

CREMA NUTRITIVA DE CERA DE ABEJAS, ACEITE Y MANTECA DE CACAO



UNIVERSITAT ID VALÈNCIA
Jardí Botànic



Una vez que sabes como hacer una crema desde cero puedes hacerla acorde a las necesidades de tu piel. Solo necesitarás sustituir unos aceites por otros, añadirle principios activos, esencias e incluso partículas exfoliantes.



A RECORDAR
Crema: EMULSIONADA CON AGUA
Ungüento:
SIN AGUA, SÓLO GRASAS

Propiedades de los componentes

Cera de abeja

- Fabricada por las abejas cereras productoras de miel, usada para la construcción de las celdillas y luego sellarlas.
- Es una mezcla de más de 300 componentes, principalmente agua, diferentes ácidos grasos, hidrocarburos, Vit A, colorantes y aromas volátiles.
- Sólida a temperatura ambiente; por tanto se ha de calentar junto con el resto de aceites y grasas para conseguir un producto homogéneo.
- A diferencia de los aceites y las grasas no se rancia con el tiempo. (Conservante para las cremas). **FUNCIONA COMO EMULSIONANTE**
- Contiene protección solar por sus propiedades repelentes al agua.
- Confiere elasticidad y proporciona una gran permanencia en la superficie de la piel y labios.



Aceites (puede utilizarse cualquier tipo de aceite indicado para cosmética)

Aceite de almendras dulces

- Alivia picores externos, irritaciones y las grietas.
- Calmante, emoliente y reconstituyente. Activa la curación de dermatosis, quemaduras superficiales e inflamaciones.
- Ayuda a eliminar la caspa y es eficaz contra estrías.
- Contiene vitamina A,D y E.

