

TECNOLOGÍA DOMÉSTICA PROFECO

Crema antiedad para el rostro

Rendimiento: 65 g, aproximadamente • **Tiempo de preparación:** 10 minutos
Caducidad: 2 semanas aproximadamente

Ingredientes:

- 45 g de cold cream blanco
- 10g de elastina
- 5 g de colágeno
- 10 g de vitamina E

*Todos los ingredientes se consiguen en farmacias grandes o droguerías.

Utensilios:

- Abatelenguas o palito de Madera
- Bowl de vidrio de 1 L
- Tarro de vidrio o de plástico (oscuro) con tapa y capacidad de 100 g

Procedimiento:

- 1 Vierte en el tazón la mitad de la cold cream. Agrega el colágeno y bate suavemente con el abatelenguas para incorporarlo.
- 2 Enseguida agrega la elastina y bate de nueva cuenta para incorporarlo.
- 3 Finalmente, agrega muy lentamente la vitamina E, mientras bates a un ritmo constante para que se emulsione. Agrega el resto de la cold cream y agita de nueva cuenta para incorporar.
- 4 Vierte en el tarro.

Conservación:

La crema antiedad se debe mantener en refrigeración.

Caducidad:

La crema tiene una vida útil de 1 mes, por lo que se recomienda preparar lotes pequeños a la vez.

Dato interesante:

La mejor forma de tener una piel tersa es alimentarse sanamente. Si se mantiene una alimentación balanceada es probable que se tenga una ingesta suficiente de los minerales y vitaminas que el organismo necesita.

La vitamina E (tocoferol) es un antioxidante natural que cada vez es más utilizado en la industria cosmética. Naturalmente se encuentra en el aceite de soya, nueces y germen de trigo. Su efecto, como antioxidante se debe a la neutralización de los radicales libres que se forman naturalmente cuando la luz del sol (particularmente la radiación ultravioleta) entra en contacto con los lípidos de la piel.

El colágeno es una proteína de sostén que está presente en los músculos y, cuando se cuece carne se desnaturaliza e hidroliza, dando origen a la gelatina. Se encuentra en la piel y de ésta depende la retención de agua y grosor. Al pasar los 30 años se va perdiendo la capacidad de sintetizar colágeno y al llegar a los 50 se ha perdido casi un 15% del colágeno de la piel, por lo que se adelgaza y comienza a arrugarse (1). Si se complementa el colágeno mediante aplicación directa se ha encontrado que es posible regenerar los tejidos, retardando el efecto del envejecimiento.

Otro proceso que está asociado con el envejecimiento es la pérdida de elastina, proteína que como su nombre lo sugiere, da elasticidad a la piel. La ruptura de las fibras de elastina es típica cuando se tienen variaciones de peso y se forman estrías.

Beneficio:

Al elaborar la crema antiedad para el rostro se obtiene un ahorro superior al 65% en comparación de una comercial, aunque es necesario aclarar que estas últimas suelen ser de composición más compleja.

Recomendaciones:

Aplica la crema en el rostro limpio y de preferencia por la noche, para no exponerse al sol. Masajea haciendo movimientos en el sentido que tienen las arrugas.

Prueba una pequeña cantidad en alguna parte oculta de la piel para asegurar que no hay reacción alérgica hacia alguno de los componentes de la crema.

Si notas algún cambio de color o consistencia en la crema, deséchala de inmediato. Para favorecer la acción de esta crema, utiliza de día una crema con filtro solar.