

O LIVRO DE RECEITAS DA BELEZA NATURAL

Informações essenciais para cuidar da pele e
do cabelo com produtos extraídos da natureza



mais de 100 cosméticos feitos em casa

PUBLIFOLHA

Resumo de O Livro de Receitas da Beleza Natural

Esse livro reúne mais de 100 receitas de cosméticos para o rosto, o corpo, as mãos, os pés e cabelos, elaboradas pela equipe da Neal's Yard Remedies, conceituada empresa britânica de produtos e cosméticos naturais.

Partindo do princípio de que a beleza deve ser cultivada de dentro para fora, destaca a importância da boa alimentação, do sono regular e dos cuidados com o corpo. Classifica os tipos de pele e cabelo, indicando os cuidados para cada um, como massagens e tratamentos, além de incluir dicas de maquiagem.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)