

### Ahorra en Productos de Belleza de Calidad:

Es importante conocer los ingredientes de todo lo que compras, incluso los productos de belleza y aseo personal. Recuerda por ejemplo, que aceite mineral proviene del petróleo!

Hay productos de belleza muy caros que sin embargo tienen como base **aceite mineral**. Además contienen químicos usados como fragancias, y colorantes (ej. Red #5). Los aromas naturales (ej. aceites esenciales extraídos de flores) son caros y reducen sus ganancias. **Evita comprar productos que contengan 'Fragrance'**, pues usualmente son petroquímicas.

A más del 90% de los químicos que se usan para lociones, como fragancias y colorantes, NO se le han hecho pruebas completas de toxicología! Otros han sido relacionados a cáncer, defectos de nacimiento, infertilidad, obesidad, entre otros. Ve video gratis en el web.



### \*RECETA de Loción para la Piel:

1 onza de aceite de **oliva**, 1 onza de aceite de **maní**, unas gotitas de **lanolina** pura (se consigue en farmacias). Mezcle bien y masajee en la piel 2-3 noches a la semana antes de dormir. Aplique encima de esto unas gotitas de **agua de rosas** y frote en forma circular. (¡**Cuidado!** Si el agua de rosas es muy barata, probablemente estás comprando químicos artificiales que no son lo mismo para la piel, **lee la etiqueta**). Se necesitan ~12 pétalos de rosas para hacer 1 onza de agua de rosas. [No mezcles el agua de rosas con los aceites pues duran menos, se ponen rancios. Sí puedes guardar en un potecito la mezcla de aceites y lanolina]. Puedes usar la cera de velas de soja derretida para masajes en las plantas de tus pies, es bueno para la piel.

Recomendamos los productos comerciales como Burt's Bees, y para el cabello: Jasön, y aunque no salen tan económicos como hacerlos en el hogar, son muy convenientes y muchos vienen empacados en botellas hechas de materiales reciclados. Ambos, usualmente tienen 100% ingredientes vegetales, son muy buenos para el planeta, y buenos para **tu salud**.



<http://campusverde.uprm.edu/SoloMujeres.htm>