

Máscara de crema de Coco

Suaviza un trozo grande de crema de coco en tus manos, y masajea en tu cabello. Envuelve tu cabello con una toalla tibia y permite que la máscara se asiente en tu cabello una hora. Luego enjuaga bien con un champú suave.

Máscara a base de huevo

Mezcla 2 huevos enteros con 2 cucharadas de agua. Aplica al cabello recién lavado, masajeándolo bien. Deja que el tratamiento haga efecto por 10-15 minutos, y luego enjuágate el pelo y lávalo con un champú gentil y humectante. El huevo tiene contenido alto en proteínas lo que ayudará a añadir fuerza y brillo a tu cabello.

Batido de banana para el cabello - no para beber!

Mezcla el puré de 1 banana, 1 huevo entero, 3 cucharadas de miel, 3 cucharadas de leche y 5 cucharadas de aceite de oliva. Suaviza la mezcla parejo en tu cabello y permite que se quede en el pelo por 15 - 30 minutos. Luego enjuágala cuidadosamente con un champú suave.



Máscara a base de Yogurt

Bate la clara de 1 huevo a nieve. Mezcla con 6 cucharadas de yogurt natural. Aplica la máscara parejo en tu cabello y déjala asentar por 15 - 30 minutos. Luego enjuaga el pelo cuidadosamente y lava con un champú humectante.

Máscara de Avocado (palta)

Combina el puré de 1 avocado maduro, con 1 cucharadita de miel y 2 cucharaditas de aceite de oliva. Mezcla bien hasta que quede cremoso y luego masajea en tu cabello. Permite que la mezcla se quede en el pelo por 20 minutos y lava tu cabello con un champú suave. Los antioxidantes en el avocado ayudan a proteger el pelo de las toxinas dañinas del medio ambiente.

Tratamiento con aceite de oliva

El aceite de oliva ayuda a suavizar y humectar el pelo seco. Bate 5 cucharaditas de aceite de oliva - no importa que tipo - con 2 huevos enteros. Masajea la mezcla en tu cabello, y luego cúbrelo con una capucha para ducha o una envoltura de plástico. El calor de tu cuerpo, ayudará a las raíces a absorber mejor la humedad y asistirá a suavizar el cabello dañado. Permite que la mezcla haga efecto en tu pelo, por lo menos 30 minutos. Luego enjuágate el pelo y lávalo bien con un champú suave.



Máscara de aceite de oliva y miel

Mezcla 3 cucharadas de aceite de oliva con 2 cucharadas de miel. Aplica a tu cabello y cúbrelo con una capucha para ducha o una envoltura de plástico. Deja penetrar por 30 minutos como mínimo, y luego enjuaga y lava tu pelo con un champú humectante.

Máscara de banana y almendra, para cabello dañado y seco

Mezcla el puré de 1 banana madura con unas gotas de aceite de almendras. Masajea la mezcla en tu cabello. Déjala por 15-30 minutos y luego lava tu pelo con un champú gentil.

Tratamiento con miel y leche

Mezcla una cucharada de miel en medio vaso de leche entera cremada. Aplica al cabello y deja penetrar por 15 minutos, luego lava tu pelo con un champú suave.

Tratamientos anticaspa

Máscara de fenogreco

Remoja un puñado de semillas de fenogreco en agua, durante toda una noche. Es importante que el agua cubra las semillas. A la mañana, tritura las semillas en el agua formando una pasta. Aplícala en tu cabello y déjala en el, de 15 a 20 minutos. Luego enjuaga y lava tu pelo con un champú suave.

Enjuague de tomillo para el cabello

Mezcla 7 cucharadas colmadas de tomillo seco, con 2 vasos de agua. Hierve la mezcla por 10 minutos. Tu cocina huele estupendo. Filtra el té y déjalo enfriar. Inclínate sobre una palangana, y vierte la mitad de la solución al cabello recién lavado. Con una taza, sigue aplicando varias veces, de la misma solución que va cayendo en la palangana, hasta que el cabello esté bien mojado. No enjuagues o laves el pelo. Conserva la otra mitad de la solución no usada, para otro tratamiento!



Enjuagues para el cabello

Enjuague para pelo rubio

Agrega un par de cucharadas de jugo de limón, a una pinta de agua, y usa como enjuague después de lavar el pelo con champú.

Enjuague para morochas y pelirrojas

Agrega un par de cucharadas de vinagre de manzana, a una pinta de agua, y usa como enjuague después de lavar el pelo con champú.

Enjuague de zumo de naranja para un cabello brillante

Mezcla el jugo fresco de una naranja, con una cucharada de miel y 5 - 7 gotas de aceite de sándalo. Diluye la mezcla con suficiente agua, para enjuagar el pelo (más o menos una pinta de agua). Aplica después de lavar el pelo con champú y luego enjuaga bien el cabello con agua común.

Enjuague brillante de miel

Mezcla una cucharadita de miel, en 4 vasos de agua tibia. Asegúrate que la miel está bien disuelta. Usa como enjuague después de lavar el pelo con champú, y no lo vuelvas a lavar. Seca tu cabello como de costumbre, y verás que brillante queda!

Estate preparada!

Estas recetas son rápidas y fáciles de hacer - y harán milagros con tu cabello! Una vez que encuentres las que más te favorecen, es bueno tener los ingredientes de estas, siempre a disposición, para el momento que tu cabello lo necesite, o simplemente desees mimarte y mimar tu pelo.

