

# vida estética

líder en estética profesional

La nutricosmética funciona en torno a unos principios activos que permiten mantener nuestra belleza exterior actuando desde el interior de nuestro cuerpo. Actúa mediante el aporte de nutrientes por vía oral, que el organismo asimila completamente solamente donde lo necesita, con propiedades tanto para la salud como para la estética del cuerpo. Para vernos bien, con el paso del tiempo es necesario prevenir y cuidarse. En este sentido, la nutricosmética ayuda a aportar al cuerpo aquello que necesita para cumplir años de una forma saludable y viéndolo bien.

## ¿Por qué es necesaria?

Porque actualmente los alimentos no poseen la misma cantidad de nutrientes, si los comparamos con los de hace años. Y a ello se une la circunstancia de que, con la edad, disminuye la producción de determinadas sustancias que nuestro cuerpo produce, como por ejemplo el colágeno.

Los desequilibrios y las deficiencias nutricionales pueden manifestarse en forma de alteraciones de la piel, cabello y uñas.

El objetivo principal de la nutricosmética es alcanzar las capas más encargadas de regenerar nuestra piel y las capas a las que las cremas no suelen llegar. Al ser ingerida por vía oral, la nutricosmética es absorbida por el intestino. Y es el torrente sanguíneo quien se encarga de distribuirla al destino previsto, bien sea:

- Dermis.
- Cabello.
- Uñas.
- Grasa adherida en el abdomen y en las caderas.

Cada nutricosmética tiene una función específica y particular según la zona a la que está dirigida.

### Sobre la piel y el cuerpo:

1. Reparación y prevención. Protección solar.
2. Pigmentación cutánea.
3. Desinflamación de los tejidos.
4. Atenuar los signos externos y visibles del envejecimiento.
5. Firmeza de los tejidos.
6. Combatir la celulitis y la piel de naranja.
7. Reducción del volumen corporal.
8. Detoxificación del organismo.

### Sobre el cabello:

- Recuperación y prevención a la caída.
- Nutrición y volumen capilar.

### Sobre las uñas:

- Fortalecimiento

### Sobre el organismo:

- Lucha contra los radicales libres.
- Mejora el estrés oxidativo, la inflamación y la glicación.
- Menopausia y síndrome pre-menstrual.
- Equilibrio de neurotransmisores (dopamina, serotonina, acetilcolina...).
- Mejora del estrés y el aporte de bienestar.

Pero, para alcanzar cierto grado de efectividad, es necesaria la constancia. Los resultados no son inmediatos, empiezan a verse a los dos meses del tratamiento. El tiempo ideal de cada fórmula está entre 60 y 90 días.

### Legislación vigente sobre la nutricosmética

Los productos de nutricosmética deben reunir todas las condiciones de calidad siguiendo la normativa Europea vigente (Directiva 2002/46/CE y Real Decreto 1487/2000):

- Los ingredientes deben estar estandarizados para uso alimentario.
- Ser biodisponibles y asimilables por el organismo.
- Se debe especificar la dosis recomendada.
- El producto estará bien identificado en cuanto a su formulación.
- Tienen que ser estables en cuanto a seguridad se refiere.
- Se indicarán posibles contraindicaciones.
- Deben ser inocuos y sin riesgo de alergia.
- Estará demostrada su eficacia a través de estudios científicos.

### PRINCIPALES ACTIVOS INCLUIDOS EN LA NUTRICOSMÉTICA ANTIEDAD:

-**Resveratrol** actúa en contacto con el ácido clorhídrico para transformarse en una molécula de propénero idéntica a la propénero humana y, de este modo, ayuda a sincronizar las hormonas en las mujeres que están en el período de la menopausia.

-**Vitaminas A, C y E**, prolongan la regeneración celular pese al paso del tiempo. Estudios demuestran que, al cumplir los 30 años, se ralentiza el proceso regenerativo del organismo. Los años pasan igual para todos, pero no todos envejecemos de la misma manera.

- **Ginseng**, aporta vitalidad al organismo a través de los compuestos denominados "adaptógenos", que ayudan a una recuperación más rápida tras realizar algún esfuerzo.

-**Colágeno y ácido hialurónico**, ejercen una potente regeneración sobre las fibras de colágeno de los tejidos, la piel y cartilagos, hidratando y preservando las células de agua de la piel. Como resultado, se consigue reducir las arrugas del rostro y suavizar las fibras de soporte.

Información: Gema Caballero, directora del centro  
Gema Caballero Estética Asociada - [www.gemacaballero.com](http://www.gemacaballero.com)

**CAB**  
grupo cosmética vida

• **Estética antiedad** • **Maquillaje contra el frío** •