



# Cartel Informativo

*Briseida Guadalupe Torres Zamorano.*

*Parcial 4*

*Interculturalidad Y Salud II*

*Dra. Mariana Catalina Saucedo Domínguez*

*Medicina Humana*

*2 ° "A"*

*Comitán de Domínguez, chis; A 07 De diciembre 2023.*

# MASCARILLA FACIAL



## Anti-Edad de Zanahoria

→ La mascarilla de zanahoria para la cara, la piel incluso el cabello es maravillosa

→ La zanahoria es un producto natural que aporta grandes beneficios a nuestro cuerpo



- Propiedades de la zanahoria
- Aporta potasio
  - Cantidad considerable de
    - Antioxidante
    - Vitamina A
    - Vitamina C
    - Beta-Caroteno
    - Colágeno



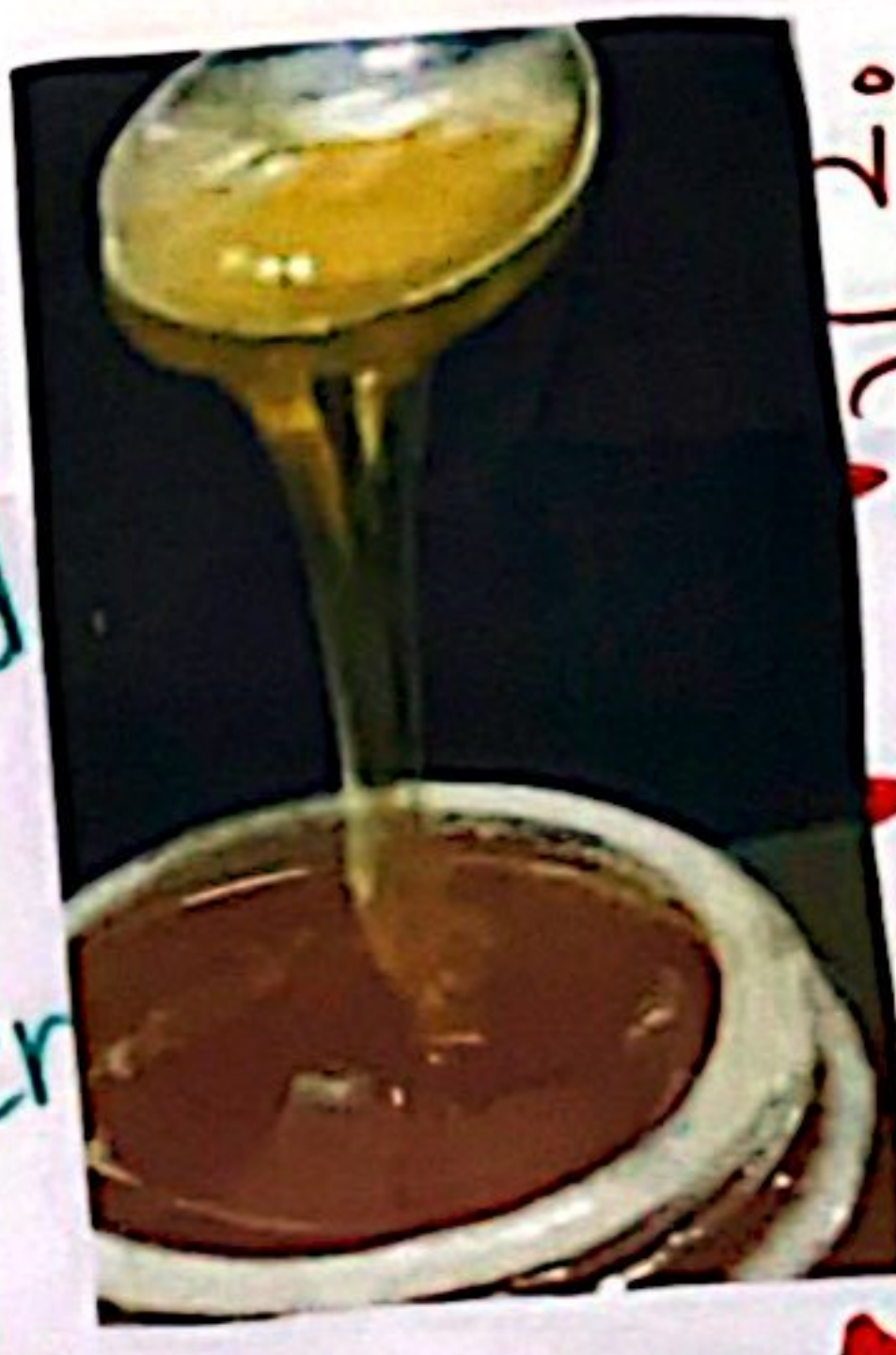
- ### Ingredientes:
- \* 2 o 3 zanahorias (Grandes)
  - \* 4 cucharadas de Miel (Virgen)

### ¿Cómo hacer mascarilla de zanahoria?

- ▶ Cocinar las zanahorias - vapor
- ▶ Dejar enfriar y triturarlas
- ▶ Agregar la miel y mezclar todo hasta obtener una mezcla homogénea.

## Beneficios:

- Aporta luminosidad y frescura
- Conserva la piel joven y saludable
- Reduce el exceso de grasa
- Suavidad y brillo natural
- Nutre y repara
- Unifica el tono de la piel



## ¿Cómo Aplicarla?

- ▶ Rostro limpio y seco
- ▶ Aplicar directo al rostro y dejar actuar 10 min
- ▶ Enjuagar con Agua fría (Abundante)
- ▶ Usa Crema hidratante en el rostro después de retirarla
- ▶ Repetir 2 veces por semana.

## Desventajas:

- Alergias
- Problemas (carotenemia)

## Mecanismo de acción

- Antioxidantes revertir o disminuir
- Betacaroteno Ayuda a producir MELANINA-

## Bibliografía:

- Lademann, J., Menke, M.C., Sterry, W. y Darwin, M.E. (2011). Carotenoides en la piel humana. *Dermatología Experimental*

## BIBLIOGRAFIA

**Lademann, J., Meinke, M.C., Sterry, W. y Darvin, M.E. (2011),  
Carotenoides en la piel humana. Dermatología Experimental,**