

CUERPO MENTE

BIENESTAR Y SALUD NATURAL

Nº 184 - 2,95 €

**POTENCIA
TU ENERGÍA
SEXUAL**

**MÁS CRUDOS
EN LA MESA**

La clave de una
dieta saludable

**MEJORA TU
EQUILIBRIO Y
COORDINACIÓN**

**SUPERAR EL
MIEDO A VOLAR**

Qué proponen las
terapias naturales

**¿DEPENDES DEL
ESTÍMULO DE
LA NOVEDAD?**

ESPECIAL

Los aceites
que cuidan
la piel

**GANAR SALUD
DESCANSANDO**

GUÍA PARA RECUPERAR LA VITALIDAD





ACEITES PARA CUIDAR LA PIEL



SENSUAL

Alqvimia

Sensuality Body Nectar para potenciar la feminidad. 50 ml, 190 €.



ANTIESTRÍAS

Giura

Aceite corporal anti-estrías con germen de trigo y almendras. 250 ml, 23,60 €.



EN SPRAY

Naetura

Aceite seco para pulverizar, con un 70% de jojoba virgen. 200 ml, 9,40 €.



ILUMINADOR

Nuxe

El Aceite Prodigioso Oro nutre, protege y da brillo a la piel. 50 ml, 26,50 €.



REAFIRMANTE

L'Occitane

Aceite de almendras contra la flacidez y la pérdida de elasticidad. 100 ml, 31 €.



DE CALÉNDULA

Taller Amapola

Proporciona elasticidad y tersura a las pieles sensibles. 125 ml, 5,50 €.



REVITALIZANTE

Weleda

Aceite de sésamo y de espinillo que revitaliza la piel. 100 ml, 16,50 €.

FOTOS: ANNA GARCIA

Germen de trigo. Se trata de un aceite hidratante, nutritivo, regenerador y protector contra los rayos solares. Sus propiedades antioxidantes ralentizan la acción de los radicales libres. Suaviza la piel y aumenta su elasticidad, por lo que previene la aparición de estrías.

Caléndula. Se obtiene por maceración. Tiene propiedades descongestivas, regeneradoras y antiinflamatorias. Resulta excelente para después de una exposición solar, cuando la piel está irritada o sensibilizada, y para la piel de los niños. También está indicado para zonas de sensibilidad extrema, dermatosis, rozaduras e irritaciones.

Avellana. Se emplea para el cuidado de las pieles grasas, ya que es astringente y ayuda a cerrar los poros. Es un excelente aceite vehicular que aporta hidratación y nutrición a la piel.

Argán. Se extrae de las semillas del fruto del árbol *Argania spinosa*, que crece en zonas áridas del norte de África. Su

uso es habitual entre las mujeres bereberes. La virtud más apreciada es su capacidad de frenar la degeneración de los tejidos. Se recomienda contra grietas, acné, irritaciones, eccemas y quemaduras, así como para masajes.

Tepezcohuite. Resulta extraordinario por su gran poder hidratante y reparador. Contiene bioflavonoides que estimulan la microcirculación periférica.

Hipérico. Alivia las quemaduras leves producidas por el sol y relaja la piel.

Sésamo. Tonifica la piel, combate la flacidez y protege de los rayos solares.

Soja. Su aceite, además de resultar muy nutritivo y de fácil absorción, está indicado para problemas de acné.

Albaricogue. Excelente para cuidar la piel sensible y envejecida.

Coco. Facilita el bronceado pero también resulta muy apropiado para el cuidado del cabello y de las uñas. ■

MARIPI GADET