



El maquillaje puede causar irritaciones

FOTO:ISTOCK.COM

Lo que debes saber sobre el maquillaje y su salud

AGENCIA
WH

Maquillarse y lucir un aspecto sano y natural no es solamente cuestión de saber aplicarlo. A pesar de que la técnica es muy importante, lo es más aún saber qué productos puedes aplicar, cómo y cuándo.

Más allá de maquillarse para tener una mejor apariencia, es necesario tener en cuenta ciertas recomendaciones que previenen daños a la salud, en algunas ocasiones, irreversibles.

Además de presentar una cara cansada, con la

piel grumosa o de sufrir la caída de pestañas, algunas de las molestias más comunes causadas por el mal uso del maquillaje son irritaciones, infecciones, dermatitis, la aparición de hongos y de quites alrededor en torno al contorno de los ojos.

La importancia del producto

El uso de productos de mala calidad puede extenderse a otras partes del cuerpo, por lo que es muy importante que te informes antes de la compra sobre los componentes y el uso adecuado de cada producto (incompatibilidades con ciertos tipos de piel,

posibles reacciones alérgicas, uso recomendado para cierto número de horas, etc.).

Si vas a comprar maquillaje en un establecimiento, pide al personal de la tienda que te asesore en función de tu tipo de piel. Si optas por el maquillaje online, tendrás la ventaja de poder leer las especificaciones de cada producto. Por esta razón te recomendamos que compres maquillaje en tiendas especializadas y nunca en un bazar.

La importancia de la precaución

La mejor forma de prevenir todas estas molestias, desde las más leves hasta la

más graves, es llevando a cabo un cuidado meticuloso de nuestra higiene facial y no saltarse ninguno de los siguientes consejos.

1.- Cuando hablamos de maquillaje, no hablamos únicamente del producto que aplicas sobre tu cara

Como es el pintalabios, la máscara de pestañas o la sombra de ojos. También es importante que la brocha, el pincel y otros elementos sean de buena calidad y los renueves cada poco tiempo.

Igualmente, debes guardarlos en un lugar cerrado y seco donde no pueda contaminarse con otros productos. Cualquier partícula que se quede adheri-

da, puede acabar en tu piel y producir irritabilidad o infección.

2.- Desmaquillarse es tan importante como saber maquillarse

Es una cuestión esencial para cuidar tu salud dermatológica y que ayudará a que los poros de tu piel puedan respirar libres de impurezas y otros contaminantes. Piensa que cada vez que te acuestas sin quitarte el maquillaje, aunque simplemente te hayas aplicado una ligera base, estas favoreciendo la sequedad de tu piel y la aparición de imperfecciones.

3.- Recuerda que los productos de maquillaje también caducan

Son productos perecederos y su tiempo de uso recomendado no siempre coincide con el momento en el que terminas con el pintalabios o los polvos. La base de maquillaje, por ejemplo, tiene una fecha de caducidad de un año. Si notas que pasado un tiempo tus productos de maquillaje han cambiado de color, olor o textura, no los uses más.

4.- Los productos también tienen higiene

Debes lavarte las manos antes y después de maquillarte, y también debes lavar las herramientas. Y si has tenido alguna enfermedad en la cara, como conjuntivitis o una quemadura en el labio.

DESINTOXICA OXIGENA Y ALCALINIZA EL ORGANISMO



FOTO:ISTOCK.COM

AGENCIA
WH

El agua de mar nos ayuda a estar sanos, pues es el mayor reconstituyente de minerales de nuestro cuerpo.

En verano somos muchos los que decidimos ir a la playa de vacaciones, con el objetivo de descansar, relajarnos y recargar pilas.

Y no es casualidad que después de pasar un día en el mar, nos sintamos mucho mejor.

A nivel externo, el agua de mar tiene un efecto muy

beneficioso sobre nuestra salud: ayuda a combatir problemas respiratorios, cura enfermedades de la piel como la psoriasis y cicatriza heridas, calma los dolores procedentes del reuma, artrosis y artritis, reduce el estrés y la ansiedad. Pero lo cierto es que el agua de mar nos ofrece muchos otros beneficios si la consumimos a nivel interno.

Aunque existe la creencia popular de que el agua marina no es apta para nuestro consumo, ingerirla tiene enormes beneficios sobre nuestra salud.

Este líquido contiene minerales, proteínas, vitaminas y más de 90 elementos de la tabla periódica fundamentales para nuestro cuerpo, lo que nos ayuda a llevar una vida sana, rica en nutrientes y minerales, y lo más importante, de una forma natural.

**PARA EMPEZAR...
¿QUÉ ES EL AGUA DE MAR?**

El mundo marino es el ecosistema más importante de la tierra: sus aguas han ido creando vida a lo largo de los milenios. Nosotros mismos procedemos de un

organismo unicelular marino.

En ella se encuentra el elixir de los orígenes de la vida, y su ingesta nutre nuestro organismo de una forma excelente. El agua marina es una fuente de recursos minerales en la que, con mayor o menor concentración, se encuentran todos los elementos de la tabla periódica necesarios para nuestro organismo.

Y no es que tomar agua de mar se trate de una simple moda: existen referencias de antes de Cristo sobre terapeutas que utilizaban el agua marina como fuente curativa de distintas enfermedades.

