

Al rescate de tus labios

por el GABINETE DE DIDÁCTICA DEL JARDÍN BOTÁNICO DE LA UV

Fácil, sencilla y rápida, una propuesta para hacer una actividad sugerente y conveniente después de un invierno muy frío en el que no hemos parado de buscar remedio para los labios agrietados. Los labios son una de las partes de nuestro cuerpo que más sufren cuando están expuestas a las diferentes temperaturas exteriores. A consecuencia de la sequedad sufren cortes y descamación. Igual que las hojas de las plantas, los labios necesitan combatir el frío, y para hacerlo el mejor remedio es recubrirlos con un aislante. Hay aislantes naturales en los seres vivos: la grasa y la cera. En el caso de las plantas la solución la encontramos en la capa exterior de las hojas: la cutina, una sustancia impermeable que se encuentra en la cutícula de las hojas y frutos de los vegetales. La función de esta enorme molécula de lípidos es proteger, una estrategia de las plantas terrestres para evitar la desecación y que también actúa como barrera para evitar la entrada de hongos y bacterias. La manteca de karité, la manteca de cacao y la cera de abejas, así como el aceite de almendra, se utilizan a menudo en la elaboración de cremas o bálsamos hidratantes gracias a sus propiedades.

La cera y el aceite son los compuestos que mejor impermeabilizan, y con estos ingredientes hemos preparado un bálsamo labial muy sencillo y rápido de hacer. Además añadimos un aceite que se obtiene de una de las plantas conocidas y utilizadas por el hombre desde antiguo. Hablamos del aceite de cártamo, un aceite que se extrae de *Carthamus tinctorius*, planta conocida como azafrán borde o alazor, que, como los cardos, las margaritas o los girasoles, pertenece a la familia de las asteráceas. Hoy en día no se utiliza tanto como antes, pero se han encontrado restos de estas plantas en yacimientos del antiguo Egipto, tanto en las tumbas de faraones como Tutankamon, como en tejidos teñidos por esta planta. Descrita por Linneo en 1753 en el libro *Species Plantarum*, le dio un nombre derivado del árabe *jartum*, que significa “tinte”. Además, en el siglo XIX la planta se conocía como cartamina, que es el pigmento rojo natural derivado del cártamo.

El cultivo actual de cártamo está destinado a la obtención de aceite a partir de las semillas, y los mayores productores de esta planta son México y la India. El aceite que se extrae se usa para elaborar margarinas vegetales, pero también puede utilizarse para aliñar

«La cera y el aceite son los compuestos que mejor impermeabilizan, y con estos ingredientes hemos preparado un bálsamo labial muy sencillo y rápido de hacer»





Para la elaboración del bálsamo labial necesitaremos: (1) manteca de cacao, (2) cera de abejas, (3) manteca de karité, (4) aceite de almendra y aceite de cártamo. Opcionalmente, podemos añadir unas gotas de aceite esencial y de vitamina E.

ensaladas. Es un aceite similar al de girasol, y que además tiene propiedades que lo hacen adecuado para eliminar las pielecillas que aparecen en los labios deshidratados por el frío. Por eso lo hemos incluido en la preparación de este bálsamo labial.

Materiales

- Balanza
- Recipiente de vidrio apto para el microondas
- Cuchara de madera
- Bote de vidrio (se puede reutilizar uno de crema, de mermelada, de conserva...) o barra de labios vacía

Ingredientes

- 12 g de manteca de karité
- 6 g de cera de abejas
- 6 g de manteca de cacao
- 4 g de aceite de cártamo
- 2 g de aceite de almendra
- 2 gotas de aceite esencial (opcional)
- 2 gotas de vitamina E líquida (opcional)

Procedimiento

Ponemos en una balanza un recipiente apto para el microondas y medimos con tara. Una vez la balanza marque cero ya podemos empezar a añadir los diferentes ingredientes, comprobando que el peso sea el correspondiente. Por eso indicamos las unidades en gramos, para facilitar la tarea al añadir los líquidos. Añadimos todos los ingredientes excepto el aceite esencial y la vitamina E.

Cuando todos los ingredientes estén dentro del recipiente lo ponemos en el microondas. Como hay

«El aceite de cártamo es un aceite similar al de girasol, y que además tiene propiedades que lo hacen adecuado para eliminar las pielecillas que aparecen en los labios deshidratados por el frío»

tanta variedad de modelos de este electrodoméstico, siempre recomendamos empezar con temperaturas medias y períodos cortos, e ir mirando y removiendo con la cuchara de madera hasta obtener una mezcla semisólida y untuosa.

Una vez disuelta la mezcla podemos añadir el aceite esencial y la vitamina E. Estos dos ingredientes son opcionales. El primero sirve para dar aroma y el segundo es un conservante. Este conservante puede utilizarse en la elaboración de cualquier otro tipo de cremas.

A continuación ponemos la mezcla en otro bote y lo dejamos en la nevera para que tome una consistencia más sólida. También podemos llenar un pintalabios vacío o cualquier otro tipo de recipiente que facilite la utilización de este bálsamo. Como la elaboración es muy sencilla, lo mejor es hacer poca cantidad, repetir la actividad siempre que haga falta... ¡y dejar que vuestros labios brillen! ☺

El Gabinete de Didáctica del Jardín Botánico de la Universitat de València está compuesto por M^a José Carrau, Pepa Rey y Olga Ibáñez.