



Como bien sabemos, en cosmética natural se suele aprovechar todos los activos que nos ofrece la naturaleza, ya que son las mejores opciones que nos brinda para que podamos combatir de la mejor manera posible una gran variedad de problemas cutáneos.

En **Cosmética natural Casera Shop** sabemos que, para cuidar nuestra piel de una manera óptima, debemos conocer cómo funciona nuestro cuerpo y cuáles son aquellas sustancias que necesita y las que son más beneficiosas para él.

Es por esto por lo que en el post de hoy hablaremos sobre uno de los ácidos orgánicos más usados en el mundo cosmético que no solo aporta una gran cantidad de beneficios a la piel, sino que también ayuda a regular el pH de muchas de nuestras cremas caseras y no es más que el **ácido láctico**.



### ¿Qué es el ácido láctico para la piel?

Antes de entrar en materia, de qué es el ácido láctico para la piel, debemos tener en cuenta que esta **es una sustancia que se origina de forma natural principalmente en las células de nuestros músculos y en los glóbulos rojos**, además es producida



naturalmente por nuestro cuerpo a través de la enzima del lactato, al realizar ejercicio y cuando nuestro organismo no puede obtener energía a través del oxígeno.

Ahora bien, **en cuanto a cosmética el ácido láctico es uno de los ácidos cosméticos más usados en el sector y pertenece al conjunto de los alfa-hidroxiácidos (AHA).**

Estos son ácidos que representan un gran grupo de ácidos naturales que no son tóxicos y que proceden de frutas, vegetales y otras fuentes naturales.

En este sentido, estos son ácidos orgánicos de cadena no muy larga con gran presencia en los vegetales donde cumplen un rol muy importante en cuanto a su metabolismo. Mientras que los AHA frutales están presentes de forma natural en la piel, ya que son sintetizados naturalmente en el metabolismo del organismo, proceso que se conoce como ciclo de krebs.



### **Uno de los alfa-hidroxiácidos (AHA) más utilizados en cosmética**

Uno de estos AHA más empleados desde hace mucho tiempo en cosmética es precisamente **el ácido láctico que en la actualidad se puede obtener de manera natural de la fermentación de la leche, caña de azúcar, manzanas, uvas o por fermentación de jarabe de glucosa obtenido del maíz.**



En el mundo cosmético es utilizado como un potente hidratante que **ayuda no sólo a regenerar la piel, sino también a minimizar las manchas en el rostro, reducir las líneas de expresión y los primeros signos de envejecimiento.**

Más allá de esto, su principal característica es su **propiedad queratolítica**, es decir, la de abrir los folículos pilosebáceos, más conocidos como poros y ayudar a eliminar células muertas de la capa cornea, la capa más externa de la epidermis.

Esta exfoliación, ayuda a que el sebo pueda salir libremente al exterior evitando de esta forma la aparición de granos en la piel, es por esto por lo que el ácido láctico es muy utilizado en cremas para combatir el acné, así como en geles y cremas para pieles grasas.

Así mismo, **es muy utilizado en elaboraciones destinadas para pieles sensibles**, ya que este ácido es más suave que otros, gracias a su propiedad como suavizante que lo hace también un gran sustituto a la glicerina.

Además, es **muy utilizado para regular el pH** que poseen las cremas y elaboraciones de cosmética casera, característica de la que hablaremos más adelante.

Si bien es cierto que el ácido láctico ofrece muchísimos beneficios, **se debe usar de forma moderada**. En caso de utilizar este ácido en forma de peeling, lo más recomendable es hacerlo bajo las indicaciones de un dermatólogo especializado, de lo contrario la piel puede sufrir de daños irreparables en el futuro.



## ¿Qué es el ácido láctico vegano en cosmética?

Como hemos mencionado anteriormente, el ácido láctico es una sustancia que se encuentra naturalmente en los músculos y glóbulos rojos y es producida por nuestro organismo al realizar actividad física.

Este ácido también está presente en la leche y en algunas plantas. **En la actualidad, puede obtenerse a través de varios procesos como a partir del azúcar presente en la leche o lactosa, a partir de almidones, como el de la caña de azúcar (sacarosa) o a partir del azúcar de las uvas (glucosa) con ayuda de bacterias o a partir de procesos producidos en los laboratorios.**

