



## Receta ungüento para dolores de espalda y tensión en el cuello

Puede que no lo creas, pero con la llegada del frío también llega el aumento de los dolores musculares y huesos en general. Uno de los principales motivos es el agarrotamiento de los músculos a causa de las bajas temperaturas, siendo la espalda es una de las zonas que más sufre.

Para tratar de paliar el problema, en **Cosmética Natural Casera Shop** hemos creado un ungüento que te ayudará a reducir la tensión y los dolores, tanto en la zona de la espalda como en la del cuello.

¿Te animas a probarlo? ¡La elaboración es muy sencilla!

### **Ingredientes para 60 ml (aprox)**

9 gr **Aceite de laurel** (aceite graso de la presión de bayas - **NO confundir con el aceite esencial**)

27 gr **Aceite de hipérico BIO**

9,5 gr **Cera de abeja virgen BIO**

17 gr **Manteca de karité BIO**

8 gr **Aceite de girasol virgen BI**

10 gotas **Aceite esencial gaulteria Procumbens (Wintergreen)**

10 gotas **Aceite esencial romero BIO QT Alcanfor**

10 gotas **Aceite esencial pimienta negra BIO**

8 gotas **Aceite esencial enebro BIO**

8 gotas **Aceite esencial lavanda BIO**

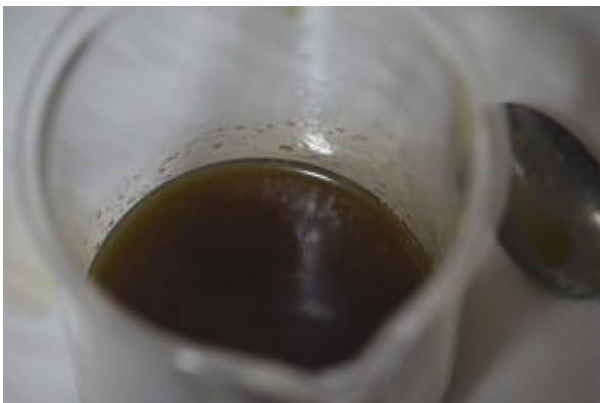


## Elaboración

- Desinfecta con alcohol todos y cada uno de los materiales que vayas a utilizar.
- Una vez esté todo limpio y preparado, funde al baño maría el aceite de laurel, la cera de abeja y la manteca de karité.



- Cuando tengas ya fundidas la manteca y la cera de abeja, y apartadas del baño maría, añade el aceite hipérico y el de girasol, y remueve.



- Sin dejar de remover, añade todos los aceites esenciales.
- Cuando veas que está perfectamente mezclado, vierte el contenido resultante en un tarro y déjalo en el frigorífico. De esta forma, conseguirás no solo que se solidifique



## Receta ungüento para dolores de espalda y tensión en el cuello

más rápido, sino también una textura más lisa.



### **Método de aplicación**

La forma de aplicar el ungüento es muy sencilla. Basta con que cojas un poco del producto con las manos y realices pequeños masajes en las zonas doloridas hasta que la piel lo absorba por completo.

Ten en cuenta que la absorción es lenta, lo que permitirá que el masaje sea largo, aumentando así la sensación de frescor y alivio.

### **Resultado final**



Receta ungüento para dolores de espalda y tensión en el cuello



¿Te ha resultado útil e interesante esta receta? ¡Anímate a probarla y déjanos un comentario en nuestras redes sociales contándonos qué tal la experiencia!

## 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 prohibido.*