




D  **SSIER.**

nutri



LA NUTRICOSMÉTICA
ESCONDE UN SINFIN
DE POSIBILIDADES:
ANTIOXIDANTES DE ACCIÓN
MÚLTIPLE PARA PROLONGAR
LA JUVENTUD, GOMINOLAS
DE COLÁGENO MARINO
PARA RENOVAR LA PIEL,
PROTECCIÓN SOLAR EN
FÓRMULAS ENCAPSULADAS...

HOY SE OFRECEN TANTAS
OPCIONES QUE NO ES
DE EXTRAÑAR QUE ESTAS
"PEQUEÑAS" PÍLDORAS SE
HAYAN CONVERTIDO EN
GRANDES ALIADAS DE LA
BELLEZA.

DR. MANUEL JIMÉNEZ DE UCERO
Especialista en nutrición
y medicina antiaging

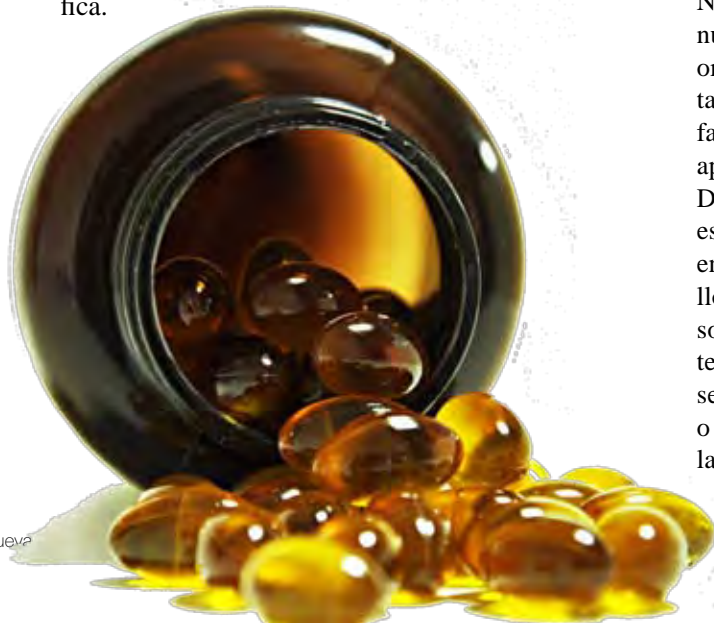
belleza
IN AND OUT

A

limentar la belleza desde el interior... con este lema la nutricosmética ha sabido ganarse la confianza de su público más adepto. Y es que ya son muchos los fans incondicionales de este fenómeno, y entre ellos, los "amantes de la vida sana". Y

no es para menos, pues estas cápsulas de belleza atesoran en su interior múltiples beneficios: son rejuvenecedoras, revitalizantes, protegen la piel de los agentes medioambientales, aportan firmeza a los tejidos, promueven el crecimiento del cabello y las uñas, refuerzan la estructura muscular... Pero la cosa no acaba aquí, estos comprimidos alimenticios son polifacéticos, pues también ayudan al organismo a desempeñar algunas funciones vitales como reforzar el sistema inmunitario, fortificar la estructura ósea, aportar energía... Son precisamente todas estas cualidades las que han convertido a la nutricosmética en una ciencia en sí misma.

La nutricosmética parte de la premisa de que la principal clave para la belleza es tener un cuerpo sano, potenciando tanto el cuidado personal como la nutrición. Lejos de convertirse en competidores, estos productos se han aliado a la cosmética tradicional para maximizar resultados. Lo que hacen estos comprimidos es actuar desde dentro hacia fuera. Activan los mecanismos celulares cutáneos, corrigiendo, reforzando y mejorando sus defensas biológicas. Están formulados con activos totalmente bio-asimilables por el organismo, rigurosamente seleccionados para digerirse y actuar justo en los órganos diana, cumpliendo una misión estética específica.



