



Centro de Educación Ambiental  
Casa de Campo

# TALLER CASERO: “JABÓN DE CASTILLA”

Paso a paso

## TALLER CASERO: “JABÓN DE CASTILLA”

La receta que vamos a seguir es la del Jabón que se lleva haciendo en Castilla desde el siglo XIV. Desde sus orígenes este jabón se convirtió en un producto deseado, no solo por sus **beneficios para la piel**, sino también porque el mundo de la **medicina** descubrió sus **valores** y así los boticarios lo conocieron bajo el nombre de *sapo hispaniensis* o *sapo castilliensis*. El jabón de Castilla también fue la primera elección de muchas de las familias reales de toda Europa.

Contrariamente a los métodos de producción de jabón de los países nórdicos, en los que se usaba grasa o sebo animal como principal ingrediente, en la zona de Castilla existía abundancia de cultivos y prensado de **aceite de oliva** y muy pronto se descubrió que este aceite producía **un jabón de una calidad muy superior**.

La elaboración del jabón se fue transmitiendo de padres a hijos a lo largo de las **distintas generaciones** hasta llegar a nuestros días. A partir del Siglo XIX se comenzó a fabricar de **manera industrial** para su comercialización.



Este tipo de jabón resulta ser una buena opción para iniciarnos en la elaboración artesanal de jabones, ya que es **sencillo de preparar**, requiere de **pocos ingredientes** y resulta muy **económico**.

La receta que vamos a seguir nos va a servir para hacer:

- 1) un **jabón cosmético** (para lavarnos las manos y el cuerpo) a partir de aceite de oliva.
- 2) un **jabón de limpieza del hogar** (para fregar los platos, limpiar el suelo o incluso para usar en la lavadora) a partir de aceite de oliva de cocina usado.

## INGREDIENTES



Aceite de oliva  
(virgen extra)  
1 000 gr  
ó  
Aceite de oliva  
(usado de cocina)  
1 000 gr

El **aceite de oliva virgen extra** nos aportará mayores beneficios para nuestro organismo que uno normal

Si usamos **aceite usado** de cocina debemos **filtrarlo** previamente para quitarle las impurezas

No conviene mezclar ambos aceites



Sosa cáustica  
145,5 gr

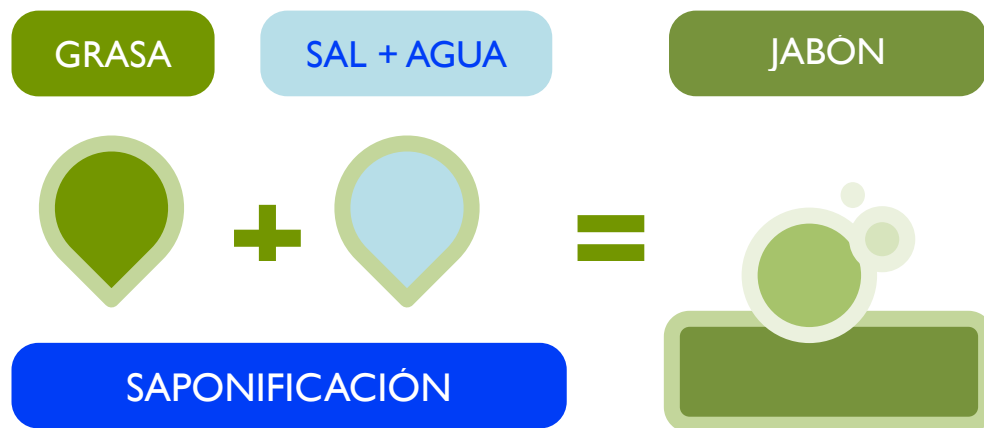
Resulta fácil de adquirir en droguerías o supermercados y es **económica**. Puede encontrarse en escamas o perlas



Agua  
1 000 gr

Hay quién recomienda hacerlo con un agua destilada, pero con **agua del grifo** se puede hacer perfectamente

Al emplear estos tres ingredientes, básicamente lo que buscamos es que se unan para formar el jabón mediante una reacción química llamada **saponificación**.



Es importante **pesar correctamente las cantidades** indicadas para que el proceso no se vea alterado y el jabón resultante sea el deseado.

