



## SINTA NA PELE OS EFEITOS DE UMA BOA ALIMENTAÇÃO

*Eficácia dos cosméticos pode ser maior com a ingestão de alimentos saudáveis*

Manter uma pele bonita e saudável depende apenas do uso regular de produtos cosméticos, certo? Errado. Uma boa alimentação, equilibrada e balanceada, faz toda a diferença. A combinação de vitaminas e nutrientes presentes nos alimentos com as vitaminas e ativos dos cosméticos proporciona melhores resultados, além de garantir uma pele saudável e bem cuidada.

A nova Loção Nutritiva Corporal da **Biodolce** funciona como um bom exemplo. Ela traz na sua formulação a vitamina A, que promove a regeneração celular, e a E – que atua no combate aos radicais livres e revitalização da pele, prevenindo o envelhecimento precoce. Paralelamente ao uso do produto, o ideal é também ingerir vitaminas, essenciais para o bom funcionamento do organismo.

“A vitamina A é fundamental para o crescimento e desenvolvimento humano, além de atuar na manutenção da visão e no funcionamento do sistema imunológico”, explica a nutricionista da **Biodolce** Érika Motoie. “Sua deficiência pode levar a problemas de visão e alterações na pele e ainda aumentar a susceptibilidade a infecções”, complementa.

Encontra-se a vitamina A nos alimentos de origem animal, como o leite, ovos e fígado, e também na forma de beta-caroteno, nas frutas e verduras verdes e amarelo-alaranjadas, como cenoura, mamão, tomate, abóbora, espinafre, manga, couve, entre outras.

“Já a vitamina E é um potente antioxidante, que previne danos à membrana celular, aumenta a absorção da vitamina A e atua na manutenção do tecido epitelial (da pele)” esclarece Érika Motoie. Algumas fontes de vitamina E são os óleos vegetais, o gérmen de trigo, couve, couve-flor, repolho, etc.

Os cuidados com o corpo e a saúde devem ser constantes. Além da ingestão de vitaminas, é importante balancear a alimentação. Evitar a *junk food* e alimentos muito gordurosos já é um bom começo. Uma dieta rica em fibras e o consumo de 2 litros de líquido por dia são medidas que só vão fazer bem. E quando for possível, a prática de atividade física complementa os cuidados com o corpo.

### Sobre a Biodolce

A **Biodolce** foi criada para atender a necessidade de quem busca uma beleza saudável. Baseada no conceito *Viva seu corpo*, oferece produtos de alta qualidade e indicados para toda a família. A preocupação com o bem-estar dos consumidores está estampada em cada rótulo, pois todos os produtos são dermatologicamente testados e com formulações exclusivas. Ao todo 17 produtos já estão no mercado, divididos nas linhas *Face*, *Body*, *Hands* e *Bath*. Até o fim de 2007, 12 lançamentos serão incorporados ao portfólio da empresa. Seus produtos podem ser encontrados em farmácias, perfumarias e drogarias.

Mais informações 11/3966-5744 (SAC) ou [www.biodolce.com](http://www.biodolce.com)

### Scritta - Serviço de Imprensa

Jornalista responsável: Paulo Piratininga - MTPS 17.095

Contato: Natália De Luca / Leandro Luize

Tel./fax: 11/5561-6650

E-mail: [natalia@scritta.com.br](mailto:natalia@scritta.com.br) / [leandro@scritta.com.br](mailto:leandro@scritta.com.br)

Home page: [www.scritta.com.br](http://www.scritta.com.br)

Julho/2007