Nutracéutica y nutricosmética

No es lo mismo

Pues bien, empecemos por el principio, ¿qué diferencia hay entre nutracéutica y nutricosmética? La nutracéutica es aquella ciencia cuyo objetivo es aportar bienestar al organismo mediante la ingesta de productos elaborados con principios naturales. Así, en lugar de sintetizar productos artificiales, se vuelven a rescatar aquellas sustancias beneficiosas para emplearlas en la solución de problemas que consideramos de gran prevalencia, como la obesidad, el exceso de grasa en la sangre, diabetes... Dicho de otro modo, la nutracéutica ayuda en la curación de ciertas afecciones mediante el uso de extractos nutricionales concentrados, pero no obtenidos de manera sintética, sino extraídos de la Naturaleza. A través de la nutracéutica se confiere al organismo aquellas sustancias que éste no puede fabricar y que han de ser aportadas desde el exterior. Dentro de la nutracéutica está la nutricosmética, y en ésta se engloban aquellos productos que buscan sobre todo la belleza exterior. La nutricosmética se sitúa en la intersección o el punto de cruce entre la alimentación y el cui-

dato personal; es decir, cómo nos cuidamos desde dentro. Estos productos se obtienen de los propios alimentos, extraídos con métodos modernos sin adulterar, para que conserven todas sus propiedades. Uno de los factores más importantes de los nutraceuticos y nutricosméticos es la inocuidad. Eso sí, para que su efectividad sea evidente es imprescindible ser constantes en su toma.

Llegados a este punto la pregunta del millón sería la siguiente ¿Puede la nutricosmética ayudar a corregir las arruguitas, las patas de gallo, el "código de barras" o "las líneas de marioneta"? Por supuesto que sí. Por ejemplo, existe un hialurónico extraído del pescado, que vive en aguas profundas, que consigue corregir en tiempo récord las microarrugas y prolongar hasta un 25% la duración de los tratamientos con ácido hialurónico que se practican en medicina estética mediante inyecciones. Pero sin duda, esto sólo es el principio.

Ser constante

Una pauta nutracéutica antienviejimiento debe basarse en la perseverancia, en un factor de seguimiento. Por ejemplo, se puede espaciar la toma a 15 días cada mes, pero todos los meses, o durante 3 meses seguidos, y luego un mes sí y otro no. Es muy importante insistir en la necesidad de ser constantes, ya que éste es un factor clave de su efectividad, porque no existe el milagro, hay que saber construir el milagro. Los factores que hacen envejecer actúan de forma permanente. La lucha contra ellos debe ser continuada igualmente.

Antioxidantes, los mejores aliados

Los antioxidantes son el principal pilar de la juventud. Estos extraordinarios activos pueden considerarse como aquellos bomberos que llegan del exterior y ayudan a nuestros bomberos internos, que con la edad se van perdiendo, a apagar el fuego que nos quema la vida. La vida responde a una combustión u oxidación lenta y ordenada, en el momento en que se desordena, imaginemos que se producen llamaradas, y esas llamas generan chisporroteos, que son los radicales libres, que bombardean nuestras células y que se neutralizan a través de enzimas interiores como el glutatión o la reductasa. Con la edad, nuestras

células van perdiendo facultades, los bomberos del cuerpo se van minimizando, y entonces cada vez es más necesario aportar desde fuera estos antioxidantes. La triada mágica de los antioxidantes son la vitamina A, E y C, pues constituyen un refuerzo apaga-fuegos fundamental. Después, encontramos otros de gran importancia, como son los polifenoles, que pueden extraerse de distintos alimentos, por ejemplo: arándanos, frutos rojos, hollejos de uva, pepita de uva... Entre ellos, hay que destacar el gran poder del resveratrol, que actualmente está tomando un protagonismo especial, aunque sus cualidades se conocían desde hace años.

Cosmética + nutricosmética

nuevo concepto twincosmetics

La alianza entre cosmética y nutricosmética aporta a la piel múltiples beneficios. Este matrimonio de conveniencia se conoce bajo el nombre de Twincosmetics y forma parte de la estrategia de belleza de muchas firmas cosméticas. Y es que la premisa "la unión hace la fuerza" se convierte en este caso en una realidad más que constatada. La combinación de cosmética externa y nutricosmética tiene distintas aplicaciones, desde tratamientos multidisciplinarios para rejuvenecer el rostro o combatir la celulitis hasta proteger la piel del sol. El cosmético externo aporta sus efectos inmediatos pero pasajeros mientras que el nutricosmético produce un efecto paulatino y persistente. Este es el futuro más inmediato de la nueva era cosmética.



CREMA FACIAL ANTIAGING DE **NUTRIKOSM**

NOVEDAD! CREMA ANTIAGING CON CÉLULAS MADRE DE MANZANA LIPOSOMADAS Y AH. ESTIMULA EL PROCESO DE RENOVACIÓN CELULAR DE LA EPIDERMIS Y DISMINUYE LA PROFUNDIDAD DE LAS ARRUGAS.