El **laurel** es una de las hierbas que mejor le sienta al cabello. Es que posee cualidades suficientes como para combatir la seborrea, la [caspa](#), la [caída del cabello](#), por si fuera poco, potencia su fortalecimiento y el del cuero cabelludo. Una interesante preparación de aplicación externa que resulta muy bien consiste en hervir en un litro de agua, un abundante puñado de hojas de laurel durante una hora. El líquido resultante debe colarse y reservarse. Se emplea una vez enjuagado el pelo, masajeando el cuero cabelludo con el líquido y dejando actuar el mismo durante el lapso de media a una hora.

El **berro** también tiene propiedades muy útiles. De hecho es uno de los remedios naturales para el pelo más efectivos. Para la preparación hace falta licuar totalmente, hasta que no queden grumos ni vestigios, unos 100 gramos de berro. Si es necesario, añadir unas gotas de agua para que el licuado quede bien homogéneo. Luego se masajea directamente sobre el cuero cabelludo y se deja que el preparado actúe por el lapso de una hora. Posteriormente, se lava el cabello normalmente. Es recomendable repetir la acción al menos dos veces semanalmente.

Enjuague de salvia y henna para oscurecer el pelo

Ingredientes:

- salvia seca, 1 / 2 taza
- agua, 1 / 2 litro
- clavos de especias molidas, 1 cdta.
- [henna](#), 1 cda.
- [té negro](#), 2 cdas.

Preparación:

- Hierve la salvia en el agua.
- Deja macerar hasta el día siguiente.
- Agrega los clavos de especias molidas, la henna y por último el té negro. Debe quedar con una consistencia cremosa.

Modo de aplicación:

- Aplica sobre el cabello lavado y húmedo.
- Deja actuar durante, por lo menos, una hora.
- Enjuaga tu pelo con agua fría.

Ya sea que quieras aclarar u oscurecer tus cabellos, incluso si quieres obtener hermosos tintes de colores rojizos, la naturaleza te brinda infinidad de productos naturales, con los que podrás hacerlo, sin dañar la estructura capilar, ni arruinar la belleza de tu cabello.

Puedes recurrir al clásico [truco casero para aclarar el pelo](#), con la receta de enjuague de limón, que no sólo dará hermosos tintes dorados a tu cabello, sino que además los dejará más brillantes, gracias a las excelentes propiedades de este cítrico. También puedes probar emplear un champú elaborado con la [receta para aclarar el cabello con manzanilla](#), cuyos efectos podrás reforzar si te enjuagas el pelo, luego del lavado con una [infusión de manzanilla](#).

En cambio, la mejor [receta casera para oscurecer el pelo](#) es un enjuague capilar que se

prepara con salvia, henna y té negro, indicado para lograr tintes castaños y negros, en tu pelo claro o canoso. Por otra parte, la loción de remolacha y zanahoria, constituye una excelente [receta casera para reflejos rojizos del cabello](#), que dará a tu pelo esta tonalidad de manera natural.

Si tu pelo ha perdido el color, producto de los efectos del sol y otros agentes físicos y químicos, la [receta casera para recuperar el color del cabello](#), solucionará tu problema. También puedes [tintar el cabello con henna](#), con lo que tu pelo no sólo ganara color, sino además, brillo y volumen.

Este enjuague va oscureciendo ligeramente el cabello poco a poco, además lo fortalece y le da brillo.

Los ingredientes se consiguen en donde venden plantas secas medicinales.

Ingredientes:

- Hojas de guayaba
- Hojas de nogal
- Cascara de nuez
- Romero
- Vinagre de manzana

Forma de preparar:



- Se pone a hervir un litro de agua con dos cucharadas de hojas de guayaba, dos cucharadas de hojas de nogal, dos cucharadas de cascara de nuez y dos cucharadas de romero, se deja hervir a fuego lento durante media hora; debe hacerse en una olla de peltre o de acero inoxidable pero no de aluminio.
- Se deja reposar tapado durante dos días, entonces se cuela, se agregan dos cucharadas de vinagre de manzana o de vino tinto.

Forma de aplicar:

- Se usa como loción después de lavarse y enjuagarse el cabello.

Recomendaciones:

- El cocimiento que sobre se guarda en un frasco de vidrio en el refrigerador y cuando se termine se prepara otro igual. Si quiere hacer mayor cantidad, en lugar de un litro de agua, ponga dos litros con cuatro cucharadas de cada uno de los ingredientes.



Si quieres oscurecer tu pelo de forma natural y efectiva es con este remedio, aplícalo tres veces por semana y los resultados son muy buenos.

Ingredientes:

- Hojas de salvia.

Forma de aplicar:

- Se fricciona el cuero cabelludo con el jugo de las hojas.

Un tratamiento para oscurecer el cabello utilizando salvia y henna.

Se necesita ½ taza de salvia seca, ½ litro de agua, 1 cucharadita de clavos de especias molidas, 1 cucharada de henna, 2 cucharadas de té negro.

Se hierve la salvia en medio litro de agua y se deja macerar durante un día, luego se añaden los clavos de especias molidas, la henna y el té; se mezcla hasta unificar bien.

Para aplicarlo debes lavar tu cabellera y cuando todavía esté húmeda colocas esta crema y la dejas actuar por una hora, después se enjuaga con agua fría. **Se repite el tratamiento una vez por semana.**

Es importante recordar que **es un tratamiento casero** y por eso mismo necesita que seamos **constantes** y nos tomemos un tiempo para comenzar a ver los resultados. Pero si lo aplicas correctamente y durante un tiempo, sin dudas verás que tu pelo se irá oscureciendo.

