

Ungüentos y Bálsamos Caseros: Preparación de Remedios Tópicos

Autor: EA4IPV

Fecha: 23/03/2026

Categoría: Remedios Naturales

Etiquetas: Sin etiquetas

Ungüentos y Bálsamos Caseros: Preparación de Remedios Tópicos

Los ungüentos y bálsamos son preparaciones semisólidas de base grasa diseñadas para aplicación tópica, que permiten concentrar principios activos vegetales en una forma estable y de fácil aplicación sobre la piel. A diferencia de las infusiones o tinturas, los ungüentos proporcionan una barrera protectora, mantienen el contacto prolongado del principio activo con la piel y pueden conservarse durante meses sin refrigeración. Dominar su preparación permite crear un botiquín tópico completo con recursos naturales: desde cicatrizantes y antiinflamatorios hasta repelentes de insectos y protectores labiales.

Bases para ungüentos

La base grasa del ungüento determina su textura, penetración y conservación. Las tres bases más prácticas en situación de autonomía:

Base

Propiedades

Punto de fusión

Conservación

Aceite de oliva + cera de abejas

Emoliente, protectora, permite respirar a la piel

Cera: 62-65°C

6-12 meses sin refrigeración

Manteca de cerdo (saín)

Excelente penetración, muy oclusiva

36-40°C

3-6 meses refrigerado, 1-2 meses a temperatura ambiente

Vaselina (petrolato)

Máxima oclusividad, protección de barrera

36-60°C

Años (no se enrancia)

Aceite de coco

Antimicrobiano natural (ácido láurico), hidratante

24-26°C

12-18 meses sin refrigeración

Ungüento básico de aceite de oliva y cera de abejas

Esta es la receta base más versátil. Dominándola, se puede crear cualquier ungüento medicinal simplemente cambiando las hierbas infusionadas:

Proporción estándar: Por cada 250 ml de aceite de oliva infusionado con hierbas, añadir 30 g de cera de abejas rallada. Para clima cálido, aumentar a 35-40 g de cera (más firme). Para clima frío, reducir a 25 g (más suave). Ratio aproximado: 1 parte de cera por 8 de aceite.

Infusión del aceite: Método lento (preferido): llenar un frasco con la hierba seca picada, cubrir con aceite de oliva, cerrar y dejar macerar 4-6 semanas en lugar cálido y oscuro, agitando cada 2 días. Método rápido: calentar aceite y hierba al baño María a 60°C durante 2-4 horas. NUNCA superar 80°C: destruye los principios activos y el aceite se oxida.

Elaboración: Colar el aceite infusionado a través de gasa exprimiendo bien. Calentar el aceite al baño María. Añadir la cera de abejas rallada removiendo hasta que se funda completamente. Retirar del fuego. Opcionalmente añadir 10-15 gotas de aceite esencial por cada 100 ml. Verter rápidamente en tarros de vidrio o lata limpia. Dejar enfriar sin tapar (evita condensación). Etiquetar con nombre, ingredientes y fecha.

Recetas medicinales esenciales

Ungüento de caléndula (cicatrizante): Infundonar flores secas de *Calendula officinalis* en aceite de oliva (ratio 1:5). Preparar ungüento con la receta base. Aplicar en heridas limpias que están cerrando, quemaduras leves, dermatitis del pañal, grietas en los pezones durante la lactancia. Los triterpenos de la caléndula estimulan la síntesis de colágeno y la epitelización.

Bálsamo de árnica (antiinflamatorio): Infundonar flores secas de *Arnica montana* en aceite. Preparar ungüento base. Aplicar en contusiones, esguinces (piel intacta), dolor muscular y hematomas. NUNCA aplicar sobre heridas abiertas ni mucosas. Contraindicado en alergia a compuestas (margaritas, crisantemos).

Ungüento de llantén (picaduras y heridas): Infundonar hojas secas de *Plantago major* o *P. lanceolata*. El llantén contiene aucubina (antimicrobiano) y alantoína (cicatrizante). Excelente para picaduras de insectos, heridas superficiales, quemaduras leves y dermatitis de contacto. Es una de las plantas medicinales más seguras y abundantes.

Bálsamo pectoral de eucalipto y tomillo: Infundonar tomillo seco en aceite base. Al preparar el ungüento, añadir 20 gotas de aceite esencial de eucalipto por cada 100 ml. Frotar en el pecho para congestión respiratoria, tos y bronquitis. Efecto similar al Vicks VapoRub comercial. No usar en niños menores de 2 años ni en asmáticos.

Conservación y signos de deterioro

Almacenamiento ideal: Tarros de vidrio oscuro o latas metálicas limpias, en lugar fresco (por debajo de 25°C), seco y oscuro. Usar siempre espátula o cucharita limpia para extraer producto: meter los dedos introduce bacterias que aceleran el deterioro.

Vitamina E como antioxidante: Añadir el contenido de 1-2 cápsulas de vitamina E (tocoferol) por cada 100 ml de ungüento. Retrasa la oxidación del aceite base y prolonga la vida útil 3-6 meses adicionales.

Signos de deterioro: Olor rancio (aceite oxidado), cambio de color a marrón oscuro, aparición de moho, textura granulosa que no se funde al calentar. Si aparece cualquiera de estos signos, desechar el ungüento.

⚠ Advertencia: Esta información es orientativa y educativa. En situaciones de emergencia real, consulte a profesionales cualificados siempre que sea posible. No ponga en riesgo su vida ni la de otros sin la formación adecuada.