



## Receta crema de día con ceramida para piel seca o muy seca



Receta crema para piel muy seca con aceite de amaranto

Esta crema de día es perfecta para pieles secas, muy secas y/o escamosas.

En casos de piel atópica o psoriasis, recomendamos añadir ceramida 3 y aceite de amaranto.

El motivo se debe a que la ceramida apoya contribuye a la renovación de la barrera natural de la piel al tiempo que protege contra la pérdida de humedad y las influencias externas.

Por su parte, el aceite de amaranto actúa como antiinflamatorio.

### **Ingredientes aprox 100 ml**

#### **FASE 1**

5 gr **Aceite de coco fraccionado**

0,5 gr **Ceramida 3** (opcional para piel muy seca, agrietada o soriasis)

#### **FASE 2**

5 gr **Aceite de nuez de macadamia**

5 gr **Aceite de jojoba**

5 gr **Aceite de aloe vera**

7 gr **Lamecreme (emulsionante)**



Receta crema de día con ceramida para piel seca o muy seca

### FASE 3

5 gr **Aceite de sésamo** para pieles secas (pieles muy secas, atópicas, agrietadas y/o escamosas, mejor sustituirlo por **aceite de amaranto**)

6 gr **Manteca de karité**

### FASE 4

60 gr **Hidrolato de rosa**

0,2 gr **Xantana transparente**

### FASE 5

1 gr **Vitamina A, C y E en fluido**

3 gr **Pantenol**

1 gr **Rokonsal (conservante natural)**

10 gotas **Aceite esencial de vetiver**, palo de rosa, **sándalo** o **manzanilla romana**

1-2 gotas **Ácido láctico para fijar el pH** (tiene que situarse entre 5-5,5)

## Elaboración

- Limpia y desinfecta pulverizando con alcohol todos los envases y utensilios que vayas a utilizar.
- Funde los ingredientes de la Fase 1 al baño maría a 90°C para que el polvo de las ceramidas se disuelva).
- Una vez esté disuelto y bien mezclado todo, añade la Fase 2 y remueve hasta que se haya fundido el emulsionante.
- Aparta el vaso del baño maría e incorpora la Fase 3.
- Calienta la Fase 4 a aproximadamente 65°C y remueve con ayuda de una cuchara para



## Receta crema de día con ceramida para piel seca o muy seca

que la goma xantana se deshaga (fase acuosa en fase oleosa).

- Una vez enfriada a 65°C, añade poco a poco la Fase 4 en las fases 1+2+3 . Es importante que mientras haces esto te ayudes de una batidora de tipo minipimer para batir a alta velocidad entre uno y cuatro minutos (depende de la potencia).
- Sigue removiendo (esta vez con ayuda de una cuchara) hasta que se haya enfriado por completo la emulsión.
- Una vez fría, añade la Fase 5 de principios activos y conservantes, regula el pH y envasa.



**¿Te ha parecido útil e interesante esta receta? ¡No olvides que en nuestra [tienda online](#) encontrarás todos los ingredientes!**

*(\*) 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.*