Ahora sí, **los consejos que habíamos prometido**: para que tu cabello se mantenga oscuro por más tiempo tienes que lavártelo con **agua de nogal**. Para prepararla hierves las cáscaras de nogal negro en un litro de agua y enjuaga tu cabello con este líquido. Y puedes agregar cucharadas de café frío o vinagre de sidra en el agua del último aclarado.

TINTE NATURAL: usagena la comprar en el mercado la diluyes con agua y café molido la aplicas como tinte la dejas reposar 40 min. enjuagas y listo la gema proporciona brillo al cabello y es un tratamiento natural

Para Cambiar de forma permanente tu cabello aun tono más oscuro , debes utilizar hojas de nogal , se toman dos puñados de hojas de nogal se dejan hervir en un litro de agua después, te lo aplicas en el cabello, de 40 a 45 minutos. y listo .

Si quieres algo otra opción puedes comprar un producto que se llama Bigen, es natural, no contiene amoníaco y deja el cabello espectacular, se disuelve en agua las instrucciones aparecen en la caja y es duradero .

Espero que te sea de gran ayuda.

Como oscurecer el cabello castaño



Así como la manzanilla aclara el cabello rubio, tu puedes hacer que tu cabello castaño luzca mas oscuro. Pon a hervir por cinco minutos un puñado de hojas de romero frescas en agua. Vacía esta infusión en una botella con atomizador y guárdala en el refrigerador. Después rocíala sobre el cabello ya lavado y verás como poco a poco se oscurece. Al mismo tiempo que si quieres unos reflejos rojizos, rocía infusiones de té rojo.

Acondicionador de cabello casero Receta casera de acondicionador de cabello

Preparar un acondicionador de cabello en tu propio hogar es mucho más fácil de lo que creías. ¿O acaso imaginabas que ibas a poder hacer uno con nada más que un aguacate, aceite de oliva y huevo? Verás que sí y que puede darte muy buenos resultados, debido al alto contenido de vitaminas A y E que hay en él.



Los acondicionadores de cabello caseros pueden darte un gran resultado. Simplemente tienes que recurrir a ingredientes que pueden ser buenos para nutrir tu pelo y poner manos a la obra. Aquí tienes una receta más que sencilla y que aporta vitaminas A y E a tu cabellera. Inténtala.

Ingredientes:

- * Medio aguacate pelado y sin el hueso
- * Una cucharadita de aceite de oliva
- * Una yema de huevo

Preparación:

Coloca el aguacate en un recipiente (procura que esté maduro) y písallo con un tenedor hasta que se haga una pasta. Incorpora la yema de huevo y también la cucharadita de aceite de oliva. Remueve bien y sigue pisando hasta que la mezcla quede perfectamente integrada.

El paso siguiente será el de la aplicación. Como si fuera un enjuague, aplica con el pelo recién lavado, masajeando suavemente desde la raíz hasta las puntas. Luego lo dejas que actúe por 15 minutos y lo retiras con agua tibia.

Mi madre se lo obscurece hasta la fecha con gena natural, me cuenta que es lo mismo que usaba mi abuela, ambas tienen el cabello impecable.

Hola! mira, existe un champu y el balsamo capilar de Organogal. Estan elaborados a base de organo (cactus) y nogal, y oscurecen de forma natural el cabello q ha ido perdiendo su coloracion. Intensifica naturalmente el tono oscuro del cabello, y da brillo, volumen y sedosidad. Tambien cubre las canas. El balsamo tiene organo, nogal, provitamina B5 y aminoacidos de germen de trigo para proteger el cabello. El balsamo no se enjuaga, y actua en el cabello todo el dia (no deja sensacion grasa en absoluto) Ademas, como son productos 100% naturales no estropean el pelo.

PESTAÑAS

El primer tip es para tener pestañas más largas, mientras que el segundo para fortalecerlas. Aquí van.

Mezcla en un frasquito la misma cantidad de aceite de ricino, aceite de almendras dulces, aceite de oliva y aceite de aguacate (todos estos aceites puedes conseguirlos en alguna farmacia importante). Noche tras noche antes de irte a dormir **coloca una gota de este preparado sobre tus pestañas** (antes habiéndoles quitado el maquillaje), hazte un masaje cuidando que no ingrese a tus ojos y vete a dormir.

El otro preparado consiste en mezclar seis zanahorias, cuatro naranjas, dos cucharadas de polen de flores (que puedes conseguir en tiendas naturistas), una cucharada de nuez, una cucharada de piñones y una cucharada de miel. **Elabora un jugo con estos ingredientes y tómallo todas las mañanas durante dos meses.** Tus pestañas se verán más fuertes a raíz del aporte vitamínico que tiene este jugo.

Lo primero que tienen que hacer es lavarse las pestañas y no importa si se te caen, si te ves raro (a) da igual. Mira, vas a una farmacia y COMPRA ACEITE DE RICINO, sigue todos los pasos que te doy y en menos de un mes veras los resultados. "Zorry" si no te lo di más antes es porque tenía que probar si me resultaba pues no les voy a dar algo que no sirve ¿no creen? ..

