

# ¡Ama a Tu Piel!

¡Después de todo, cuida y protege cada parte de ti!

¡Puedes ponerte ropa limpia a diario y comprar nuevas prendas cuando las que tienes están usadas, pero no podrás cambiar tu piel cuando muestre un aspecto usado y desgastado! Por esta razón, es fundamental que cuides tu piel manteniéndola fresca y saludable, mimándola a diario.



# Lo que Tu Piel Dice De Ti...

## ¡Una piel saludable y radiante refleja buena salud!

La piel de tu cuerpo está cubierta por ropas la mayor parte del año pero eso no significa que no necesite que la cuides constantemente. Ya sea cuando está cubierta por las ropas de invierno o cuando está expuesta al sol del verano, tu piel necesita cuidados todo el año. Incluso cuando estamos en espacios interiores, no podemos escapar a los efectos deshidratadores de la calefacción central y al aire acondicionado.

¡Y no te olvides de la piel de tus manos! Cuando nos hidratamos, es frecuente que dejemos un poco de lado las manos. Después de la cara, la piel de las manos es la que más expuesta está a los efectos de los elementos; al sol, al viento y la polución, por lo que necesita un cuidado extra especial.

## Comienza con estos simples pasos para mimar la piel de tu cuerpo ...

### Paso 1 ¡Lávate!

Si quieres cuidar la piel de tu cuerpo, el primer paso es mantenerla radiante y limpia por medio del lavado diario. Disfruta de una ducha templada tonificante, sin utilizar agua muy caliente para evitar que la piel se seque. La acción de una buena ducha sobre tu piel puede ayudar a estimular las glándulas linfáticas y la circulación. Sumergirse en un baño caliente al final de un duro día de trabajo puede ser el método más eficaz para relajarse. Sin embargo, no abuses de esos largos baños calientes porque podrían deshidratar tu piel y hacer que tenga un aspecto pálido y desgastado.



### Pastillas de Jabón Hidratantes Herbal Aloe

Las Pastillas de Jabón Herbal Aloe de Herbalife limpian cuidadosa y eficazmente la piel, además de suavizarla.

#0377 P.V.P. recomendado: 11.39€ (2 pastillas)

### Gel Corporal Herbal Aloe

Un gel de baño líquido hecho de hoja entera de aloe especial para limpiar e hidratar la piel.

#0493 P.V.P. recomendado: 16.81€ (400ml)



Imagen representativa – los productos varían dependiendo del país

## ¿Cómo contribuye la piel a que te sientas y tengas una apariencia saludable?

### Te sorprenderá saber que tu piel:

- Mantiene y protege los tejidos delicados y los órganos vitales que se encuentran debajo de la superficie
- Contiene un 'sistema de evacuación de deshechos' que utiliza las glándulas sudoríparas y el sistema linfático para excretar los materiales de deshecho
- Libera la humedad, lo que ayuda a controlar la temperatura del cuerpo
- Proporciona la capa vital que protege de las bacterias y de las infecciones
- Contiene las terminaciones nerviosas y los folículos pilosos que nos hacen sensibles al tacto y al dolor
- Se alimenta a través de diminutos vasos sanguíneos que transportan los nutrientes y el oxígeno del aire que respiramos y de los alimentos que comemos.

## Paso 2 Exfoliación

¿Sabías que cada minuto tu cuerpo se deshace de millones de células muertas de la piel?

Desgraciadamente, si no te deshaces de estas células muertas de la piel, los poros quedan bloqueados por el sebo y los residuos, lo que hace que la piel se torne áspera y parezca desgastada y sin brillo. La piel áspera también hace que resulte difícil que tu crema hidratante atraviese la superficie de la piel.

Comienza el proceso de reafirmación de la piel de tu cuerpo utilizando una exfoliante, en la ducha, de manera regular. Al quitar las células muertas de la piel que se encuentran en la superficie de la misma, dejamos que salga a la luz la nueva y suave piel que se encuentra debajo. El hecho de aplicar una loción

exfoliante en tu piel en pequeños círculos, puede ayudar a estimular el sistema circulatorio y a dar un brillo saludable a la piel. No te olvides de los codos, las rodillas y los pies, cuyo cuidado descuidamos con cierta frecuencia. La exfoliación también puede ayudar a estimular la eliminación de materias sobrantes, lo que proporciona una tersura más suave de la piel.

### Loción Exfoliante Corporal

La Loción Exfoliante Corporal de jojoba limpia la piel y ayuda a acelerar el proceso natural de exfoliación, lo que permite que emerja la piel nueva y suave. Utilízala regularmente en la ducha para conseguir una piel más suave y uniforme.

