

belleza belleza belleza belleza

## EL LIMÓN, UN AMIGO DE LA BELLEZA FEMENINA

*Consejos de belleza natural que le cambiarán el sentido a la frase «cara de limón»...*

*Los limones frescos son los mejores para usar, pero puede usar el jugo de limón que viene en botella en tanto sea 100% puro jugo de limón. Para determinar exactamente cuánto jugo de limón debería usar, le sugeriría probar con al menos un limón, exprimirlo y ver cuánto sale de él midiéndolo con una cuchara o una taza. Pero, en términos generales, tres cucharaditas de jugo de limón equivalen al jugo de medio limón.*

### LIMONES PARA EL PELO

Los limones pueden añadir Vitamina C al pelo, lo que le brinda resplandor y brillo. Puede ser usado como un tratamiento acondicionador «súper» una vez a la semana, o dos veces a la semana para cabellos extremadamente dañados o secos...

Tome el jugo de un limón y mézclelo con  $\frac{3}{4}$  de taza de aceite de oliva y  $\frac{1}{2}$  taza de miel. Distribúyalo en el pelo y pénelo con un peine de dientes anchos. Cubra la cabeza con plástico o una capucha de plástico seguida de una toalla caliente que haya sido calentada en el horno a microondas.

Si tiene un secador de pelo de peluquería y puede sentarse debajo de él, mucho mejor. Déjelo actuar por 10 ó 15 minutos. Enjuague bien y aplique el champú.

### BRILLO PARA EL CABELLO

El ácido cítrico de los limones resaltará el brillo natural de su pelo o lo hará brillar artificialmente.

Agregue el jugo de un limón a su shampoo habitual, en la palma de la mano. Enjabone bien y deje actuar por un minuto o dos.

Enjuague bien y siga con su acondicionador regular.

La alta concentración de Vitamina C en los limones ayuda a reparar el pelo de los daños del secado.

### PROBLEMAS DE CASPA

Los limones pueden exfoliar las escamas que están asociadas con la caspa. Rocíe el pelo con la mitad del jugo de un limón, guarde la otra mitad y mézclela con dos tazas de agua caliente.

Retire el champú de limón de su pelo y siga con el enjuague de limón y agua caliente. Masajeje su pelo y enjuague con agua limpia.