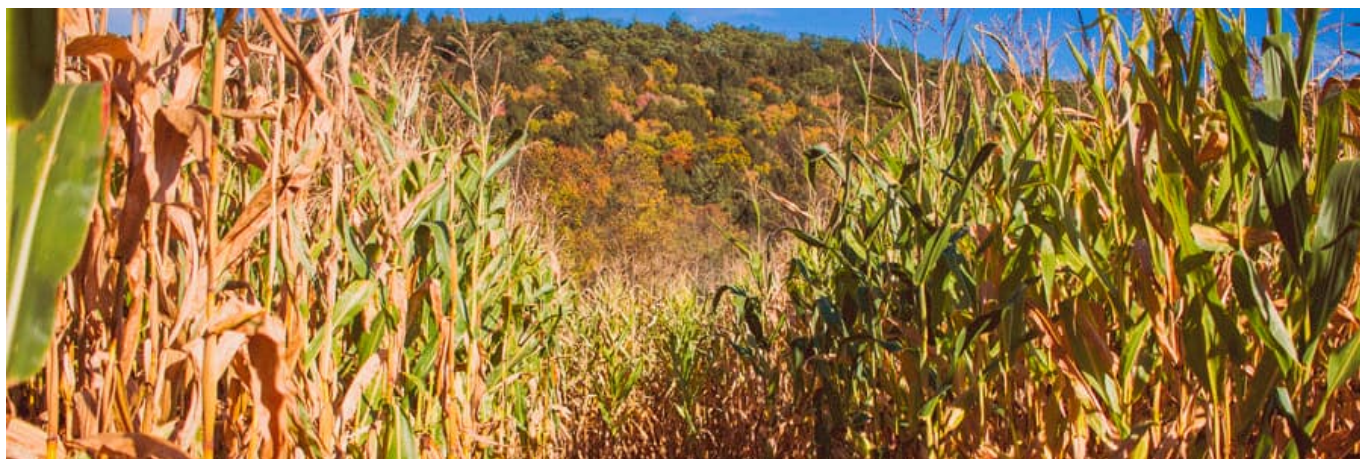
En nuestro caso, **el ácido láctico que ofrecemos en nuestra tienda online es de origen vegetal**, ya que se produce por fermentación de jarabe de glucosa obtenido del maíz utilizando una cepa bacteriana. Además, no se utilizan más disolventes o catalizadores durante el proceso completo.

En este sentido, **nuestro ácido láctico es un producto de origen vegetal que puede ser utilizado por personas con intolerancia a productos lácteos, como por personas que**





**tienen un estilo de vida vegano.**



## **Usos y beneficios del ácido láctico en cosmética casera**

Gracias a las numerosas propiedades y beneficios que aporta el ácido láctico a nuestra piel, podemos disfrutar de un aspecto más joven, sin manchas y radiante.

Ahora bien, entre los usos y beneficios que podemos destacar están:

### **Regulador de pH:**

Entre los usos que podemos resaltar de este ácido es que **se puede utilizar para regular el pH que poseen las cremas y elaboraciones de cosmética casera**. En este caso, su dosificación será más baja y no se añadirá por su acción de exfoliante, por lo que no tendrá esta función, sino solo la del ser regulador del pH.

Se debe tener en cuenta que este ácido, como regulador de pH, se introduce siempre al final de la elaboración del producto y siendo necesario que el pH de la emulsión se encuentre



entre 5 y 5,5. En una dosificación baja el ácido láctico ofrece a la piel una hidratación extra (0,1% - 0,5%).



### **Tratamientos de belleza facial:**

**El ácido láctico es un producto muy usado en una gran variedad de tratamientos faciales como los peelings**, ya que gracias a su propiedad queratolítica favorece la regeneración de la piel, minimizando las manchas en la cara, la unificación del tono y reduciendo las líneas de expresión.

Sin embargo, y como hemos mencionado anteriormente, es muy recomendable, en el caso de realizar peelings con ácido láctico, seguir los consejos de un dermatólogo especialista, ya que la piel puede sufrir daños que pueden ser irreversibles.



### **Potencia la producción de colágeno en el cuerpo:**

Esta sustancia es un ácido alfa-hidroxi (AHA), que trata de combatir la aparición de granos, arrugas y de los primeros signos de envejecimiento **potenciando la producción de colágeno muy beneficiosa para reafirmar la piel, minimizar las arrugas y las líneas finas de expresión.** Además, ayuda a reafirmar zonas flácidas de la piel como el cuello y las mejillas.



### **Purifica la piel:**

**Beneficia a que la piel tenga mayor suavidad y firmeza** ayudando a limpiar los poros y



acabando con las impurezas, de esta forma ayuda a purificar la piel, razón por la cual es un ácido muy utilizado en productos para pieles con acné.



### **Ideal para pieles sensibles:**

El ácido láctico es ideal para las personas que tienen una excesiva sensibilidad en la piel, **aportando múltiples beneficios como la eliminación de impurezas, la reducción de los poros abiertos y la eliminación de las células muertas del rostro, etc.**



**¿Cuál es la función del papel indicador del pH en la**





## elaboración de cremas caseras?

Una vez vistos los usos y beneficios del ácido láctico, pasaremos a explicar una las preguntas que más recibimos y que más se repiten y no es otra que la de cómo medir o corregir el pH de las cremas caseras.

Para esto debemos de comenzar mencionando la función que cumple el **papel indicador del pH** en la elaboración de estas.

Como bien sabemos, este es un elemento muy necesario que **permite comprobar que los productos que entran en contacto con nuestra piel tienen el pH adecuado y por lo tanto no resultarán perjudiciales.**

El papel indicador de pH es un papel tornasolado capaz de reaccionar ante la presencia de acidez o alcalinidad de un compuesto siendo de gran utilidad para poder medirlos. Esto sucede gracias a que este papel se encuentra impregnado con sustancias que reaccionan a estas características.