De hecho, Eurípides ya difundía en su tiempo lo beneficioso que es beber agua marina: "El agua de mar cura todos los males del hombre", proclamaba.

A finales del siglo XIX, René Quinton, un investigador francés, descubrió que la composición del agua de mar es muy similar al medio en el que se desenvuelven nuestras células. Es decir, los componentes

del agua de mar son muy similares a nuestro plasma (sangre).

Quinton desarrolló una teoría científica sobre la terapia marina, en la que se determina que las enfermedades son, en realidad, una intoxicación del medio interno a nivel celular. Para que las células puedan desarrollar sus funciones correctamente, deben disfrutar de un medio interno equilibrado para evitar que los órganos se deterioren. Y ese medio interno (plasma) es análogo al agua del mar.

Tras desarrollar esta teoría, entre 1910 y 1950 fundaron junto al Doctor Jarricot los "Dispensarios marinos", centros en los que se usaba agua de mar para sanar diversas enfermedades.

DESINTOXICA, OXIGENA, ALCALINIZA Y NUTRE TU ORGANISMO!

Si tenemos en cuenta que las enfermedades se desarrollan en entornos ácidos, nos será fácil entender que el agua de mar, con propiedades alcalinas,

funciona como alcalinizador de nuestro organismo, lo que nos puede ayudar a prevenir enfermedades.

Es decir, al beber agua de mar, nuestro organismo se desintoxica, oxigena, alcaliniza, nutre y restaura.

Entre los beneficios de tomar agua de mar, podemos destacar los siguientes:

■ Ayuda a nuestro organismo a procesar mejor los alimentos, evitando digestiones pesadas.

■ Ayuda en la absorción de nutrientes a través del tracto intestinal.

■ Elimina el exceso de acidez de las células del cuerpo.

■ Regula la presión arterial (mezclada con agua dulce).

■ Ayuda a la regeneración celular.

■ Limpia los pulmones de mucosidad.

■ Ayuda a eliminar resfriados y congestión.

■ Aporta dureza a los huesos (la deficiencia de sal, o consumir sal refinada, es una de las principales causas de la osteoporosis).

■ Regula el sueño.

¡¡¡Ahora contamos con un dispositivo de tracción para la pérdida de erección prematura!!!

GERMANTOWN

Urology Center

Los resultados médicos que tú necesitas. La relación personal que tú quieres.

CENTRO DE ALTA CALIDAD

- Eliminación de piedras en el Riñón y la Vejiga sin cirugía.
- Problemas de Próstata: cáncer, agrandamiento de la próstata, cirugía con laser para problemas de la próstata.
- Tratamientos para la impotencia sexual masculina sin cirugía.

Con una Vasectomía sin bisturí el sábado, puede estar de regreso al trabajo el lunes.

Tratamos la eyaculación precoz

DR. ALLEN A. FARSAI Atendemos Sábados de 8am - 2pm

10% de Descuento

Germantown Urology Center
20629 Boland Farm Road, Germantown, MD 20876
301-428-3040

Se habla español

**VIAGRA
O CIALIS
GRATIS**
* Con consulta



Vinh Tran, DDS

NUESTROS SERVICIOS:

- Exámenes completos y Emergencias
- Limpieza Regular y Profunda
- Rellenos y Blanqueamiento
- Tratamientos de Conductos
- Coronas y Puentes
- Dentaduras completas y Parciales

Siempre aceptamos nuevos pacientes! Entra para un examen completo o de emergencia, hablaremos de sus necesidades de salud oral, y cómo podemos ayudarle mejor.

Si las citas no son realmente su estilo, de igual forma los pacientes siempre son bienvenidos!

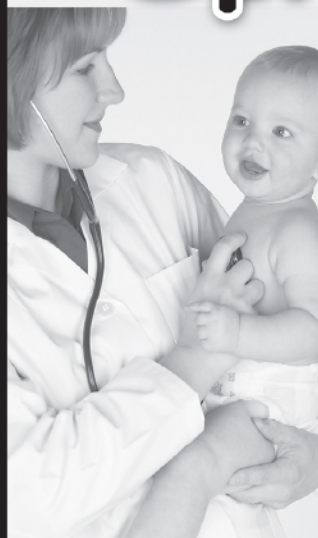
Trabajamos con una gran variedad de seguros!

**6329 ARLINGTON BLVD SUITE C
FALLS CHURCH VA 22044
(703) 237 6703 • www.vinhtrandds.com**

Jueves, Viernes, Sábados 9 am to 4 pm • Domingos: 9 am to 1pm



Pediatras de Springfield



**Dr. Arshia Qaadir
Dr. Jacqueline Hoang
Dr. Laurie Moore
Dr. Mirella Marshall
Dr. Sonia Singh**

Los mejores Pediatras en el área

Venga y lo ayudaremos con la salud de su hijo

- Atendemos a niños recién nacidos hasta los 21 años de edad, chequeos médicos, vacunas, comportamiento del niño
- Aceptamos la mayoría de seguros médicos, incluso Medicaid.

**5502 Backlick Road
Springfield, VA 22151**

Disponibles horarios en la noche y fines de semana

703-642-8306

