

NUTRICIÓN Y MEDICINA
ALTERNATIVA



Alumna: Yadira Guadalupe
Morales Ramírez.

Escuela. Universidad Del
Sureste "UDS".

Catedrática. Julibeth MARTINEZ
GUILLEN .

Nombre de la actividad.
NUTRICIÓN Y MEDICINA
ALTERNATIVA ACTIVIDAD DE
LABORATOIO

Quinto cuatrimestre, grupo A.

Lugar y Fecha. Comitán de
Domínguez, Chiapas. Marzo de
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 romper 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.

Los pétalos de rosa tienen un sabor floral que va desde los pétalos dulces a los ligeramente picantes que combinan con frutas, mermeladas, ensaladas y bebidas, helado, zumo y salsas.

Los pétalos de rosas consumidos pueden aportar vitaminas A, C, B2, B3, minerales como calcio, fósforo, hierro, potasio y antioxidantes.

Bibliografía

- Contenido nutricional, propiedades funcionales y conservación de flores comestibles. Revisión. (s. f.). <https://www.alanrevista.org/ediciones/2013/3/art-2/#:~:text=Las%20flores%20comestibles%20contribuyen%20al,salud%20de%20quien%20las%20consume.>
- Plaza, A. (2022b, junio 5). Rosas comestibles: un nuevo ingrediente en nuestra cocina. Antena3. https://www.antena3.com/programas/mundo-brasero/rosas-comestibles-nuevo-ingrediente-nuestra-cocina_20220605629ce4304213630001511fb6.html
- Pétalos comestibles, el sabor floral en tu restaurante. (s. f.). Unilever Food Solutions. <https://www.unileverfoodsolutions.com.mx/tendencias/tendencia-carta/novedades/petalos-comestibles.html>