PASOS :

1.- Lo primero que tienes que hacer es lavarte con agua caliente y sacarte todo los desechos. Si se te caen las pestañas o las cejas es por una causa (la cual tienes que eliminar) pero procura lavarte bien la raíz (el comienzo) ya que hay es donde está el problema por que si te das cuenta tu dices yo no tengo nada en las pestañas ¿por que se me caen? El problema es donde comienza la pestaña, si las tienes largas pero te ves raro es que no están pobladas ojala que me entiendas ..buf.. Mira, igual que las cejas todo lo que te digo que hagas en las pestañas hazlo en las cejas . OK

2.- Una vez que te hayas lavado bien pero bien las pestañas, usa el aceite de ricino mira se que estarás desesperado por utilizarlo pero te recomiendo que comiences en la noche. Es mejor ya que no se empolvaran ni nada.

3.- Cuando estés antes de dormir otra vez **pasa** un pequeño trapo húmedo de agua caliente y pasa por las pestañas . Procura estar frente a un espejo y mira usa un cepillo (bucal) nuevo que sea de cerdas suaves y frota durante 5 min. hasta que tus cejas estén empapadas de el aceite y échate a dormir. Procura que no te entre a los ojos .

4.- Mira haz lo mismo para las cejas (es lo mismo), procura que cuando te eches el aceite de ricino no las dejes tan empapadas procura que estén un poquito húmedas. El ACITE DE RICINO O ROSADO (es lo mismo) y vale (1 nuevo sol) así que úsalo durante 1 mes y comenzaras a ver los resultados. OK .

5.- Es para todo para que te crezcan las pestañas y para que se te poblen . También hace lo mismo por las cejas y mira a jakegyllenhaal en Internet y mira que ojos tiene y sus cejas así serán las tuyas. Si es de mujer te las depilas pues..jeje PERO RECUERDA QUE ES EN 1 MES TIENES QUE NOTAR LOS RESULTADOS .

6.- Procura tener cuidado pues si ves que te crecen las pestañas y no se te poblan es que las estas utilizando solamente desde a mitad de las pestañas para arriba, así solamente te crecerán no se te poblarán. Así que si quieres que se te poblen es echándote con un cepillo en la raíz de las pestañas pues hay es donde crecen no ..procura usar la uña de el dedo para

sacarte desechos de la raíz pues con mucho cuidado .. OK Haz lo mismo con las cejas (tengan cuidado).
lavacelinatambien ase crecer las pestañas..y funciona lo juro.. XD

Receta para hacer crecer las pestañas

Para hacer crecer las pestañas y las cejas.



1 cucharadita de ron
3 cucharaditas de aceite de ricino.

Aplica diariamente

Hazlo con un suave masaje para vivificar y fortalecer el párpado.

Luego cepilla las pestañas hacia, arriba para arquearlas

Fuente [enplenitud](#) [Imprimir el artículo](#)

Usen lo siguiente chicas les funcionara:

1)laven sus pestañas con agua delicadamente diariamente.

2)apliquen en la raiz de las pestañas y en ellas aceite de ricino todas las noches en las de arriba y abajo.

LES FUNCIONARA garnatizadisimoo yo ya las tengp hermosas y antes eran pequeñas y feas.

No abusen de estos ingredientes pues puede tener mucha lubricacion el folículo de la pestaña e impedir el crecimiento

Receta casera para hacer crecer las pestañas



Es importante saber que al igual que la piel, las pestañas deber ser humectadas e hidratadas, las recetas caseras para hacer crecer las pestañas y que salgan mas gruesas, son:

- a) Aceite de Ricino
- b) Vaselina liquida

Se aplica con un pincel de pestañas antes de dormir, dejar que absorba un tiempo (5 minutos).

Cuanto tiempo?

Se debe ser constante, se debe aplicar en lo posible todos los dias.

La profesional Gina Morano, nos explica y muestra como colocar la mascara para pestañas luego de aplicar el rizador de pestañas.

Una excelente mascarilla puedes confeccionarla con [limón](#), azúcar y [miel](#). Verás que es uno de los mejores remedios caseros contra los barros. Mezcla el zumo de un limón, dos cucharadas de azúcar y una de miel. La colocas sobre el cutis y la dejas actuar por lo menos 15 minutos. Luego la retiras con un poco de agua. Las propiedades [exfoliantes](#) de los contenidos de la mascarilla harán que los barros se vayan rápidamente.

Hay una gran cantidad de [aceites esenciales](#) que son maravillosos remedios naturales contra los barros. Lo mejor que puedes hacer es utilizarlos diluidos en agua, ya que sus concentraciones suelen ser bastante importantes y pueden terminar jugando un rol perjudicial para lo que quieres combatir. Emplea contra los barros, por ejemplo, aceite esencial de lavanda, que es muy bueno para ese fin.

Es importante también que tengas una alimentación baja en grasas si tienes propensión a contraer barros. Elimina las comidas demasiado condimentadas y fuertes, los [chocolates](#), las frituras y los [embutidos](#). Límpiate la cara con jabón neutro y evita las cremas que solamente lograrán que tu cutis se vea mucho más [graso](#). Los [remedios caseros contra las espinillas](#), [contra el acné](#) y [para los granos](#), también te ayudarán a eliminar los barros de tu cara.

¿Has intentado alguna vez con [limón](#) y perejil como uno de los excelentes y más eficaces remedios caseros para las manchas de la cara? Bueno, pues hazlo si no lo has puesto en práctica. Lo mejor que puedes hacer es combinarlos en una [mascarilla](#). Pon dos cucharadas de perejil picado, el zumo de un limón y una cucharada de azúcar. No sólo será un perfecto [exfoliante](#), sino que las [propiedades tanto del limón como del perejil](#) harán que las manchas vayan perdiendo su color.

