



Este ungüento casero te aportará las propiedades de la **árnica montana**. Se trata de un remedio tradicional usado ya desde hace mucho tiempo atrás en la medicina popular para tratar a **contusiones, esguinces, hematomas y dolores musculares**. La Árnica, además, te ayudará a prevenir la aparición de **moratones** tras los golpes y a tratar **heridas de difícil curación**. Por su capacidad de aumentar el flujo sanguíneo, también puedes usarla en casos de **insuficiencia venosa**.

Ingredientes para 60 ml (aprox)

FASE 1

2,5 gr [Cera de abeja](#)

8 gr [Aceite de almendras](#)

FASE 2

18 gr [Manteca de karité](#)

FASE 3

12 gr [Aceite de árnica](#)



6 gotas Aceite esencial siempreviva (immortelle) *Helichrysum italicum* (es opcional, pero muy recomendable para tratar hematomas y moretones)

0,6 gr Vitamina E - Tocoferol

Elaboración

- Como siempre, antes de empezar limpia y desinfecta con alcohol los envases y utensilios que vayas a utilizar.
- Incorpora en un vaso los ingredientes de la Fase 1 y mételos al baño maría para que la cera se funda.
- Aparta el vaso del baño maría, introduce la manteca de karité y remueve hasta que se haya fundido también.
- Introduce la Fase 3, remueve nuevamente y envasa en un tarro.



- Por último, pon el ungüento durante aproximadamente una hora en el frigorífico para



que se solidifique. Una vez pasado ese tiempo, estará ya listo para usar.

¿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.