



NOMBRE DEL ALUMNO: Brayan Velasco Hernández

NOMBRE DEL PROFESOR: Julibeth Martínez Guillén

LICENCIATURA: Nutrición

UNIDAD: 3er

NOMBRE DE LA MATERIA: Nutrición en medicina alternativa

9 De Marzo Del 2024

AGUA DE ROSAS

Ingredientes

- 340 gr de pétalos de rosa
- 680 ml de agua destilada

Instrumental

- Balanza
- Agitador
- Vaso de precipitado
- Olla
- Estufa
- Colador
- Cerillos
- Alcohol
- Trapo

Preparación

1. Lavar y desinfectar material y área de trabajo.
2. Deshojar las rosas.
3. Lavar los pétalos.
4. Poner los pétalos en la olla con el agua destilada, poner a fuego alto hasta rompa hervor el agua, posteriormente bajar la llama y tapar la olla, dejar durante 10 minutos más.
5. Colar los pétalos para separar el agua resultante.
6. Dejar enfriar el agua de rosas.
7. Envasar.



Beneficios del agua de rosas en el cuidado de la piel

Una de las principales ventajas del agua de rosas es su capacidad para hidratar la piel de manera profunda y duradera, gracias a que durante el proceso de fabricación, su estructura molecular otorga una fácil absorción, haciendo que la piel esté más suave, flexible y libre de sequedad.

El agua de rosas cuenta con otros beneficios que la hacen el tónico ideal para tener una apariencia más uniforme con una sensación de frescura, estos son:

- Propiedades naturales tonificantes y astringentes
- Calma y alivia la piel irritada, inflamada o sensible
- Propiedades antioxidantes
- Promueve la regeneración celular
- Hidratante natural
- Tónico y equilibrante
- Revitalizador
- Removedor de impurezas

Usos

- Tónico facial: Limpia tu rostro con un algodón empapado en agua de rosas y aplícalo suavemente sobre la piel, esto ayudará a equilibrar el pH de la piel, a tonificarla y a prepararla para la aplicación de otros productos, como el maquillaje.
- Spray refrescante: Cuando se añade agua de rosas en un atomizador y se rocía ligeramente sobre el rostro, resulta perfecto para los climas calurosos y para refrescar la piel.
- Mascarilla facial: Mezclando agua de rosas con arcilla o con ingredientes naturales, como la harina de avena o la miel, se genera una mascarilla facial hidratante y calmante.
- Compresas calmantes: Cuando se tienen piel irritada o inflamaciones, se aconseja impregnar un paño limpio con esta agua para aplicarlo suavemente sobre la piel, calmando así cualquier molestia.
- Mezcla en productos caseros: Cuando se mezcla el agua de rosas con cremas hidratantes, exfoliantes, o lociones corporales, se potencian los ingredientes de cada uno. El exfoliante de coco, en particular, aporta propiedades nutritivas y suavizantes que, al combinarse con el agua de rosas, ofrecen una experiencia de cuidado de la piel verdaderamente enriquecedora.

Aporte nutricional

Los pétalos de las flores contienen compuestos antioxidantes, antimicrobianos, antiinflamatorios, antisépticos, inmunosupresivos y actividad prebiótica, entre otras, expresó Julieta Gabilondo, especialista del INTA, y agregó: “Las flores de rosas constituyen una fuente interesante de este tipo de compuestos, por eso nos enfocamos en su caracterización

Se pueden consumir las rosas

Todas las rosas (género Rosa) son comestibles; pero las más interesantes son aquellas con la fragancia más intensa; un olor que se traduce en sabor cuando llega al plato. Puedes utilizarlas para adornar dulces, caramelizarlas o deshidratar los pétalos de rosa para darle más sabor al té e infusiones de verano.