Como con casi todos los trastornos que tienen relación con el cutis, nada mejor que la [zanahoria](#). Es que es uno de los mejores remedios naturales para manchas en la cara. La gran cantidad de nutrientes beneficiosos para la piel que este vegetal posee, harán que derrote drásticamente a las manchas del rostro. Puedes hacer una mascarilla con una zanahoria mediana, un chorro de [aceite de oliva](#) y dos cucharadas de [yogur](#) para darle consistencia. Pon todos los ingredientes a licuar hasta que tome la forma adecuada y luego aplica sobre tu cara a diario este preparado. Observarás como las manchas van desapareciendo gradualmente.

Afortunadamente, existe una gran variedad de [remedios naturales para las manchas de la piel](#). Muchos de estos [remedios caseros para eliminar las manchas de la piel](#) son, especialmente útiles, para los problemas de [hiperpigmentación de la piel](#).

Propiedades del hinojo para hacer crecer el busto

Beneficios del hinojo para el crecimiento de los senos

El hinojo es rico en flavonoides que estimulan la secreción de estrógenos, de allí que su consumo en forma de infusión, pueda favorecer el crecimiento de los senos, a partir de la formación de células nuevas, a nivel del busto. Por

otra parte, no tiene reacciones adversas ni contraindicaciones, en condiciones normales, por lo que si deseas agrandar tus pechos, una tisana de esta planta puede ser la mejor opción.

Las [propiedades del hinojo](#) y sus beneficios sobre la salud son múltiples. Entre los más importantes efectos que produce, cabe destacar sus capacidades antimicrobianas y antipiréticas, como así también, su poder diurético, digestivo, colerético y analgésico.

Además, debido a su alto contenido en flavonoides, tiene efectos estrogénicos por lo que ha sido empleado para estimular el flujo de leche materna. Esta es la razón por la que si se lo consume con cierta frecuencia, cabe esperar un aumento del tejido mamario, con el consiguiente crecimiento del tamaño de los senos.

La dosis recomendada es de 5 a 7 gramos de semillas al día, equivalentes a 2 o 3 infusiones diarias.

Infusión de hinojo

Ingredientes

- semillas de hinojo, 1/2 cda
- agua, 1 taza

Preparación

- Hierve las semillas en el agua en recipiente tapado, durante 10 a 15 minutos.
- Deja enfriar y cuela la preparación.

Advertencia: Debido a su actividad estrogénica, no debe ser ingerido por personas que padezcan cánceres dependientes de estrógenos.

[cómo eliminar el vello facial](#) el usuario elmonxito dejó una interesante serie donde recopiló 42 trucos diferentes para resolver dicho problema. Así es como hemos tomado tan sólo uno que puede llegar a resultarles para ese inconveniente estético y lo compartimos con ustedes.

Ingredientes:

- Una cucharada de bicarbonato de sodio
- Una cucharada de zumo de [limón](#)
- Tres gotas de vinagre

Preparación:

Para realizar este preparado, simplemente hay que **tomar todos los ingredientes y mezclarlos** dentro de un recipiente hasta que queden perfectamente integrados.

Luego hay que aplicar en el rostro (en el hilo advierten que incluso sirve para las axilas) y, sobre todo, **tener constancia**. Según se señala, este truco lleva su tiempo y hay que tener paciencia, pero el vello se va debilitando hasta caerse y desaparecer.

Y tú... ¿Has probado algún truco casero para el vello facial? ¿Sabes de alguno que de buen resultado? ¿Quieres contarnos tu experiencia? Pues entonces no tienes más que ingresar al hilo del foro dedicado a [cómo eliminar el vello facial](#) y dejarnos tu mensaje.

Una de las maneras más efectivas para combatir los párpados inflamados es con una [infusión de manzanilla](#). Esta hierba es ideal para las inflamaciones oculares. Así que no dudes en preparar una buena tisana y ponerla a congelar en un recipiente para hacer hielo. Cuando esté lista, no tienes más que tomar uno de los cubos de hielo hechos en base a manzanilla y aplicarlo directamente sobre los párpados para que la inflamación ceda.

También la [patata](#) es muy efectiva para luchar contra los párpados inflamados. Simplemente tienes que rallarla, meterla en el refrigerador y aplicarla sobre los ojos. Verás que al poco tiempo la inflamación va cediendo y tus ojos empiezan a recobrar el aspecto que tu deseas que tuvieran siempre. Trata de descansar bien y relajar los [músculos de tu rostro](#), también, para que la [inflamación](#) de tus párpados no sea tan grave. Muchas veces, sólo hace falta un poco de tranquilidad. Por otra parte, el [tratamiento cosmético para luchar contra las ojeras](#) y los [ejercicios para los párpados](#) pueden ser otros recursos útiles para combatir los párpados inflamados.

Loción para pestañas

Receta casera de loción para embellecer las pestañas

¿A quién no le gusta ver sus pestañas hermosas y siempre en perfecta forma? Pues a casi todos. Por eso mismo, este truco puede venirte de maravillas. Verás que no es para nada difícil de preparar y que lo puedes hacer con ingredientes que no son complicados de conseguir. Aquí tienes la receta.

