

# Cosmetica Natural Belleza Todo lo que Necesitas saber

Contributed by Marialuisa  
Wednesday, 29 August 2007

Los mejores secretos de belleza se encuentran en la naturaleza, ella nos provee de todos los ingredientes que necesitamos para mantenernos jóvenes y bellas. En las frutas y verduras encontramos la fuente de la eterna juventud y la mejor cosmetica natural para la belleza. Los principales cosmeticos naturales de belleza son los siguientes.

Las fresas.- ellas actuan como un tonico natural que hidratan y humectan la piel y tambien se pueden utilizar como exfoliante hecho en casa. Para hacer una mascarilla a base de fresas necesitas mezclar 3 o 4 fresas y agregarles el jugo de 2 limones, se aplica directamente en la cara dando suaves masajes circulares, se retira la mascarilla una vez que este seca.

El agua destilada que producen las flores y las plantas se utiliza como cosmetica natural de belleza por que tienen las mismas propiedades de las flores y de las plantas. Esta agua se debe aplicar directamente sobre la piel para que esta absorba todos sus nutrientes.

La savila.- mejor conocida como Aloe Vera tiene muchisimas propiedades cosmeticas, si se aplica directamente en la piel, la hidrata y le devuelve todos sus nutrientes que pierde debido a las agresiones externas, el Aloe Vera humecta y suaviza la piel a la vez que la nutre y calma, tambien se utiliza en casos de quemaduras por las largas exposiciones al sol, aplicar un poco de savila sobre la piel quemada por el sol disminuye el ardor y la recuperacion es mucho mas rapida. Esta maravillosa planta se ha utilizado por años en las comunidades mayas en Yucatan para hacer crecer el cabello y fortalecerlo.

La sandia.- tiene excelentes propiedades cosmeticas ya que cuenta con una gran cantidad de antioxidantes, vitaminas y minerales esenciales para el cuidado de la piel. Para obtener los mayores beneficios de la sandia, realiza una mascarilla mezclando un cuarto de sandia con 3 cucharadas de miel, aplicatelo en la cara y deja que se seque, despues retiralas con agua al fria para cerrar los poros y absorber mejor sus nutrientes.