

PSICOLOGÍA

NUTRICIÓN

MEDICINA

EN FORMA

FAMILIA

# AQUA

ZETA



11 ABRIL 2008 | 1,95 € CANARIAS 2,10 € | ZETA

LA REVISTA DEL BIENESTAR  
www.revistaqua.com

**DOSIER**

## INTERNET

- ✓ Amor 'on line'
- ✓ Amplía tu círculo de amistades
- +Test: ¿Entablas relaciones en la red?

**Doctor Estivill:**  
*"El estrés acumulado durante el día provoca que durmamos mal"*

Mima tu cuerpo con el  
**MÉTODO PILATES**

Descubre  
los cosméticos  
más naturales

**COCINAR CON CHOCOLATE**

**SORTEO**  
3 ESTANCIAS  
PARA 2  
PERSONAS  
EN UN SPA



# La mejor terapia *antiestrés*

El conocido profesor de yoga Ramiro Calle nos enseña los ejercicios de relajación más efectivos

## ROSTRO HIDRATADO Y RESPLANDECIENTE



### Geranio

Rico en aceites esenciales, sobre la piel tiene propiedades relajantes y astringentes y elimina las toxinas. Además, es regenerante celular y aporta un agradable aroma floral, por eso es también muy utilizado en perfumería.

Con extracto de geranio, **Baume Essentiel Anti-age nuit, de Sanoflore. PVP: 27,90 € (30 ml)**



### Moringa

Árbol originario de la India. El aceite de moringa actúa como un auténtico agente vegetal antipolución, aportando a la piel una defensa natural contra la contaminación, el humo, el sol y demás factores externos. Actúa formando una barrera protectora para la piel. Es purificante.

**Crème hydratante a l'extrait de moringa, de Anne & Vous. PVP: 56 € (50 ml)**



### Árbol mantequero

Muy utilizado en los productos cosméticos naturales. De su fruto, en concreto, se extrae una manteca que, aplicada sobre la piel, aporta suavidad y tersura. También tiene propiedades hidratantes y protectoras.

Con extracto de árbol mantequero, **Baume Contour des Yeux, de Clarins. PVP: 32 € (20 ml)**



## CUERPO FIRME Y NUTRIDO



### Abedul

Su extracto estimula la circulación de líquidos en el organismo. Sus hojas se utilizan con frecuencia por sus propiedades diuréticas y depurativas, muy eficaces para tratar las retenciones de agua. Por eso, en un exfoliante, prepara la piel para un tratamiento anticelulítico.

Exfoliante corporal de abedul, **Birken Dusch-Peeling, de Weleda. PVP: 9,90 € (150 ml)**



### Almendro

El aceite de almendras muy utilizado para hidratar la piel. Aporta suavidad y elasticidad, evita la formación de arrugas y contiene proteínas, minerales y vitaminas A y B.

Con aceite de almendras, **Aceite Anticelulítico, de Alqvimia. PVP: 42,77 € (150 ml)**



### Jjoba

Muy utilizado en hidratantes, ya que contiene un alto porcentaje de ceramidas (sustancias que recubren las células de la epidermis regulando su hidratación). Las del aceite de jjoba son similares a las de la piel; actúan allí donde se necesita, hidratando y reestructurando el equilibrio graso de la piel.

Con aceite de jjoba, **Velouté hydratant corps, de Plante System. PVP: 14,50 € (150 ml)**

