

## EL ROSTRO MÁS NATURAL

Los cosméticos vegetarianos son aquellos que no contienen ingredientes animales, pero sí pueden llevar derivados como la cera de abeja o la lanolina. Los aceites naturales procedentes de agricultura ecológica son ingredientes que suelen estar presentes en estos productos.



1. Aceite equilibrante de chakras, de Kora Organics, desde 35 €, en Sephora.
2. Mascarilla, de Mádara, 24,95 €.
3. Aceite limpiador Nourishing Oil Cleanser, de Tata Harper, 75 €.
4. Bruma facial, de Dafna's para ikongallery.com, 42 €.
5. Crema antiedad, ajo y cebolla negra y microalgas, de Ondalium, 49 €.

## EL MAQUILLAJE SALUDABLE

Cuando lees en la etiqueta "cruelty free" significa que ese producto no han sido testado en animales. Un reciente estudio realizado por la empresa Nielsen, de investigación de mercado, asegura que el 66% de los consumidores pagaría más por productos más responsables con el medio ambiente.

1. Sombra de ojos Color Icon Glitter, de Wet'n Wild, 1,19 €.
2. Labial vegano procedente de agricultura biológica, de Belius eCosmetics, 19,99 €.
3. Esponja maquillaje The Original, de Beauty Blender, 16,90 €.
4. Colorete Paco Paco para Eberlin Biocosmetics, 17,80 €.
5. Base de maquillaje High Definition Foundation, de NYX Professional Makeup, 16,90 €.



Técnica del Doctor Simarro

## REDUCE LA GRASA LOCALIZADA

10 MINUTOS  
A LA SEMANA

Cuando llegué a la adolescencia mi cuerpo experimentó un cambio hormonal brusco y acumulé grasa en glúteos y piernas. La parte superior de mi cuerpo era delgada, pero de cintura para abajo estaba hinchada y con celulitis. Desde entonces, y ya han pasado un par de décadas, hago dieta periódicamente para intentar reducir grasa, pero aunque pierdo peso, el volumen de mi tren inferior apenas varía. Pero un día, una amiga me habló de la técnica del Doctor Simarro ([www.drsimarro.com](http://www.drsimarro.com)) y de cómo ella había reducido centímetros donde quería. Me puse en sus manos y ya he bajado siete kilos en dos meses, aunque lo más importante es que ahora uso dos tallas menos en mis pantalones.

● **Tratamiento:** El método del doctor José Luis Simarro se llama Lipomesoplastia y consigue disminuir el volumen de forma localizada mejorando la circulación y reduciendo la inflamación. Consiste en infiltraciones micromúltiples de medicamentos ideados para la necesidad de cada persona. Con estas punciones se aumenta el metabolismo y la circulación. Antes de iniciar el tratamiento se realiza un estudio antropométrico, analíticas y ecografías. En dos meses se pierde el 70 por ciento del peso en zonas localizadas y sin aumentar la flacidez. Es básico hacer un seguimiento para estabilizar la pérdida de peso y volumen y aprender a comer sano.

Marcela



### DE INTERÉS

- + Sin cirugía y sin dolor. A los dos meses se ha perdido el 70 por ciento del peso deseado. La visita informativa es gratuita.
- Hay que acudir a consulta regularmente para hacer un seguimiento.

Dónde:

Cemae, Dr. Simarro,  
C/ Fuencarral, 121. 28010 Madrid  
Tfno.: 915 915 990.  
Inf.: [www.doctorsimarro.com](http://www.doctorsimarro.com)  
[www.institutolipedema.com](http://www.institutolipedema.com)  
Precio: A partir de 900 €.