Es muy usual controlar el pH, por ejemplo, de las piscinas, donde la piel estará en contacto con sustancias como el cloro o en productos alimenticios que sirve como indicador de las condiciones higiénicas para el control de los procesos de transformación.

Este tipo de controles es muy habitual, sobre todo **en laboratorios** donde se utilizan medidores electrónicos, más avanzados, que además del pH nos dan datos sobre temperatura, oxidación, etc.

Mientras que **a nivel doméstico** se puede medir el pH fácilmente utilizando el papel indicador, que permitirá regular el pH de una crema elaborada en casa.

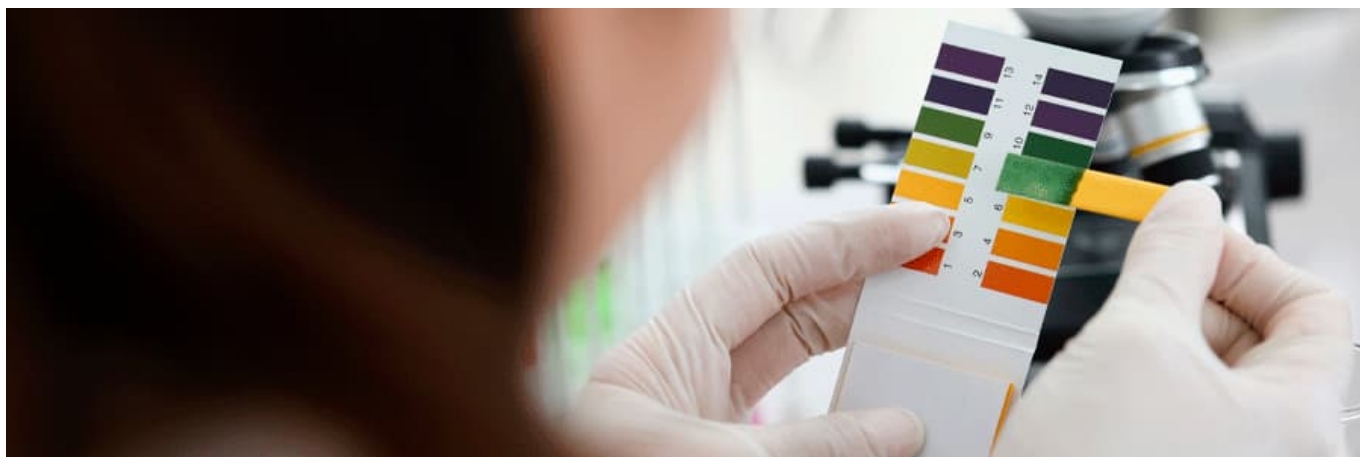


## Se deben tener en cuenta dos aspectos:

**Su resistencia**, ya que se necesitará sumergir el papel en soluciones líquidas y si no es lo suficientemente resistente puede llegar a deshacerse al usarlo.

Y otro aspecto para tener en cuenta es la **calidad del colorante**, ya que se necesita que el resultado sea claro y determinante, por esta razón lo ideal es utilizar unas tiras en las que el colorante no se corra ni desaparezca, ni que los colores se mezclen.

[Mira todos los detalles del papel indicador de pH haciendo clic aquí.](#)



## ¿Cómo saber si el pH es correcto y cómo corregirlo?

Se debe tener en cuenta que **nuestra piel aproximadamente tiene un pH de 5/5,4** por lo que al elaborar una formulación casera es muy importante que el producto creado tenga un pH que oscile entre esos números.

**En caso de que el pH esté desequilibrado, los ingredientes de la formulación cosmética pueden llegar a anularse entre sí**, es por esto por lo que es muy importante medir el pH tanto de jabones como de cremas.



Ahora bien, **para obtener el pH correcto** de una crema casera se debe tener muy en cuenta que, **si la crema está demasiado ácida, es decir, con un pH por debajo de los 5, entonces se puede añadir un poco de bicarbonato de sodio para subir el pH.**

Si, por el contrario, **la crema está demasiado alcalina, es decir, con un pH por encima de los 5,4 aproximadamente, se debe añadir más ácido láctico o ácido cítrico para bajar el pH.**

Para finalizar, **es muy importante que después de haber añadido el corrector, se vuelva a medir el pH para confirmar que se encuentra dentro del baremo deseado.**



Por último, recuerda que, si tienes algún comentario o pregunta, no dudes en contactarnos, estaremos encantados de atenderte.

Si te ha gustado este post y te ha parecido interesante, no dudes en compartirlo con aquellas personas que puedan estar interesadas en este tema.

Y para que no te pierdas ningún tutorial, novedad y ninguna de nuestras publicaciones, puedes seguirnos en **nuestras redes sociales: Youtube, Facebook, Instagram, twitter, Pinterest y LinkedIn.**