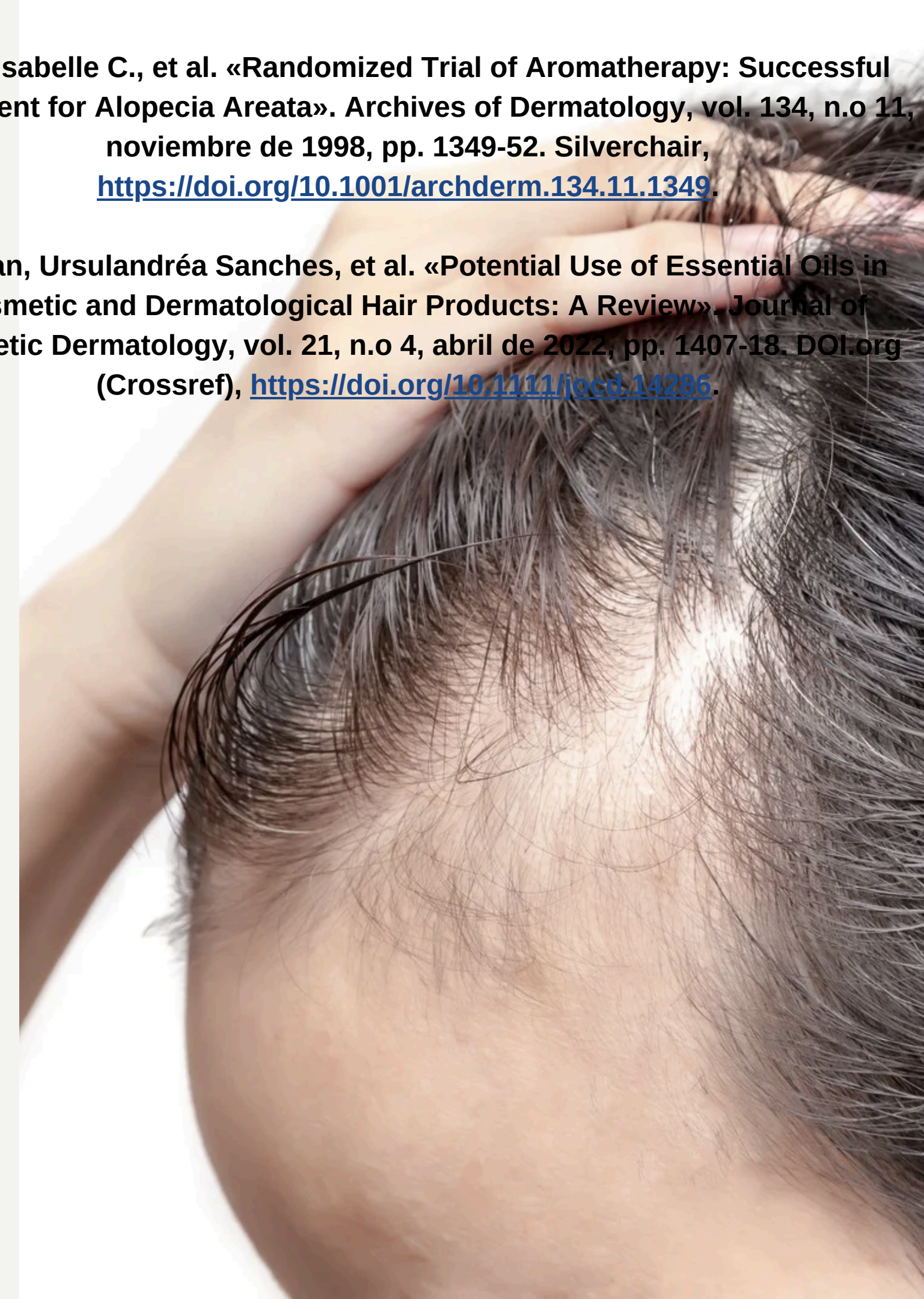
- Tomillo (*Thymus vulgaris*) (2 gotas)
- Lavanda (*Lavandula angustifolia*) (3 gotas)
- Romero (*Salvia rosmarinus*) (3 gotas)
- Cedro atlas (*Cedrus atlantica*) (2 gotas)
- Aceite de jojoba (3 ml)
- Aceite de semilla de uva (20 ml)

Uso:

Masajear en el cuero cabelludo durante un mínimo de 2 minutos. Luego se envolver la cabeza con una toalla tibia para ayudar a la absorción de los aceites. Utilizar todas las noches.

