



Para que puedas aprovechar uno de los agentes hidratantes más potentes que existe en cosmética -el ácido hialurónico- no es necesario rascarse el bolsillo hasta el fondo ni tener que comprar productos comerciales con conservantes o colorantes que, además, suelen estar extremadamente perfumados con fragancias sintéticas. No, no, no.

En [Cosmética Natural Casera Shop](http://www.cremas-caseras.es) te enseñamos a preparar en pocos pasos un gel totalmente **adaptado a cada tipo de piel y a cada gusto**. De esta manera, si un día te apetece otro aroma o que tu sérum antiarrugas sirva más para otro tipo de piel o que en vez de reafirmar sea más nutriente, podrás diseñarlo a tu gusto intercambiando los principios activos, las vitaminas o los extractos que se añaden.

Esta posibilidad de cambio es solo una de las muchas ventajas que ofrece preparar cosmética natural en casa, además de un **precio muy razonable**.

En la receta de cosmética DIY (Do-it-yourself) de esta semana, te mostramos cómo preparar un gel hialurónico antiarrugas natural y casero con los ingredientes justos que aportarán un



montón de beneficios a tu piel, pero sin «cargarla» de aditivos que no aportan nada. En concreto en esta receta hemos utilizado una combinación de ácido hialurónico de alto peso molecular y de bajo peso molecular para lograr un doble efecto antiarrugas que ralentice la aparición de arrugas, además de alisar y reducir las ya existentes.

- El [ácido hialurónico de alto peso molecular](#) actúa como potente hidratante formando un film (no notable) en la superficie de la piel que la mantiene hidratada, impide que la piel pierda agua propia y la mantiene elástica al máximo durante horas y horas, proporcionando además un **efecto «alisador» y tensor en la piel**.
- El [ácido hialurónico de bajo peso molecular](#) es capaz de penetrar profundamente en la epidermis y se encarga de fijar la hidratación en el estrato córneo. Eso hace que se ralentice el envejecimiento de la piel.

Además de estos dos ingredientes, hemos añadido otros muchos nutrientes a la piel en forma de [extracto de bayas de goji](#) (vitaminas, minerales esenciales y oligoelementos, beta-caroteno, polisacáridos y glicoconjugados de bajo peso molecular, beta-sitosterol y otros fitoesteroides, etc.) y de [extracto de kigelia africana](#) (propiedades reafirmantes y rejuvenecedoras del tejido que se han demostrado ya en varios estudios).

No obstante, estos dos extractos son totalmente opcionales. La versión básica del gel hialurónico se puede usar sin estos extractos, pero utilizándolos lo harás más eficaz.

Según tu tipo de piel y según la estación del año, podrás utilizar el gel hialurónico por sí solo o en combinación con tu crema de día/noche (en invierno puede que te haga falta la combinación y en verano solo el gel, por ejemplo).

Dicho esto, ¡vamos con la elaboración!



Ingredientes para 100 ml (aprox)

FASE 1

5gr [Alcohol \(Etanol\)](#)

1gr [Alginato](#)

0,5gr [Ácido Hialurónico de alto peso molecular](#)

0,2gr [Ácido Hialurónico de bajo peso molecular](#)

FASE 2

50gr [Hidrolato de Rosa](#)

50gr Agua

FASE 3

4gr [Extracto de Kigelia Africana](#) (opcional)

4gr [Extracto de Bayas de Goji](#)(opcional)

0,5gr [Conservante natural Cosgard](#)

5 gotas de [Aceite esencial de Petitgrain](#)

Elaboración



Empieza desinfectando utensilios y envases. Para ello, pulverízalo todo con alcohol y déjalo secar unos minutos.



Receta gel hialurónico antiarrugas casero

Una vez esté todo seco, hierve el agua (destilada, de botella o de osmosis) y déjala enfriar. Si usas hidrolato de rosa recién abierto, no hace falta hervirlo. Si lo usas de una botella que lleva ya meses abierta, no viene mal hervirlo brevemente y dejarlo enfriar.

Mide en un vaso de laboratorio el alcohol y añade el alginato y los dos tipos de ácido hialurónico. Después, remueve brevemente con una cucharilla hasta tener una mezcla homogénea.



Añade el agua y el agua de rosas y remueve de nuevo con la cucharilla (con batidora no porque introducirías mucho aire y lo que te interesa es conseguir un gel transparente sin incluir muchas burbujas de aire). Ahora es cuestión de dejarlo reposar durante unas horas para que el alginato y el ácido hialurónico se disuelvan y formen un gel.

El ácido hialurónico de alto peso molecular sería capaz de formar un gel por sí solo (al contrario al de bajo peso molecular), pero con la dosificación recomendada en cosmética sale un gel de muy baja viscosidad, lo que hace necesario combinarlo con un gelificante como el alginato sódico (si quisieramos formar un gel solamente con ácido hialurónico superaríamos la dosificación recomendada y la sensación en la cara además sería desagradable).



Receta gel hialurónico antiarrugas casero



Conforme pasan las horas verás el gel cada vez mas homogéneo y transparente. Al empezar mezclando el alcohol con el alginato y el ácido hialurónico, acelerarás la formación de gel y tendrás menos grumos, aparte de que el alcohol contribuye a conservarlo (por esta razón bajamos la dosificación del otro conservante que usamos). Pasadas unas 2-3 horas, ya tendrás el gel claro y transparente.



Si optas por la versión «rica» con los extractos, puedes añadirlos ahora y, a continuación, remover. Si añades los extractos, el gel ya no será del todo transparente sino que cogerá un tono más bien amarillo claro.

Si te basta con la versión básica, puedes pasar directamente al último paso, que es añadir el Cosgard y el aceite esencial, remover para mezclarlo bien y envasarlo en un envase dispensador o airless (o el envase que más te guste), previamente desinfectado, claro.



No es muy difícil, ¿verdad? Si tienes ganas de empezar a preparar tu cosmética natural DIY en casa, encontrarás más ideas de recetas para diferentes usos y tipos de pieles en nuestra selección [«Recetas de Cosmética Natural Casera»](#).

La materia prima, productos ecológicos certificados, envases y utensilios para la elaboración de cosmética casera los encontrarás en nuestra [tienda online Cosmética Natural Casera Shop](#).

Receta en vídeo

Si te lías con las explicaciones, siempre puedes ver la versión en vídeo que hemos preparado de esta receta.

¿Te ha parecido útil e interesante esta receta? ¡No olvides dejarnos un comentario para saber qué tal te ha ido con ella! En Cosmética Natural Casera Shop estaremos encantados de leerte.



Listado completo de ingredientes

[Quiero ver todos los productos](#)

(*) Todas las recetas publicadas en el blog de Cosmética Natural Casera Shop son para uso privado y nunca comercial. La venta del producto final sin el permiso de Cosmética Natural Casera Shop está totalmente prohibida.