## MATERIALES NECESARIOS

- I báscula
- I recipiente para pesar el aceite
- I recipiente para pesar la sosa
- I cubo de plástico
- I jarra
- I cuchara
- I batidora
- Varios moldes
- I lengua de cocina

Los materiales que se empleen para hacer jabón han de ser usados exclusivamente para este fin



## MATERIAL DE SEGURIDAD

- Delantal
- Guantes
- Mascarilla
- Gafas



Es fundamental una adecuada protección. La sosa cáustica es hidróxido de sodio (NaOH), es un **materias corrosivo e irritante** si entra en contacto con la **piel y las mucosas**

# 15 PASOS PARA ELABORAR JABÓN EN CASA

## PROCESO EN FRÍO

Se llaman así los jabones realizados con los **aceites en frío**, la lejía (SOSA + AGUA) ya mezclada, también a baja temperatura, y sin posterior calentamiento externo.

Los jabones en frío no dependen de una fuente calorífica externa. Se parte de unas **grasas (ACEITES)**, a una temperatura baja y éstas, al mezclarse con el **álcali (SOSA + AGUA)**, debido a la reacción de la saponificación, experimentan un **aumento de temperatura** que puede llevar al jabón a la fase de **gelificación**.

### 1) Pesar la cantidad indicada de **aceite** (según receta)



#### ¡ A tener en cuenta

Desde el comienzo conviene llevar puesto el **delantal** así como **ropa que cubra el cuerpo**, sin olvidarse de los **pies** para evitar daños con posibles salpicaduras

Niños y mascotas tienen que estar alejados durante todo el proceso

Si lo vamos a hacer con aceite limpio no hace falta filtrar el aceite

### 2) Verter en el **cubo de plástico** y reservar



En toda la elaboración hay que utilizar utensilios y recipientes de **plástico, acero inoxidable, cristal resistente o madera. Nunca de aluminio o cobre**, reaccionan con la sosa



### 3) Pesar el agua



Recuerde pesar cada material en **recipientes diferentes**.

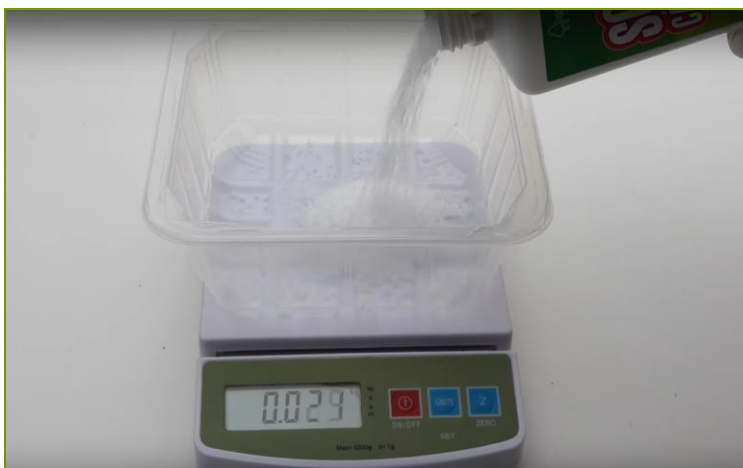
Se pueden marcar con un **rotulador** cada uno de los recipientes y así siempre los usaremos para los mismos materiales

Conviene pesar de forma exacta las cantidades para no alterar el resultado del jabón a posteriori

### 4) Verter el agua en un recipiente



### 5) Pesar la sosa en un recipiente de plástico.



A partir de ahora es necesario usar los **guantes** en todo momento para evitar posibles quemaduras en la piel al contacto con la sosa

Después de usar la sosa, hay que guardarla **herméticamente**, correctamente **identificada** y en un lugar **alejado de los niños y las mascotas**

6) Verter la **sosa** sobre el agua (nunca al revés)



Vierta **SIEMPRE** la sosa cáustica en el agua y nunca a la inversa.  
El líquido arrojado en la sosa provoca **una reacción química muy peligrosa**

A partir de este punto es necesario que nos protejamos con **maskarilla y gafas** la cara para evitar que los gases que puedan emanarse nos ocasionen daños

La mezcla de los productos y el proceso debe hacerse preferiblemente al **aire libre**, en su defecto valdría un **lugar bien ventilado** o en la cocina con el extractor de humos puesto

