



Cómo hacer Limpiador Facial de Arroz con Niacinamida

Receta creada por Pilar Pimentel el 18 el agosto de 2022



¡Muy buenas, potinguer@s!

Hoy tenemos de vuelta a Pilar en #LaPotinguería con una nueva receta en **formato sólido**: un Limpiador Facial de Arroz con Niacinamida.

En el día de hoy nos centramos en la **Niacinamida como producto estrella**. Este activo es considerado multifuncional, y ahora entenderéis por qué. La niacinamida tiene efecto antioxidante y antienvjecimiento. Además, mejora la función barrera de la piel, manteniéndola protegida frente a factores externos, lo que a su vez, disminuye la irritación. Es un activo ideal para pieles sensibles, incluso para aquellas con problemas como la rosácea.

Además de todo esto, es un producto seborregulador, antiinflamatorio y antibacteriano, tres cualidades que lo convierten en un ingrediente ideal contra el acné. Y, por último, también tiene un muy conocido **efecto despigmentante**, que contribuirá a unificar el tono de la piel y aclarar las manchas.

¿Ya te has aprendido lo que hace la Niacinamida? ¡Pues a potinguear!

Ingredientes para hacer Limpiador Facial de Arroz

Ingredientes para preparar 70 g

Esta receta te costará 5,35€ por cada 100 g ⓘ

Fase de Polvos

▼ 28 g de Polvo de Arroz

ⓘ El polvo de arroz es almidón de arroz, no harina. La harina tiene un grano mayor y hace un efecto más exfoliante.

Puedes sustituirlo por:

- ✓ 28 de [Arrurruz en Polvo](#)
- ✓ 7 g de [Arcilla Blanca Caolín](#)
- ✓ 9,8 g de [Tensioactivo SCI](#)



Fase Oleosa

- ✓ 4.9 g de [Aceite de Arroz](#)
Puedes sustituirlo por:
 - ✓ 4.9g de [Aceite de Hueso de Cereza](#)
 - ✓ 4.9g de [Aceite de Argán](#)
- ✓ 4.9 g de [Manteca de Cacao](#)
- ✓ 2.8 g de [Ácido Esteárico](#)

Fase Acuosa

- 9.8g de [Agua de Arroz](#)
 El Agua de Arroz se preparará añadiendo una cucharada sopera de arroz en un vaso y cubriéndolo de Agua Destilada, 2 dedos por encima)
Puedes sustituirlo por:
 - ✓ 100g de [Agua Destilada](#)
- ✓ 2.8 de [Niacinamida](#)

Utensilios y Envases

- ✓ [Vaso de Precipitado](#)
- ✓ [Juego de Cucharillas](#)
- ✓ [Molde Silicona Corazón](#)

Regulación de pH

En cualquier elaboración debemos medir el pH para que sea correcto, por lo que recomendamos adquirir estos productos si no los tienes ya en casa

- ✓ [Papel indicador de pH](#)
- ✓ [Ácido Láctico 80%](#)
 Para bajar el ph
- ✓ [Bicarbonato sódico](#)
 Para subir el ph

Elaboración paso a paso para hacer Limpiador Facial de Arroz

1. Desinfectamos todos los utensilios y utilizamos mascarilla para manipular los polvos ya que puede resultar molesto inhalarlos.
2. Comenzamos preparando **Agua de Arroz**. Para ello, pondremos una cucharada sopera llena de arroz en un vaso

- y la cubrimos con agua destilada (aproximadamente a dos dedos por encima del arroz). Este paso debe realizarse, al menos, **dos horas antes** de la elaboración de la receta.
3. Colamos el agua de arroz para separar los granos de arroz. En **dos recipientes separados**, pesamos 7 g y 2,8 g del Agua de Arroz que hemos realizado. Vertemos la Niacinamida en el recipiente con los 2,8 g de agua y **disolvemos**.
 4. Pesamos la fase de polvos en un mismo recipiente. Integramos bien todos los polvos para conseguir una **mezcla homogénea**.
 5. En recipientes separados, resistentes al calor, pesamos los ingredientes de la fase oleosa. Llevamos a baño maría: primero la Manteca de Cacao junto al Ácido Estéarico. **Una vez fundido**, añadimos el Aceite de Arroz. Mezclamos bien y, por último, añadimos los 7 g de agua de arroz, aún en el fuego. Mezclamos para homogeneizar.
 6. Echamos la fase de polvos a la mezcla en baño maría. Se recomienda el **uso de mascarilla** durante este paso. Mezclamos todo bien. Retiramos la mezcla del fuego.
 7. Una vez la mezcla esté **por debajo de los 70°**, incorporamos la mezcla de agua de arroz y niacinamida y mezclamos.
 8. Enmoldamos y compactamos bien. Llevamos al congelador. Una vez sólido, retiramos y ¡listo!