Te gustaría tener tus pestañas suaves y bellas? Pues entonces este truco casero es para ti. Esta es una loción de fácil fabricación y uso. Además, está integrada por elementos que siempre tienes al alcance de tu mano. **Aquí tienes la receta.**

Ingredientes:

- Dos cucharadas de aceite de ricino
- Una cucharada de ron

Preparación:

Debes comenzar simplemente mezclando ambos ingredientes perfectamente hasta que queden integrados. Luego no tendrás más que aplicar con un cepillo o un algodón bien sobre las pestañas. Lo ideal es hacerlo antes de ir a dormir, sin necesidad de enjuagartelo antes. **Por supuesto, debes cuidar que no te toque los ojos, ya que puede hacerte mal.**

Uno de los trucos más interesantes para aquellas personas que tienen pestañas cortas es frotarlas diariamente con [aceite de oliva](#). Esto hace que parezcan mucho más largas y abundantes que de costumbre, dando a tu rostro un aspecto claramente diferente.

Para aquellas personas que no tengan tiempo de depilarse prolijamente y alisarse las cejas, aquí va un interesante truco: **coloca un poco de crema hidratante en un extremo de las cejas y alísalas, dándole mucho más fácilmente la forma que tu requieras.**

Si vas a depilarte las cejas para darles forma, no debes olvidarte que **lo más recomendable es hacerlo con la pinza de depilar**. Un tijeretazo esquivo puede dejarte las cejas lejos de la forma en que tu deseas.

- Dos cucharadas de bicarbonato sódico
- Dos cucharadas de sal marina
- Dos cucharadas de ralladura de [limón](#)

Preparación:

Coloca en un cuenco todos los ingredientes y añádele un poco de agua lentamente, a medida que vas mezclando y que tome la consistencia de una pasta, ni demasiado líquida ni muy espesa.

El paso siguiente será el de aplicar el cepillado. Emplea un poco de la pasta y cepíllate diariamente con este preparado. **De todos modos, no abuses de ella, porque el bicarbonato tiene tendencia a dañar el esmalte de los dientes.**

Los dientes son una de las partes del rostro que más expuesta está, hacia las personas con las que tratamos a diario. **Es lo más natural del mundo, ya que cada vez que hablamos tenemos que abrir nuestra boca y, por ende, enseñar nuestros dientes**. Por eso mismo, no es lo más agradable tener que verlos amarillentos. Así es como te proponemos una interesante receta para tratar este problema.

Ingredientes:

- Pulpa de [aloe vera](#) (sábila)
- Gotas de agua oxigenada
- Una cucharadita de bicarbonato de sodio

Preparación:

Los ingredientes que componen este preparado son todos ideales e indicados como naturales para blanquear los dientes. **Por eso mismo, la combinatoria entre ellos puede resultar maravillosa.** Simplemente debes extraer la pulpa del aloe vera y colocarlo en un recipiente, triturrándolo bien con un tenedor y añadiendo algunas gotas de agua oxigenada y una cucharadita de bicarbonato de sodio, mezclando todo hasta que quede perfectamente amalgamado.

Luego simplemente tienes que cepillar tus dientes empleando esta pasta. Lo ideal es que lo hagas al menos una vez al día para que tenga mayor efectividad. **Tampoco esperes que de un día para el otro tus dientes luzcan blancos, pero sí con el uso continuado.** Tan sólo es cuestión de intentarlo en tu propio hogar.

guacate (*Persea americana*). Rico en vitaminas A y E, así como en aceites naturales y proteínas, es un acondicionador perfecto para todo tipo de cabello. Tiene poderoso efecto nutriente que lo vuelve especialmente idóneo para la reparación de melenas con problemas de resequedad.

Algas. Hay muchas especies de plantas marinas, y casi siempre se emplean en combinación para obtener sus beneficios en conjunto; en general son muy nutritivas porque son importante fuente de yodo, calcio, magnesio, complejo B y vitaminas D y E. Las de color café activan la circulación en el cuero cabelludo y las rojas ofrecen minerales, las azules tienen antioxidantes (sustancias que previenen el envejecimiento celular), en tanto que los líquenes, que son otro tipo de algas, protegen la piel sensible y ayudan a cicatrizar pequeñas heridas. Una vez procesadas y mezcladas forman un líquido color pardo que humecta y nutre al cabello, con lo que crece más espeso y brillante.

Almendras dulces (*Prunusdulcis*). El aceite obtenido de estos frutos secos es poderoso humectante y fuente de nutrientes para el cabello (complejo B, vitamina E y minerales como magnesio, fósforo, potasio y zinc), por lo que le da brillo y suavidad, además de que lo hace muy manejable. Asimismo, es empleado en tratamientos para eliminar la resequedad.

Cacahuanache (*Liceneaarborea*). Muy utilizado en tiempos recientes, este vegetal nutre, fortifica y estimula los folículos pilosos; su uso continuo da como resultado una cabellera con cuerpo, abundante, fuerte, sedosa y brillante. También previene la calvicie, caspa y seborrea, debido a que regula la secreción sebácea.

Cactus (*Corryocactusbrevistylus*). Del tallo de esta planta del desierto se obtiene un líquido que sirve para lavar el cabello e, incluso, a decir de algunos entusiastas usuarios, favorece su crecimiento. También es empleado con otros ingredientes en fórmulas para disminuir la caída del cabello, caspa y seborrea.