#0353 P.V.P. recomendado: 17.98€



Imagen representativa – los productos varían dependiendo del país

## Paso 3 Hidratación

¡Después de salir de la ducha y de secar la piel con una gran toalla suave, llega el momento de nutrir la piel!

Aplica la crema hidratante sobre la piel húmeda, sin olvidar ni una sola parte de tu cuerpo. Aplícala bien en los pies y manos, así como en las zonas frecuentemente olvidadas de codos y la zona posterior de los brazos..



La hidratación es de vital importancia para el cuidado de la piel. De hecho, la piel está formada por un 70% de agua, un 12% de la cual se encuentra en la capa superior de la piel. Esta hidratación tiene que repetirse de manera constante, hidratando la piel mediante la utilización de productos de buena calidad y bebiendo una gran cantidad de agua diariamente.

Además de parecer más fresca y suave, la piel hidratada es suave y sedosa al tacto.

### Crema Reafirmante Corporal

La Crema Reafirmante Corporal está especialmente formulada para su uso junto con la Loción Exfoliante Corporal. Después de la exfoliación, la piel puede absorber mejor la Crema Reafirmante Corporal. A base de ginkgo y ácidos de frutas, esta crema de aroma fresco se puede aplicar suavemente en la piel tanto por la mañana como por la noche, para ayudar a mejorar la elasticidad, tersura y tono de la piel.

#0354 P.V.P. recomendado: 29.47€

### Loción Hidratante para Cuerpo y Manos Herbal Aloe

Con la Loción Hidratante para Cuerpo y Manos Herbal Aloe, puedes estar seguro de que tu cuerpo recibe el tratamiento que se merece. Utilizada a diario, esta loción hidratante te ayudará a hacer que tu cuerpo parezca y se sienta suave y renovado. La Loción Hidratante Herbal Aloe se aplica sobre la piel para facilitarle una ligera capa de humedad que penetra rápidamente para dar paso a una piel suave y sedosa. Con su aroma suave y dulce y con sus propiedades hidratantes, te facilita la humedad que necesitas para sentirte maravillosa por dentro y por fuera.

#0378 P.V.P. recomendado: 11.39€

En ocasiones, con un incremento de la exposición a la polución, los cambios de estaciones, enfermedades, quemaduras solares u otros factores externos, nuestra piel puede llegar a estar sensible e irritada. Por qué no probar nuestro Gel Hidratante Herbal Aloe o nuestro Spray Hidratante Herbal Aloe, ambos calman las molestias de una sobreexposición al sol y producen una sensación de alivio por las pequeñas irritaciones de la piel, a la vez que ayudan a hidratar y proporcionar una piel saludable.



# El Ejercicio Hace Algo Más que Mantener tu Cuerpo en Forma –

## ¡También es Buenísimo para Tu Piel!

Cuando haces ejercicio, mejoras la circulación. Una mejor circulación conlleva la absorción más efectiva de los nutrientes y vitaminas esenciales y facilita la eliminación de los desechos de un modo más eficaz. La actividad física también ayuda a tonificar los músculos, lo que proporciona a tu piel una apariencia y definición tonificada.



Y no es necesario que realices ejercicios cardiovasculares muy duros para sentir las ventajas. Un ejercicio ligero como el yoga o los ejercicios del método Pilates puede resultar igual de beneficioso. O, si no te has decidido a ir a un gimnasio, puedes comenzar dando paseos con paso rápido de manera regular y subiendo escaleras repetidamente.

También es fundamental para la elasticidad y niveles de humedad de tu piel que bebas agua

regularmente a lo largo del día. Y si haces ejercicio, la necesidad de hidratación de tu cuerpo aumenta. Beber agua durante y después del ejercicio no solo reduce la tensión cardiovascular, también puede mejorar el rendimiento.

¡Por tanto, no te olvides la elegante botella de agua Herbalife cuando acudas al gimnasio – la compañera perfecta para una piel radiante y saludable! Si todavía no tienes una, pídesela a tu Distribuidor ...

Afortunadamente, los productos Herbalife cuidan la piel de todo el cuerpo, desde la cabeza hasta los pies. ¡Y si también cuidas tu piel desde el interior, definitivamente notarás la diferencia! Por qué no complementar los beneficios de la gama de productos para el Cuidado de la Piel añadiendo el sabroso Herbal Aloe Concentrado a tu dieta diaria, una bebida que ayuda a relajar tu cuerpo desde el interior. Y las tabletas Fórmula 4 para ayudar a eliminar los desechos y hacer que tu piel tenga un aspecto más fresco y radiante.

¡Tu Plan de Bienestar para Toda la Vida empieza HOY!

La amplísima gama de productos de nutrición, control de peso y cuidado personal científicamente avanzados de Herbalife está respaldada por un servicio personal y amistoso.

 **HERBALIFE.**

Número 107 – Insert  
Español  
#5921-SP-07