Aceite de girasol

- Antioxidante
- Rico en vitamina E
- Humectante

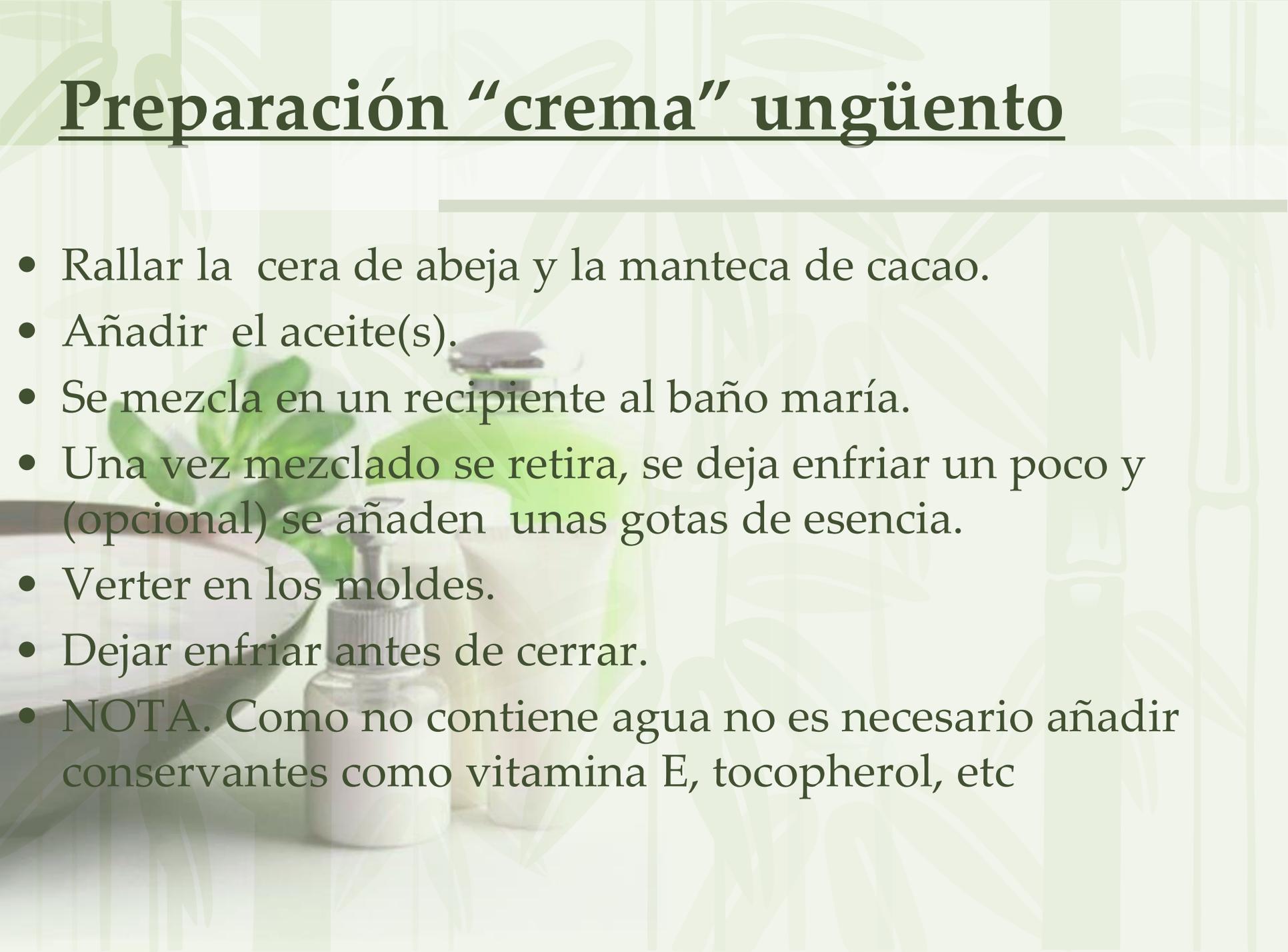


Manteca de cacao

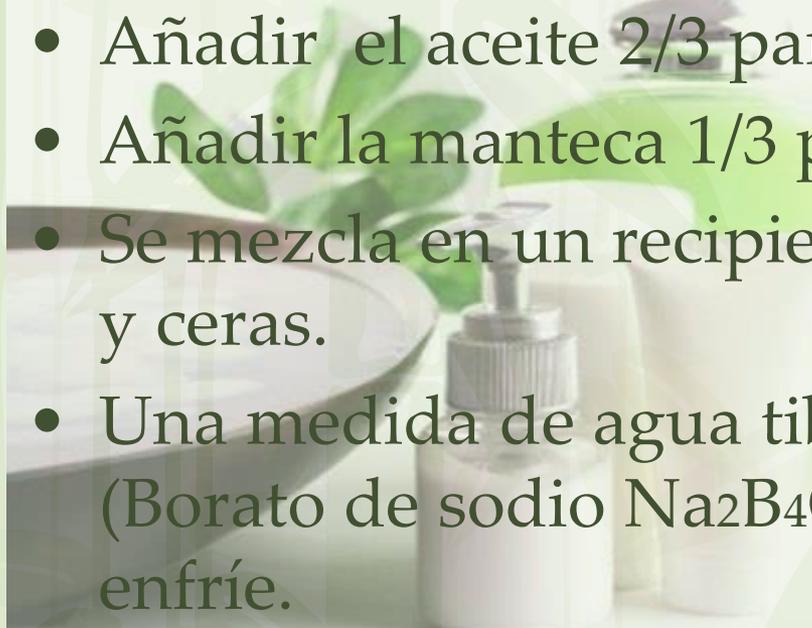
- La manteca de cacao es la grasa natural comestible procedente del fruto del cacao (*Theobroma cacao*), de suave aroma y olor a chocolate.
- Es muy utilizada en cosmética por ser rica en ingredientes grasos y vitaminas, con propiedades hidratantes, y nutrientes excelentes para nuestra piel, hidratándola y previniendo la aparición de arrugas.
- Su contenido en antioxidantes naturales previenen rancidez.
- La manteca de cacao se utiliza para mejorar y aliviar las quemaduras producidas por el sol y además crea una capa protectora que evita que la piel se quemara con los rayos UV.