Nota: el pH debe resultar en 5 - 5,5.

Modo de uso del Limpiador Facial de Arroz

1. **Humedecer** la pastilla con agua.
2. Podemos frotar en nuestras **manos** para luego aplicar sobre el rostro o directamente frotar la pastilla sobre el rostro.
3. Retirar con **agua tibia**.

Componentes destacados de la receta

- **Polvo de Arroz:** tiene propiedades antioxidantes, ilumina e iguala la tez. Este polvo presenta una actividad antielastasa que difumina las arrugas, reduce el aspecto de los poros dilatados y difumina la luz. Está indicado para pieles sensibles, irritadas, con acné o granos e incluso para la piel del bebé.
- **Arcilla Blanca Caolín:** es un componente muy utilizado en cosmética natural ya que absorbe la humedad, mejora las bases blancas para colores, se adhiere a la piel y tiene textura suave.
- **Aceite de Arroz:** es un potente complejo anti-envejecimiento para proteger la piel contra el mismo envejecimiento, y agresiones externas producidas por la contaminación y los rayos solares, debido a que es rico en gamma-orizanol, enzimas, fitosteroles, ácido ferúlico y vitamina E.
- **Manteca de Cacao:** previene la aparición de arrugas y estrías dado su alto poder de hidratación y mejora la elasticidad de la piel gracias a su acción nutritiva incluso en pieles deshidratadas.
- **Niacinamida:** en cosmética natural actúa en la piel como un iluminador y despigmentante, unifica el tono y reduce manchas. Algunos estudios han demostrado que la Niacinamida mejora la textura de la piel y disminuye la aparición de pequeñas arrugas.

Finaliza tu rutina facial con estas recetas!

- **Receta** - [Contorno de Ojos Despigmentante casero con Niacinamida y Coenzima q10](#)
- **Receta** - [Crema Facial Pro-Edad casera con Bakuchiol y Aceite de Semilla de Brócoli](#)
- **Receta** - [Elixir Concentrado Botánico de Noche casero con Aceite de Caléndula](#)
- **Receta** - [Mascarilla Facial Peel Off con Aloe Vera](#)

¿Tienes alguna duda? Déjanosla en los comentarios de este post para poder ayudarte con mucho gusto. ♥

Hacer cosmética natural y casera tiene **muchas ventajas**: obtener un producto adaptado a ti y a las necesidades de tu piel y cabello, eliminar tóxicos de cosméticos tradicionales e ingredientes innecesarios, conocer cada ingrediente de la fórmula, reducir plásticos y, además, disfrutar de un buen rato potingueando.

Sin embargo, **es importante seguir ciertos pasos** para que el proceso de elaboración sea seguro y no te cause reacción alérgica o irrite tu piel:

- **Desinfecta** los utensilios, envase y mesa de trabajo antes de empezar. ¡Se tarda sólo 1 minuto!

- Utiliza **guantes, mascarilla y gafas** en aquellas elaboraciones que lo requieran.
- Haz una **medición de pH** de la elaboración final para asegurarte de que está en el rango correcto. Puedes corregirla fácilmente. Sube el pH utilizando un álcali como el bicarbonato. Bájalo con una solución ácida. Por ejemplo unas gotas de ácido láctico o ácido cítrico.
- Hay que **probar** la elaboración siempre **en una zona reducida de la piel** para comprobar que no hay ninguna reacción adversa.
- Utiliza los ingredientes en su **dosis correcta**. La indicamos en todas las páginas de producto. Si tienes dudas sobre alguno, preguntanos! ♥ No nos hacemos responsables del mal uso de los productos y de la incorrecta dosificación de los mismos en las elaboraciones.



Autor: Pilar Pimentel

Recetas y elaboraciones de cosmetica natural, creativa y mágica. La esencia de la vida está en lo natural