



PROPIEDADES DE EXTRACTOS NATURALES

ARGAN:

Propiedades del aceite de argán en la cosmética: Este aceite es originario de marruecos. Es posible que el **aceite de argán** sea el mejor que existe en la cosmética por sus propiedades hidratantes, suavizantes y regeneradoras de la piel. Es capaz de prevenir el envejecimiento y de luchar contra el acné leve. Como hemos visto, el argán es muy versátil y tiene una diversidad de aplicaciones, por lo que vamos a ver algunas más en detalle.

Al igual que la Rosa Mosqueta, **el aceite de argán es un principio activo muy versátil**. Se puede aplicar tanto sobre la cara, como en el cuerpo y el cabello. Cuando se utiliza con fines cosméticos, se debe obtener mediante prensado en frío, y no se tuesta para que no pierda sus propiedades. Vamos a verlas más en detalle.

En la cara

- **Es hidratante.** Los ácidos grasos insaturados son responsables de conservar la estructura celular para retener el agua. El argán es rico en estos ácidos grasos, que mantendrán una hidratación óptima.
- **Nutre intensamente.** La elevada presencia de vitaminas antioxidantes como las vitaminas C o E, también conocida como tocoferol, y otros nutrientes esenciales, cuidan las diferentes capas del cutis. Además, como son antioxidantes, **neutralizan los radicales libres** y evitan su formación si te lo aplicas diariamente.
- **Es un potente anti edad y regenerador.** La acción antioxidante de las vitaminas ayuda a restaurar el metabolismo natural, reduciendo las arrugas, mejorando el estado de la piel y conservándola suave y tersa.
- **Penetra fácilmente y no obstruye los poros,** actuando en las capas más internas.
- **Los dermatólogos lo recomiendan** para tratar el acné leve, la psoriasis y otro tipo de problemas relacionados con la piel. Aun así, antes de comenzar cualquier tratamiento de este tipo, es aconsejable que acudas a un profesional para que marque las pautas del mismo.
- Si tenemos un cosmético con aceite de argán puro o en combinación con otros, un modo de disfrutar de sus propiedades consiste en extender unas gotas sobre la piel. Para ello, utilizaremos el cuentagotas o el dosificador que viene el envase y **depositaremos sobre la yema de los dedos unas gotas.** Después, **impregnaremos nuestra cara con los aceites realizando suaves masajes circulares** y evitando la zona del contorno de ojos. Los masajes sobre la cara los debes hacer en forma de círculos pequeños desde la barbilla, y vas subiendo poco a poco hasta los pómulos. Después colocas los dedos sobre el centro



de la frente, y realizas los mismos movimientos hacia el exterior. El proceso habrá terminado cuando la cara haya absorbido todo el aceite de argán. En el caso de tener acné leve, depositar una pizca del cosmético sobre cada grano, y darle leves golpecitos con la yema del dedo índice hasta su completa absorción.

Aplicación con una crema

Otra forma de dar un buen uso al aceite de argán, sobre todo en pieles secas, es **depositar unas gotitas sobre la crema o el cremigel** que uses a diario en tu rutina facial. Así obtendremos un ungüento mucho más nutritivo y mejoraremos considerablemente la hidratación. Esto es posible gracias a la presencia de vitamina E (o tocoferol), que es un potente antioxidante que combate los radicales libres, además de ácidos grasos insaturados y polifenoles esenciales para la vida. Como resultado **obtendremos una piel suave y prevenida frente al envejecimiento prematuro**, aunque también depende de la calidad de los cosméticos en cuestión que uses como apoyo. **Este procedimiento se tiene que repetir cada día**, pues si no, no obtendremos los resultados deseados. Esto es como el gimnasio: hay que mantener una constancia para que el producto consiga hacer efecto. Finalmente, existen productos para la cara que ya incorporan el aceite de argán, por lo que puede no ser necesario añadir el extracto oleoso en cuestión, pero hay que saber dónde comprarlo. Aun así, si tu piel es muy seca o incluso sensible, puede resultar conveniente para darle un plus a la crema y mejorar su efecto anti edad.

En el cuerpo

- El aceite de argán también se usa en cosmética corporal. Una de sus principales aplicaciones consiste en su extensión por las estrías, porque se ha visto que puede reducirlas.
- **Produce un efecto de relajación** en las quemaduras superficiales de la piel gracias a su efecto cicatrizante. Muchos masajistas adoran este aceite porque la hidrata, nutre y suaviza.
- Las embarazadas aplican aceite de argán durante el embarazo para calmar las estrías.
- Fortalece las uñas débiles con tendencia a quebrarse.

En el pelo

En tratamientos capilares, la cosmética con **aceite de argán** aporta brillo y fortaleza al cuero cabelludo, lo hidrata y como resultado se obtiene un cabello con el volumen ideal. El pelo es uno de los beneficiados cuando el **aceite de argán** está presente. Existe una gran cantidad de productos basados en el Oro líquido de Marruecos, cuya función es dejar un cabello suave y



sedoso. Además, combate el encrespamiento, el aspecto deshilachado y lo alisa desde las raíces hasta las puntas. El aceite de [argán](#) también está revolucionando el mercado capilar.

Puedes encontrar más información en la sección [aceite de argán para el pelo](#), donde encontrarás un truco fantástico para dejar tu cabello liso en poco tiempo utilizando el argán como remedio natural.

Aprenderás como usarlo:

1. Antes que nada, **poner una toalla húmeda a calentar**. Cuando ya esté a punto, **coge tu aceite y aplícalo sobre todo el cabello** hasta que penetre del todo, haciendo hincapié en el cuero cabelludo, en las raíces y en las puntas, sobre todo si éstas tienden a quebrarse.
2. **Masajea la cabeza un buen rato** hasta que esté toda bien impregnada. Después, coge la toalla anterior y envuelve todo el pelo sin retirar el aceite. Deja que actúe durante al menos media hora.
3. Hay que evitar que el cabello quede graso, pues el exceso no es bueno para su salud, y tampoco deja un buen aspecto. Por lo tanto, **retira la toalla, péinate (verás como no cuesta nada) y pasa a la ducha**. Lávatelo con tu champú normal y asegúrate de que has retirado todo el exceso.
4. Después aplica un suavizante y listo.
5. Siguiendo este pequeño proceso un par de veces a la semana, **obtendremos un pelo hidratado, resistente a la caída y con las raíces reforzadas**.