7) Remover para que se **disuelva la sosa** y se forme la **lejía**



Dejar reposar unos minutos para que vaya reaccionando la sosa en el agua y aumente la temperatura de la lejía

Vigilar los materiales en reposo. Nunca dejar las mezclas solas

8) Verter poco a poco la mezcla del **agua con la sosa** al cubo con el **aceite**



### 9) Mover con la batidora a una **velocidad constante**



Si no queremos usar la batidora podremos usar una **cuchara o palo de madera**, en este caso tenemos que tener en cuenta que el tiempo para que vaya cuajando el jabón será superior

Es aconsejable mover en la **misma dirección** y con la **misma intensidad** para evitar que el jabón pudiera cortarse

### 10) Poco a poco el jabón irá **espesando**



Si se desea, cuando empiece a espesar el jabón, es el momento de añadirle **aceites esenciales** o bien **plantas aromáticas** que le den olor. También se pueden añadir **colorantes naturales** para teñirle o incluso granos de café para hacer un jabón exfoliante

Continuar batiendo para que siga cuajando

### 11) Remover hasta alcanzar el **punto de traza**.



El jabón estará listo en breve, observaremos una consistencia uniforme similar al de unas natillas



## 12) Verter sobre los moldes



Se pueden emplear moldes individuales o moldes grandes para luego cortar el jabón

Una lengua de cocina nos puede ayudar a verter todo el contenido en los moldes

Al finalizar, es momento de recoger y limpiar todos los utensilios, conviene **lavarlos con los guantes puestos** para evitar quemaduras en la piel, la sosa sigue siendo inestable

## 13) Guardar en un lugar fresco y seco para que madure



A los dos días si el jabón ya está consistente, se puede desmoldar.

En caso de haber utilizado un molde grande tipo bandeja se puede cortar en tacos más pequeños

Si al desmoldar no se desprende cómodamente, podemos meterlo unas horas en el congelador para que así sea más fácil

## 14) Dejar reposar al menos 30 días



No utilizar el jabón hasta pasadas 4 semanas por lo menos. Este es el tiempo, que tarda en completarse el proceso de la saponificación

Manténgase usando los guantes para manipular el jabón.

Durante este periodo el jabón aún mantiene la sosa reactiva con lo que puede quemarnos la piel

Si no lo envolvemos en papel de servilleta y lo dejamos al aire es conveniente ir dándole la vuelta cada 8-10 días para que seque de manera uniforme

15) Al cabo de este tiempo el jabón estará bien curado y listo para poderse usar



Según el **molde e ingredientes** que empleemos podemos hacer **diferentes jabones**. En la siguiente página se puede encontrar una útil aplicación para calcular las cantidades de los ingredientes con los que queremos elaborar nuevos jabones.

<https://www.mendrulandia.es/>

Aquí os dejamos otros ejemplos:



## PARA RECORDAR:

El jabón elaborado con **aceite limpio de oliva** se considera un **jabón cosmético** que además de limpiar, aporta todas las **propiedades del aceite de oliva**.

- 1) Es hidratante debido a su alto contenido en vitamina E
- 2) Es antioxidante gracias al aporte de las vitaminas A y K
- 3) Es cicatrizante y reparador de los tejidos por la acción del escualeno

Es un jabón para **todo tipo de pieles**. Para personas con la piel seca facilita la hidratación del cutis y previene la aparición de escamas secas. Las personas con la piel grasa también pueden utilizarlo porque no es graso y no obstruye los poros.

Extreme las precauciones y use todos los elementos de seguridad necesarios

Si quieres **participar de forma presencial** en este u otros **talleres ambientales**, consulta la programación trimestral en el **“Programa Habitat Madrid”**.

<https://www.madrid.es/portales/munimadrid/es/Inicio/Medio-ambiente/Educacion-ambiental/Habitat-Madrid-Programa-de-actividades-ambientales>

<https://diario.madrid.es/cieacasadecampo/>



**¡Gracias por  
vuestra atención!**



**Centro de Educación Ambiental  
Casa de Campo**

<https://diario.madrid.es/cieacasadecampo/>





MADRID

[diario.madrid.es](http://diario.madrid.es)