

prendi nota

la bevanda che ti fa bella

Gli effetti negativi di scorie e tossine sono visibili anche sulla pelle ed eliminarle, bevendo tanto, rende subito... più belle! La linea *Sant'Anna Beauty*, poi, è particolarmente preziosa, perché è un'acqua minerale povera di sodio ma ricca di collagene, la proteina che dona tono ed elasticità alla cute, e zinco, antiossidante.



le capsule pro attività epatica

Povero fegato, che in questa stagione si ritrova a fare gli straordinari per smaltire le tossine che portano pesantezza e astenia. Ad alleggerire la sua opera depurativa ci pensa *Active Liver* di New Nordic (farmacia, 60 compresse, € 29,95), con cardo mariano e colina.



le bustine ad alto potere detox

La primavera può finalmente sbocciare anche nel corpo grazie a *PhytoDepura Forte* di **Bios Line** (farmacia, 30 bustine, € 26), con carciofo e altri principi attivi fitoterapici capaci di favorire lo smaltimento delle scorie prodotte dal metabolismo cellulare.

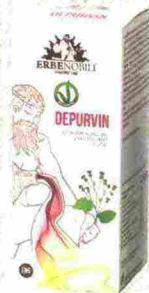
l'integratore sistema linfatico ok

Potente drenante, capace di riattivare il sistema linfatico, *Linfogem* di Ecol agisce grazie a un prezioso pool di piante provenienti dalla tradizione della flora italiana, tra cui ciliegio e verga d'oro, foglie di noce e di betulla, stigni di mais e boldo, elicriso e carciofo (200 ml, € 22, www.ecol.it).



le gocce depurative a 360 gradi

Depurvin di Erbenobili è un integratore a base di estratti vegetali, in particolare con piantaggine e borsa del pastore, combinati per favorire il drenaggio dei liquidi corporei, e bardana, pianta indicata per coadiuvare le funzioni depurative dell'organismo.



l'acqua che lava via le scorie

Le acque in bottiglia? Una non vale l'altra! *Lauretana* (Gdo, vari formati) è la scelta migliore soprattutto per chi ha imboccato la "strada detox" e, dunque, ne deve consumare almeno 2 litri al giorno, grazie alla sua purezza assoluta, al bassissimo contenuto di sodio e all'assenza di metalli pesanti.



il succo puro che "ripulisce" da dentro

Dopo un inverno sedentario, è facile ritrovarsi in primavera in compagnia di rotolini e cuscinetti legati da accumulo di liquidi e tossine. Per farne piazza pulita, c'è bisogno di tutta la forza dell'integratore 100% succo e polpa *Aloe Vera e Baobab* di PURO by Forhans (Gdo, 1000 ml, € 19,90), dall'azione depurativa, digestiva e rinforzante sulle difese immunitarie. Al delizioso gusto di pesca bianca.



i flaconcini per un ciclo rivitalizzante

Per aiutare il corpo e la mente a superare un cambio di stagione particolarmente pesante, ci vuole meno di una settimana e un flaconcino al giorno di *Pesoforma Nature Detox Snellente* (farmacia, 6 flaconcini, € 7,90), a base di estratto di carciofo e con succo di mela, dalle note proprietà depurative.



Lorenza Resuli