Hay, Isabelle C., et al. «Randomized Trial of Aromatherapy: Successful Treatment for Alopecia Areata». Archives of Dermatology, vol. 134, n.o 11, noviembre de 1998, pp. 1349-52. Silverchair, <https://doi.org/10.1001/archderm.134.11.1349>.

Abelan, Ursulandrée Sanches, et al. «Potential Use of Essential Oils in Cosmetic and Dermatological Hair Products: A Review». Journal of Cosmetic Dermatology, vol. 21, n.o 4, abril de 2022, pp. 1407-18. DOI.org (Crossref), <https://doi.org/10.1111/jocd.14286>.



ACEITE FACIAL

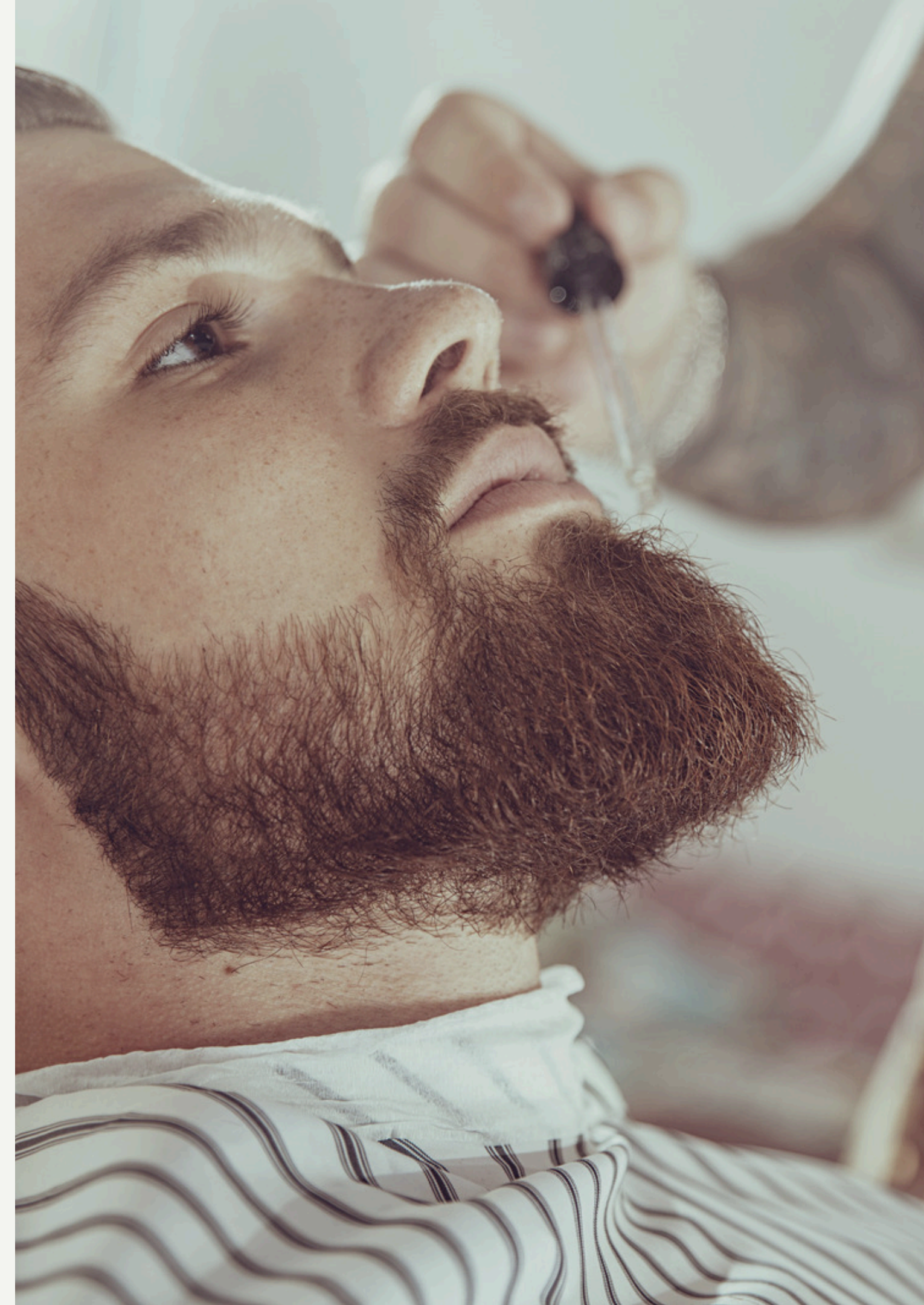
Barba

Preparación:

- Bergamota (*Citrus bergamia*) (3 gotas)
- Geranio (*Pelargonium graveolens*) (2 gotas)
- Romero (*Salvia rosmarinus*) (4 gotas)
- Vetiver (*Vetiveria zizanioides*) (1 gota)
- Aceite de jojoba (10 ml)
- Aceite de almendras (20 ml)

Uso:

Aplicar todos los días luego de la limpieza en rostro húmedo, masajeando la barba con el aceite.



SAL DE BAÑO

Eccema/psoriasis

Preparación:

- Sal epsom
- Pétalos secos de *Rosa damascena*

Picar los pétalos lo más posible, mezclar con la sal epsom.

Uso:

Agregar 2 cucharadas de la sal aromática en la tina, mover para disolver bien. Usar al menos 1 a 2 veces a la semana dependiendo de la gravedad.

Disbiosis intestinal:

https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=intestinal+dysbiosis+essential+oil&btnG=

Alesci, Alessio, et al. «Relationship between Immune Cells, Depression, Stress, and Psoriasis: Could the Use of Natural Products Be Helpful?»
