



Cómo hacer Sérum Facial Exfoliante casero con Ácido Glicólico y Provitamina B5 (Dexpantenol)

Receta creada por Sara Sierra el 15 el febrero de 2022



¡Hoy tenemos de vuelta a [Sara](#) de [Sara Sierra Cosmética Natural](#) para traernos este maravilloso Sérum Exfoliante con Ácido Glicólico!

En este caso, estamos hablando de un **sérum acuoso**, es decir, no usa aceites. Sin embargo, gracias a su textura tipo gel, resultará muy fácil de aplicar. Los ingredientes de este sérum rodean a la estrella del día, el **Ácido Glicólico**.

El Ácido Glicólico es un alfa-hidroxiácido con **efecto exfoliante interno**, es decir, penetra en la piel y elimina las células muertas. Gracias a esto se consigue una **piel más suave y luminosa**, reduciendo arrugas superficiales y posibles manchas en la piel.

Hay que tener en cuenta que puede que sientas irritación si es la primera vez que empleas un producto con un alfa-hidroxiácido, sin embargo, es completamente normal.

Entre otros ingredientes del sérum, también podemos destacar la Provitamina B5 (Dexpantenol), que retiene el agua en la piel, evita la deshidratación, posee **propiedades reparadoras y antiinflamatorias** y ayuda a reducir la irritación del ácido glicólico. También hace uso del Extracto de te verde, antioxidante y antiinflamatorio, que ayuda a **proteger del daño solar**. Cabe mencionar a su vez el Agua de Melisa, el ingrediente de mayor presencia en la receta, con capacidades antioxidantes y antiinflamatorias y muy recomendada para **pieles secas, sensibles y maduras**.

Recuerda que si tienes alguna duda sobre la preparación de la receta, puedes consultar nuestro vídeo de #LaPotinguería, ¡en el que seguro que te quedará todo más claro!

Ingredientes para hacer el Sérum Exfoliante con Ácido Glicólico

Ingredientes para preparar 50 g

Esta receta te costará **6,59€ por cada 100 g** ⓘ



Fase Única

- ✓ 41.5 g de [Agua de Melisa](#)
- ✓ 1 g de [Ácido Glicólico al 99%](#)
- ✓ 2.5 g de [Dexpantenol - Provitamina B5 al 75%](#)
- ✓ 0.5 g de [Goma Xantana Transparente](#)
- ✓ 2.5 g de [Extracto Natural de Té Verde BIO](#)
- ✓ 0.5 g de [Sharomix 705 conservante](#)
- ✓ 1 g de [Glicerina Líquida Vegetal](#)
- ✓ 0.5 g de [Aceite Esencial de Palo Rosa](#)

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

Utensilios y Envases

- ✓ [Vasos de Precipitado de Vidrio](#)
- ✓ [Mini Batidor de Mano](#)
- ✓ [Botella Pet Transparente 100 ml con dosificador](#)

Elaboración paso a paso del Sérum Exfoliante con Ácido Glicólico

1. Pesamos la Goma Xantana y la Glicerina en un mismo recipiente. Removemos bien para homogeneizar.
2. En un recipiente diferente, mezclamos el Agua de Melisa y Extracto de Té Verde. Mezclamos bien.
3. Recomendamos pesar **en un recipiente diferente** el Ácido Glicólico, ya que es muy importante **no pasarse** de la dosis indicada. Una vez pesado, lo añadimos a la mezcla de Agua de Melisa y Extracto de Té Verde. Mezclamos todo bien.
4. A la anterior mezcla, añadimos la Provitamina B5. Mezclamos todo.
5. Añadimos **poco a poco** la mezcla anterior a la de Goma Xantana y Glicerina del paso 2 **mientras batimos** para homogeneizar.
6. Realizamos una prueba de pH para comprobar que está entre **3 y 4**.
7. Añadimos el Sharomix y el Aceite Esencial de Palo de Rosa y mezclamos.
8. Envasamos y ¡listo!

Modo de uso del Sérum Exfoliante con Ácido Glicólico

1. Aplicar una **pequeña dosis** (alrededor de 3 gotas) sobre la piel con ayuda de los dedos.
2. Aplicar siempre después del tónico pero antes de tu crema hidratante.
3. Se recomienda emplear **de noche**. Si se usa durante el día aplicar **siempre** crema solar posteriormente para proteger la piel.

Beneficios de los ingredientes del Sérum Exfoliante con Ácido Glicólico

- **Agua de Melisa:** tiene propiedades antioxidantes y antiinflamatorias, el agua de melisa está indicada para calmar y suavizar la piel madura, seca e irritada. Es un activo antienvjecimiento y reparador de la piel.
- **Ácido Glicólico:** el ácido glicólico es un ácido natural, cuya principal efecto es la exfoliación de la piel. Procede de la caña de azúcar, y forma parte de los llamados alfa-hidroxiácidos. Gracias su acción exfoliante, la piel se libera de células muertas haciendo que las cremas penetren mejor, maximizando así su efecto, por lo que se suele utilizar en tratamientos contra el acné, para eliminar las arrugas superficiales y manchas solares.
- **Provitamina B5 al 75%:** posee acción reparadora, ayuda a la piel dañada a recuperar su estado natural, a la vez que la protege de las agresiones externas. Así mismo esta provitamina tiene un efecto antiinflamatorio y ayuda en la cicatrización de heridas, eritemas, irritación, sequedad, aspereza, descamación, etc.
- **Goma Xantana:** es un excelente espesante para cosméticos y aplicaciones farmacéuticas. Proporciona hidratación y suavidad a la piel.
- **Extracto de Té Verde:** ayuda a la reconstrucción del tejido de soporte de la piel, reduciendo las arrugas y consiguiendo que la piel sea más flexible y suave.
- **Glicerina:** es un producto muy emoliente e hidróscopico, por lo tanto hidratante para la piel y el cabello.
- **Aceite Esencial de Palo de Rosa:** es un excelente regenerador y reconstituyente celular de la piel en cosmética natural.

¡Finaliza tu rutina facial con estas recetas!

- [Cómo hacer Leche Limpiadora Desmaquillante Casera](#)
- [Cómo hacer Tónico Facial Calmante](#)
- [Cómo hacer Crema Facial Pro-Edad con Bakuchiol](#)
- [Cómo hacer una Crema Facial con Efecto Lifting](#)

¿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: Sara Sierra

Soy Sara Sierra, doctora en química y técnico en dermocosmética. Te ayudo a CREAR COSMÉTICA NATURAL PERSONALIZADA a través de mis cursos, talleres y recursos gratuitos.