



MEDICINA HUMANA

Yarely Arlette Morales Santiz

DRA. Mariana Catalina Saucedo Dominguez

Interculturalidad

2° A

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas a 15 de diciembre de 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

Desventajas:

- Alergias
- Problemas (carotenemia)

Mecanismo de acción

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

¿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 despues de retirarla
- ▶ Repetir 2 veces por semana.

Bibliografía:

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