VIENTRE PLANO DE **NUTRIKOSM**

COMPLEMENTO NUTRICIONAL COMPUESTO DE FIBRAS Y PLANTAS EXÓTICAS QUE CONTRIBUYE A LA REDUCCIÓN DEL VOLUMEN ABDOMINAL.

NK CELL DE **NUTRIKOSM**

REDUCE Y ALISA LA "PIEL DE NARANJA", FAVORECIENDO UN ASPECTO MÁS TERSO Y LIBRE DE CELULITIS.



*nutri*belleza
DOSSIER



activos

piel radiante

VITAMINA A. Ayuda en la regeneración celular y protege la piel de las agresiones externas.

VITAMINA B. Este grupo interviene en diversas funciones básicas de la piel.

VITAMINA C. Se considera uno de los antioxidantes naturales más potentes.

VITAMINA E. Llamada también vitamina de la feminidad o de la belleza, constituye un potente antioxidante protector de las distintas capas de la piel, y altamente eficaz en la eliminación de toxinas.

ANTIOXIDANTES, como los flavonoides, fenólicos, licopeno, resveratrol, etc. que además son protectores de la buena circulación capilar.

OLIGOELEMENTOS Estos minerales, administrados en dosis ínfimas, actúan en las reacciones enzimáticas necesarias para el buen funcionamiento y reproducción de la célula. Entre ellos destacan el zinc y el selenio.

CERAMIDAS Se tratan de sustancias oleosas compuestas por un ácido graso y un esfingolípido. Se usan de forma habitual en cosmética para mejorar la hidratación, evitando la pérdida de agua transepi-

dérmica. Pero hay que decir que tomadas en forma de nutricosmética revelan un efecto aún mayor en el mantenimiento de una piel bien hidratada.

COLÁGENO DE ORIGEN MARINO CON ELASTINA Mejora la elasticidad de la piel y alarga los efectos de los tratamientos a base de ácido hialurónico inyectable.

POLIFENOLES Y ANTOCIANINAS Mantienen el colágeno de la piel en óptimas condiciones. Entre ellos hay que prestar especial atención al resveratrol procedente de la pepita de uva.

TERPENOS Y ASIATÍCOSIDOS Se extraen de vegetales como la centella asiática o el gotu kola. Han demostrado un excelente efecto en la regeneración de los fibroblastos y aumento de las fibras elásticas.

POLISACÁRIDOS DE ORIGEN VEGETAL

Proceden de frutas, semillas o corteza y tienen una gran capacidad para potenciar la regeneración del colágeno facial. Algunos de los más efectivos son los extraídos de la granada, el kiwi, el lichi o el abedul.

Salud encapsulada

Pero además de potenciar la belleza, algunos nutricosméticos destacan por sus cualidades saludables. Por ejemplo, las sociedades orientales toman grandes cantidades de té y no hay ni la mitad de obesidad que en occidente; en las islas del Pacífico son asiduos a los extractos de algas marrones y entre la Polinesia y Hawai no existe prácticamente el cáncer de piel ni de mama.

El mar nos tiene aún que dar muchas sorpresas en cuanto a los beneficios para la salud que puede ofrecernos. El Fucoïdan se extrae de la laminaria japánica, que es un alga marrón de la que se obtiene un polvo que se comprime en capsulitas y que destaca por ser un potenciador del sistema inmune. ¿Podemos decir, entonces que el Fucoïdan impide el cáncer de mama? Seguro que no, pero sí que contribuye a reducir el riesgo de desarrollar esa patología. De ahí que un entorno de vida más sano, al que se le añade la toma de los nutricosméticos adecuados, puede influir y mucho en nuestro bienestar y alargar nuestro proceso de envejecimiento.

Es más, algunos de los elementos que incluyen estas pequeñas cápsulas pueden ser micro necesarios, como es el caso del cromo, que en cantidades grandes nos mata, y en cambio en cantidades microscópicas resulta vital, y a veces, aunque se necesite en dosis ínfimas, ni mediante la dieta se la aportamos al organismo. La nutricosmética contribuye a generar ese equilibrio, que actúa paulatinamente de dentro hacia fuera. Y aunque ahora parezca una utopía, es posible que siguiendo los tratamientos adecuados, en unos 15-20 años se consiga alcanzar los 120-130 años de edad. Todo un logro.