Preparación “crema” unguento

- Rallar la cera de abeja y la manteca de cacao.
 - Añadir el aceite(s).
 - Se mezcla en un recipiente al baño maría.
 - Una vez mezclado se retira, se deja enfriar un poco y (opcional) se añaden unas gotas de esencia.
 - Verter en los moldes.
 - Dejar enfriar antes de cerrar.
 - NOTA. Como no contiene agua no es necesario añadir conservantes como vitamina E, tocopherol, etc
- 

Preparación

- TOMANDO COMO MEDIDA UNA TAZA (POR EJEMPLO)
 - Rallar la cera de abeja 1/5 parte
 - Añadir el aceite 2/3 partes
 - Añadir la manteca 1/3 parte
 - Se mezcla en un recipiente al baño maría las grasas y ceras.
 - Una medida de agua tibia con $\frac{1}{4}$ cucharada de bórax (Borato de sodio $\text{Na}_2\text{B}_4\text{O}_7 \cdot 10\text{H}_2\text{O}$) Esperar a que se enfríe.
 - Se mezcla todo con batidora, la crema ya está lista.
- 

Crema corporal casera. Cerato de Galeno

Se compone de aceite, cera de abejas y agua. Es algo grasa, así que es ideal para zonas muy secas de la piel, como los codos o los talones. También para piel seca como crema facial, de manos, etc.

INGREDIENTES:

- 53,5 gr de aceite de primera presión en frío. Oliva, almendras, sésamo, girasol, jojoba, pepitas de uva... Muy buena idea utilizar un macerado de alguna planta y así tendrá sus propiedades.
- 13 gr de cera de abeja, ya sea blanca o amarilla.
- 33 gr de agua destilada, filtrada o de manantial. También puedes utilizar algún agua floral, como agua de rosas, de lavanda, de manzanilla, de hammamelis...
- 5 o 6 gotas de algún aceite esencial (opcional) para dar fragancia y para tener las propiedades que te interesen.
- Unas gotas Vitamina E. Se utiliza para que no se enrancien los aceites. En el caso del aceite de oliva no hace falta, pero si utilizas aceite de almendras o girasol es necesaria la vitamina E para que la crema te dure más tiempo en buenas condiciones.

Crema corporal casera. Cerato de Galeno

- Pesar ingredientes y preparar los materiales para tenerlo a mano. Si vas a conservar tu crema en un tarro de cristal, hiérvelo. Si la vas a meter en un bote de plástico, limpia el bote con alcohol. Así evitarás al máximo que se estropee la crema.
- Poner el aceite y la cera al baño maría hasta que se funda del todo la cera.
- Por otro lado, calienta el agua sin que llegue a hervir. Tiene que estar más o menos a la misma temperatura que el aceite.
- Batir el aceite+cera con una varilla mientras se añade el agua poco a poco.
- Seguir batiendo fuera del baño maría hasta que esté a temperatura ambiente. Si no se hace podría romperse el tarro por el calor.
- Cuando se enfríe un poco, y sin dejar de mover, vamos a añadir la vitamina E y los aceites esenciales que queramos.

Ingredientes unguento hidratante:

(para una cantidad de 300 g.)

- Cera de abeja natural 50g
- Aceite(s) 250 cc
- Manteca de cacao 25g
- Unas gotas de vitamina E (*antioxidante*)
- Aceite esencial (opcional, unas gotas)

(Por la cantidad de componentes grasos es más aconsejable como crema corporal reparadora que facial, o crema de noche)



BÁLSAMO LABIAL (1)

Con aceite de oliva:

- 40 g de aceite de oliva macerado con consuelda (árnica, hipérico, salvia)
- 5 g de cera de abejas
- 2 gotas de vitamina E
- Unas gotas de menta para refrescar

BÁLSAMO LABIAL HIDRATANTE (2)

- 10 g manteca de cacao
- 10 g de aceite de almendras
- Unas gotas de esencia de lavanda

OTRA RECETA

Cera de abejas (1 parte)
Aceites (2 partes)
Mantecas (1 parte)
Esencia (opcional)