Caléndula (*Caléndula officinalis*). La caléndula es una planta que ayuda a resaltar el color de la melena, sea ésta clara, castaña u oscura, y elimina los restos de cloro y sal que suelen acumularse con el lavado diario. Además, nutre y fortalece los folículos pilosos (glándulas que generan los cabellos), y ayuda a revertir los daños generados por la contaminación.

Castaño (*Castanea sativa*). La infusión obtenida de sus hojas y de las cáscaras de los frutos (castañas) se emplea para dar reflejos cobrizos en las melenas rubias; antiguamente estos mismos elementos se trituraban para crear una pasta que se aplicaba directamente en recién nacidos para aumentar la cantidad de cabello.

Ciprés (*Cupressussempervirens*). Con su piña o nuez se elabora un extracto que oculta las canas de manera discreta. Como tónico capilar es muy suave y estimula el crecimiento de la melena, a la vez que frena la caída del cabello masculino.

Cola de caballo (*Equisetum arvense*). Fortalece y detiene la pérdida de la cabellera, además de que es auxiliar en el combate de la caspa. También sirve para prevenir la orzuela (puntas abiertas) del cabello y regenerar una melena maltratada, ya que posee ácido silícico, sustancia muy importante para su constitución.

Chile (*Capsicumbaccatum*). Muy útil para cabello delgado, frágil o débil, ya que su pulpa fortalece, nutre y vitamina al cabello desde la raíz, dándole sedosidad, brillo y cuerpo. También estimula la circulación en el cuero cabelludo, por lo que se emplea en muchas ocasiones para prevenir y combatir la calvicie.

Flor de sauco (*Sambucus mexicana*). Es un arbusto o árbol pequeño de cuyas flores y hojas se obtienen sustancias con poder desinfectante y limpiador que ayudan, junto con otras plantas, a combatir problemas de caspa y caída del cabello.

Gingseng (*Panaxginseng*). Esta raíz originaria de China y Corea contiene vitaminas B1 y B2, saponinas, glucósidos y aceites esenciales, por lo que limpia, actúa como estimulante del cuero cabelludo y aumenta el grosor del cabello. Además, tiene elevado poder de renovación celular, por lo que devuelve al cuero cabelludo su elasticidad y tonicidad.

Ginkgo (*Ginkgo biloba*). Los principios activos de sus hojas favorecen la microcirculación sanguínea a nivel del cuero cabelludo y de los folículos pilosos, por lo que ayudan a mantener un cabello sano y a prevenir la calvicie. También protegen del ataque de elementos dañinos, por lo que disminuye la incidencia de canas.

Hamamelis (*Hamamelis virginiana*). Es un árbol pequeño parecido al avellano cuyo extracto estimula a los folículos y nutre el cabello desde la raíz. Perfuma la melena y la protege de las agresiones generadas por contaminantes y polvo. También ayuda a tratar cuero cabelludo graso.

Henna (*Lawsoniainermis*). Es una planta de flores blancas, pequeñas y olorosas que crece en climas cálidos. Con sus hojas secas se crea un polvo fino que se utiliza para teñir y dar brillo a la cabellera, con la ventaja de que no produce reacciones alérgicas o secundarias y penetra con facilidad en el cabello.

Hiedra (*hederahelix*). La infusión de sus hojas es muy útil para ocultar canas y oscurecer el cabello. Esta planta debe utilizarse con cautela, ya que posee sustancias tóxicas; no en vano, su savia se utiliza desde tiempos antiguos contra los piojos.

Jitomate (*Licopersicumesculentum*). Es un fruto con el que se elaboran shampoo, mascarillas y jabones que proporcionan nutrientes y vitaminas al cabello, dejándolo suave y manejable. También favorece la caída de células muertas del cuero cabelludo, y es ideal para el mantenimiento de melenas onduladas.

Jojoba (*Simmondsiachinensis*). De la semilla de este árbol se obtiene un aceite rico en ceramidas, que son sustancias muy parecidas a las que dan cuerpo y estructura tanto al cabello como a la piel; por ello, su uso permite profunda hidratación y nutrición capilar y del cuero cabelludo. Asimismo, posee ácido linoléico, que contribuye a regular la generación de grasa, y vitamina E, que elimina los radicales libres responsables de envejecimiento prematuro.

Kiwi (*Actinia chinensis*). Este fruto posee alto poder humectante y brinda agradable frescura; es muy útil para eliminar el exceso de grasa en el cuero cabelludo y ayuda a eliminar de él las células muertas.

Lechuguilla (*Agave lechuguilla*). Es una planta que crece en regiones áridas de la República Mexicana y que ha sido utilizada por pueblos indígenas desde hace siglos para lavar el cabello. Estudios recientes han demostrado que el xhite o pulpa posee saponinas, compuestos con actividad detergente mas no agresiva.

Limón (*Citrus limonum*). El jugo de este fruto es muy útil para luchar contra el exceso de secreciones sebáceas; también se sabe que posee la facultad de aclarar el color del cabello y darle brillo. Si desea utilizarse de manera casera, la proporción para diluirlo es 1/3 de jugo por 2/3 de agua.

Manzanilla (*Matricaria chamomilla*). Se trata de una planta muy útil para suavizar y limpiar el cabello, a la vez que ayuda a mantener un tono rubio o claro; combate la sequedad del cuero cabelludo, equilibra la producción de grasa y previene la aparición de caspa. Es muy utilizada en la industria cosmética y es tan suave que puede ser aplicada a niños y recién nacidos.