FORMULA BELLEZA ANTIARRUGAS, DE NUTRIKOSM

A BASE DE COLÁGENO HIDROLIZADO DE PESCADO PROCEDENTE DE AGUAS PROFUNDAS, DE LA MÁS ALTA CALIDAD. REGENERA EL COLÁGENO DEL TEJIDO SUBCUTÁNEO, POTENCIANDO EL EFECTO DE LOS TRATAMIENTOS ESTÉTICOS.

NK40+ ANTIAGING INTEGRAL DE NUTRIKOSM

POTENTE ANTIOXIDANTE INTEGRAL QUE ESTIMULA EL SISTEMA INMUNOLÓGICO, CONTRARRESTA LOS RADICALES LIBRES Y LUCHA CONTRA EL ENVEJECIMIENTO. INDICADO PARA PIELS DE MÁS DE 40 AÑOS.





NUTRIKOSM

P A R I S

Cuida tu belleza desde el interior



Productos de la gama NUTRIKOSM

ANTIAGING INTEGRAL, potente antioxidante y quemagrasas

FÓRMULA BELLEZA ANTIARRUGAS, con colágeno marino de la más alta calidad

VIENTRE PLANO, contribuye a la reducción del volumen abdominal

NK 40 + ANTIAGING INTEGRAL, óptima formulación antiedad, para mayores de 40 años

NK SUN, intensifica el bronceado natural

NK CELL, favorece un aspecto libre de celulitis

HAIR & NAILS, nutre el cabello y fortalece las uñas

CREMA FACIAL ANTIAGING, compuesta por células madres y ácido hialurónico

alimenta tu belleza

Descubre los
beneficios de la
Nutricosmética
natural



Adquiérelolo ahora

Todo lo que necesitas saber sobre Nutricosmética lo encontrarás en el libro 'Los Secretos de la Nutricosmética', escrito por el Dr. Manuel Jiménez Ucero, editado por Editorial Planeta. Si deseas adquirirlo, llámanos al T. 93 212 67 58, o bien, escríbenos a nutrikosm@nutrikosm.com

¿Quieres ser distribuidor

de NUTRIKOSM?

Ponte en contacto con nosotros mediante el correo electrónico y/o teléfono:
nutrikosm@nutrikosm.com
T. 93 212 67 58

¡Te esperamos!

Capsulas para potenciar la BELLEZA *desde el interior*

El estilo de vida actual, de ritmo trepidante, incide en nuestra salud y se refleja directamente en la piel. Vivimos en una sociedad en la que todo ocurre muy rápido. Hemos perdido en calidad de vida, y en este sentido el estrés es uno de los factores que más nos perjudica, pues, además de restar bienestar, se traduce en un menor nivel de oxigenación cutánea. A ello hay que añadir la polución de las ciudades y hábitos de vida como el tabaquismo, que favorecen un aspecto de la piel poco vital, opaco y con impurezas. Y además, si sumamos la falta de actividad física y que muchas veces la dieta que llevamos no es la más equilibrada, la situación se agrava aún más. Hay que destacar, a todo esto, que los alimentos ya no son igual de nutritivos que antes; casi siempre proceden de la agricultura intensiva, donde prima la productividad a la calidad. El resultado son alimentos pobres en micronutrientes, si los comparamos con los obtenidos de la producción ecológica. Este nuevo estilo de vida lleva a nuestro organismo a generar un mayor nivel de estrés oxidativo. Y aquí es cuando entran en acción los llamados nutricosméticos. Los nutricosméticos o complementos alimenticios incluyen en su formulación activos que favorecen la depuración del organismo (concentrado de rábano negro y alcachofa), facilitan la eliminación de la celulitis (extracto de talo de piña, apio, abedul, algas fucus) y la retención de líquidos (ulmaria, fresno, abedul, diente de león), aportan sustancias antioxidantes (selenio, vit-E, β -caroteno, zinc, extractos de vid roja), disminuyen la absorción intestinal de grasas y azúcares (fibra de nopal, goma-guar, fibras solubles), facilitan la depuración de la piel (levadura de cerveza viva, diente de león, ortiga, bardana). También aportan nutrientes para aumentar la síntesis de ácido hialurónico cutáneo, como es el hidrolizado de colágeno marino que ayuda tratar la flacidez y pérdida de elasticidad corporal y facial. Y estas son sólo algunas de las inmensas posibilidades que nos ofrecen.

MARIBEL SAIZ. Directora técnica de ARÔMS-NATUR Lda. Ciencias biológicas. Pgd. Dietética y Nutrición

