



## Cómo hacer Mascarilla Capilar Prelavado casera con Semillas de Lino y Flor de Caléndula

Receta creada por Mónica Pérez el 4 el febrero de 2022



Hoy tenemos de vuelta a [Mónica](#) por #LaPotinguería con una receta súper sencilla, una Mascarilla Capilar Prelavado, ¡con tan sólo 3 ingredientes!

Esta mascarilla, como su nombre indica, se aplica antes del lavado con el objetivo de **hidratar** y **proteger** el cabello. El ingrediente principal en que se basa la receta son las **Semillas de Lino**, ricas en Vitamina E, ácidos grasos Omega 3 y 6 y mucílagos. Los mucílagos son una fibra gelatinosa muy hidratante, en este caso, creará una **película protectora e hidratante** en nuestro cabello.

Además de las Semillas de Lino, esta mascarilla también se beneficia de la Flor de Caléndula, con grandes propiedades **emolientes**, cicatrizantes y **calmantes**; y el Hidrolizado de Proteínas de Trigo, muy beneficiosas para **cabellos estropeados** o dañados, se encargan de regenerar las fibras del cabello.

¡Y con estos ingredientes comenzamos la receta!

### Ingredientes para hacer la Mascarilla Capilar Prelavado

Ingredientes para preparar 100 g

Esta receta te costará 1,50€ por cada 100 g ⓘ

#### Fase 1

- ▼ 100 g de [Agua Destilada](#)
- ▼ 18 g de [Semillas de Lino](#)
- ▼ 8 g de [Flor de Caléndula](#)

Puedes sustituirlo por:

- ▼ 8 de [Flor de Hibisco](#)



▼ **1 g de [Proteínas de Trigo Hidrolizadas](#)**

**i** Esta fórmula se ha realizado con 1% de hidrolizado pero puede añadirse hasta un 5%. A mayor cantidad, mayor concentración de este principio activo.

Puedes sustituirlo por:

▼ **1g de [Proteínas de Arroz Hidrolizadas](#)**

## Utensilios y Envases

▼ [Botella con Tapón Flip Top 100 ml](#)

## 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%](#)

**i** Para bajar el ph

▼ [Bicarbonato sódico](#)

**i** Para subir el ph

## Elaboración paso a paso de la Mascarilla Capilar Prelavado

1. Añadimos el Agua, las Semillas de Lino y la Flor de Caléndula a un **cazo** o cacerola. Removemos todo ligeramente para **hidratar** las semillas y la flor.
2. Llevamos el cazo al fuego entre **5 y 10 minutos**. A mayor tiempo esté en el fuego, mayor consistencia gelatinosa tendrá. ¡Prueba a tu gusto!
3. Retiramos del fuego y **colamos** para extraer los sólidos.
4. **Dejamos enfriar** y añadimos el Hidrolizado de Proteínas de Trigo, mezclamos bien.
5. Envasamos y ¡listo para usar!

## Modo de uso de la Mascarilla Capilar Prelavado

1. Aplicar sobre el cabello **antes de lavar**. Usar las manos para aplicar desde raíz hasta las puntas. Masajear el cuello cabelludo para beneficiar al mismo.
2. Se recomienda colocarse un gorro de ducha para mantener el calor en la cabeza mientras está aplicada la mascarilla. También se recomienda el uso de una toalla sobre el cabello para absorber el producto sobrante.
3. Dejar sobre el cabello el tiempo necesario. Comúnmente alrededor de 1 hora.

## Beneficios de los ingredientes de la Mascarilla Capilar Prelavado

- **Semillas de Lino:** ricas en vitamina E, ácidos grasos poliinsaturados, Omega 3, Omega 6 y minerales como hierro, calcio, cobre, fósforo, potasio, silicio, níquel, cromo y zinc.
- **Flor de Caléndula:** sustancia emoliente (evita la pérdida de agua o deshidratación) y cicatrizante. Las flores secas de la caléndula pueden almacenarse por largo tiempo y usarse para la preparación de oleatos, extractos, infusiones con los que elaborar cremas y lociones, para decorar jabones, hacer popurrís de flores secas, en las sales de baño, etc.
- **Hidrolizado de Proteínas de Trigo:** también conocida como Fitoqueratina, nutre y repara el cabello, mejora la peinabilidad del cabello aportándole brillo e hidratación.

## ¡Completa tu rutina capilar con estas recetas!

- [Cómo hacer una Loción Capilar Refrescante](#)
- [Cómo hacer Champú Sólido Casero con Mango y Alubias Negras](#)
- [Cómo hacer Mascarilla DETOX casera para el Cabello](#)
- [Cómo hacer Tratamiento Casero Ayurveda sobre Cabello Rubio o Decolorado](#)

Aprovecha el código **MON10** y obtén un descuento del **10%** en los ingredientes de la receta hasta el día 12 de febrero de 2022. ¡No te la pierdas! Están todos disponibles en nuestra tienda online.

¿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, pregúntanos! ♥ No nos hacemos responsables del mal uso de los productos y de la incorrecta dosificación de los mismos en las elaboraciones.



### Autor: Mónica Pérez

Mónica, seguidora del método curly que descubrió la belleza de lo natural.