Menta (*Menthapiperita*). Restablece el nivel de ácidos naturales que se deteriora con el uso del shampoo comercial, y ofrece delicada y profunda limpieza que remueve la grasa sin estropear al cabello. También vigoriza los folículos y brinda ligera frescura.

Naranja (*Citrus vulgaris*). El extracto de sus flores posee efecto astringente, es decir, limpia a profundidad el cabello, con lo que ayuda a eliminar el exceso de grasa. Se suele mezclar con otros aceites para contrarrestar la formación de caspa; también ayuda a reducir irritación y enrojecimiento en el cuero cabelludo. El jugo de su fruta, la naranja, ayuda a controlar el exceso de grasa.

Nogal (*Juglans regia*). Las hojas de este árbol se han empleado desde hace mucho tiempo en la elaboración de tinturas naturales para cubrir canas, ante todo porque no son un elemento agresivo para el cuero cabelludo. De su fruto, la nuez, se obtienen extractos vegetales que fortalecen la raíz capilar, evitando la caída del cabello.

Nopal (*Opuntia ficus indica*). Se aconseja su uso diario para cabelleras maltratada, resacas o teñidas; revive el brillo perdido y logra una aclaración suave y natural. Fortalece la raíz del cabello, promueve el crecimiento capilar y se ha observado que en ocasiones combate caspa y seborrea.

Ortiga (*Urtica dioica*). El extracto de las hojas de este vegetal aumenta la circulación de sangre en el cuero cabelludo, con lo que se fortalecen tanto al cabello como los folículos; además, realiza profunda limpieza y contribuye con sus propiedades estimulantes y regeneradoras a frenar la caída del cabello.

Papaya (*Carica papaya*). Es un fruto originario de las zonas tropicales del continente americano; sus semillas y cáscara poseen papaína, sustancia que se emplea para suavizar, hidratar y regenerar al cuero cabelludo, sobre todo en pieles muy sensibles o delicadas; también es benéfica para melenas maltratadas, resacas o sin cuerpo.

Romero (*Rosmatynumofficinalis*). Revitaliza el cuero cabelludo a la vez que estimula y fortalece el crecimiento capilar. Junto con otras plantas es auxiliar en casos de seborrea o caspa y para prevenir la calvicie. Asimismo, limpia a profundidad y elimina liendres (huevecillos de los piojos).

Rosas (*Rosa gallica L.*). El aceite obtenido de los pétalos y estambres de esta flor es de color amarillo verdoso, pálido y de olor muy intenso y aromático; sirve para tratar al cuero cabelludo cuando está seco y genera comezón. También aromatiza la cabellera y le da sedosidad.

Sábila (*Aloe vera*). La pulpa de esta planta del desierto es rica en aminoácidos, minerales, vitaminas, enzimas, proteínas y polisacáridos que humectan y nutren tanto al cabello como al cuero cabelludo; también posee aloína, sustancia que revitaliza al cabello tornándolo más flexible, reluciente, dócil y resistente. Es ideal para el tratamiento de melenas delgadas, quebradizas o maltratadas.

Salvia Europea (*Salvia officinalis*). Es una de las mejores plantas para oscurecer y tonificar el cabello; también estimula su crecimiento y ayuda a mantenerlo sano. En combinación con otras plantas, como romero o cola de caballo, sirve para elaborar remedios contra la caspa.

Sangre de grado (*Jatropha dioica*). La savia roja de este arbusto que crece en el norte de México tiene la capacidad de fortalecer desde la raíz hasta la punta, por lo que su infusión se emplea para nutrir y evitar la caída del cabello; también es auxiliar en el combate a la caspa, y oscurece ligeramente la melena.

Saponaria (*Saponaria officinalis*). Extractos de hojas y raíces de esta planta se emplean sobre todo para elaborar shampoos y enjuagues; tiene la cualidad de limpiar perfectamente la piel, por lo que contribuye a erradicar padecimientos del cuero cabelludo como psoriasis y eccema. También fortalece al cabello.

Té chino (*Camelliasinensis*). El uso continuo de su infusión oscurece el cabello progresivamente a la vez que evita su caída. También contiene vitamina B2, nutriente que ayuda a mantener sano al cuero cabelludo.

Trigo (*Triticumsativum*). El germen de trigo es rico en vitamina E, con lo que el cabello y cuero cabelludo logran contrarrestar los efectos de la contaminación ambiental, rayos solares y dieta inadecuada. Mezclado con otros elementos, como yogurt y miel, y debido a su poder antioxidante, previene la aparición de canas.

Tomillo (*Thymusvulgaris*). La infusión de tomillo es muy eficaz en casos de caspa, ya que posee propiedades antisépticas y antibacterianas que imposibilitan el desarrollo de microorganismos. Es útil también para reforzar la limpieza habitual de la melena.

Ylangylang (*Cananga odorata*). Es una planta proveniente del extremo Oriente, posiblemente de la Isla de Java; de sus flores se obtiene un extracto que regula las secreciones sebáceas y ayuda a regenerar las células del cuero cabelludo; en combinación con el cedro disminuye la caída de cabello y le otorga especial brillo y vitalidad.

Como puede observarse, la variedad que nos ofrece la naturaleza es enorme y brinda una o varias soluciones al mismo problema. Sólo resta mencionar que cualquier tratamiento con plantas que genere irritación o reacción alérgica, sea adquirido en un establecimiento o preparado en casa, debe suspenderse; toda reacción adversa requiere consulta médica.