Molecules, vol. 27, n.o 6, enero de 2022, p. 1953. www.mdpi.com,
<https://doi.org/10.3390/molecules27061953>.





MASTERCLASS: COSMÉTICA Y LOS ACEITES ESENCIALES

Lecciones para repasar y reforzar

CLAUDIA CODRIANSKY - COSMÉTICA Y LOS ACEITES ESENCIALES

Lecciones para repasar y reforzar

- Farmacología: farmacocinética y farmacodinamia. Aplicación tópica
 - <https://cursos.aromavioleta.com/topic/farmacologia-farmacocinetica-y-farmacodinamia-2/>
- Masterclass: Entendiendo los aceites vegetales
 - <https://cursos.aromavioleta.com/topic/entendiendo-los-aceites-vegetales-en-aromaterapia-6-septiembre-2024/>
- Sistema tegumentario:
 - <https://cursos.aromavioleta.com/topic/sistema-tegumentario-2/>
- Monografías de los aceites esenciales
 - <https://cursos.aromavioleta.com/topic/monografias-ae-2/>

Referencias

- Abelan, Ursulandréa Sanches, et al. «Potential Use of Essential Oils in Cosmetic and Dermatological Hair Products: A Review». *Journal of Cosmetic Dermatology*, vol. 21, n.o 4, abril de 2022, pp. 1407-18. Semantic Scholar, <https://doi.org/10.1111/jocd.14286>.
- Sharma, Atul, et al. «Role of Essential Oil Used Pharmaceutical Cosmetic Product». *Journal for Research in Applied Sciences and Biotechnology*, vol. 2, n.o 3, junio de 2023, pp. 147-57. Semantic Scholar, <https://doi.org/10.55544/jrasb.2.3.19>.

iGracias!

SIGAMOS EN CONTACTO

WWW.AROMAVIOLETA.COM



@aromavioleta



Aromavioleta

Aroma Violeta

CLAUDIA CODRIANSKY