

# Cómo eliminar los granos con bicarbonato

Los granos son el resultado de infecciones que se generan en los poros de la piel y que terminan por supurar en forma de pequeñas protuberancias, bien sea enrojecidas, con puntos negros o amarillentos. Hay muchas causas que explican la aparición de los granos, como los cambios hormonales que ocurren en la adolescencia, una higiene inadecuada, el estrés o como efecto secundario de algún medicamento.

Si tienes este problema seguramente ya has probado algunos remedios caseros para mejorar la condición de tu piel, así que si estás buscando cómo quitar los granos con bicarbonato, te decimos como.

## Instrucciones:

1. Agrega 1/4 de taza de bicarbonato en un envase.
2. Poco a poco ve agregando agua hasta que se forme una pasta homogénea.
3. Humedece una toalla con agua caliente y pásala suavemente por tu rostro para darle un toque de vapor que prepare la piel para el tratamiento.
4. Aplica la pasta justo en los granos y haz masajes circulares con tus dedos de forma vigorosa durante al menos un minuto.
5. Luego enjuágate la cara con agua tibia abundante, seca tu piel y aplica tu crema hidratante de siempre.

Con información de [Mundodeportivo](#)