

# integral

VIVE MEJOR EN UN MUNDO MEJOR

Nº 357 • ESPAÑA: 3 €

**PODER CURATIVO  
DE LOS CUENCOS  
TIBETANOS**

Entrevista  
**JUAN CARLOS  
DEL OLMO, DE WWF**  
"El mundo se la juega  
en Copenhague"

**Recetas relajantes**  
para vencer el insomnio

**La energía azul**  
de las mareas marinas

**S.O.S Gorilas**  
Crónica de una extinción

**Bebidas vegetales**  
La alternativa a la leche

**Motivación laboral**  
Superar la apatía en el trabajo

**Alimentos  
anticáncer**

Últimos descubrimientos para prevenirlo y frenarlo



## Premio para la línea Eternal Youth de Alqvimia

Parte de la gama exclusiva Eternal Youth, de la casa de alta cosmética Alqvimia, ha sido galardonada en el último certamen de los Premios Liderpack, que reconocen los avances en innovación, diseño, creatividad y sostenibilidad. Los productos de Alqvimia galardonados dentro del apartado Belleza y Salud son el Sérum Facial Máxima Regeneración Eternal Youth (PVP: 190 € 30ml), la Crema Facial (PVP: 195 €, 50ml) y el Contorno de labios y ojos (PVP: 105 €, 15ml). La línea Eternal Youth, fruto de la antigua sabiduría alquímica y la moderna medicina anti-aging, se elabora con ingredientes 100% naturales y procedentes de la agricultura ecológica.



## Infusiones procedentes de la agricultura bio

VidaBliss presenta las infusiones de la casa austriaca Sonnentor, que lleva más de 20 años elaborando productos ecológicos. Johannes Gutmann, de Sprögnitz, una pequeña localidad en Austria, decidió agrupar a la mayoría de los granjeros y agricultores para coordinar su trabajo de un modo sostenible. Para ello fundó Sonnentor, empresa en la que trabajan actualmente unos 100 trabajadores y colabora con un total de 150 agricultores y granjeros que producen el 80% de la materia prima para elaborar sus productos. La infusión Deja que Brille el Sol combina té, jengibre, regaliz y lemongrass. La caja con 12 bolsitas cuesta 4,99 €.



ANNA GARCIA



## Naetura con puro coco

Naetura presenta su Mantequilla pura de Coco Natural Bio, elaborada con 99% de aceite de coco, que protege e hidrata la piel, dejándola suave y tersa. En Asia se usa mucho en el cabello para nutrir y dar brillo natural. Contiene Vitamina E y Aroma Natural de Cocox. 8 €.



## Tabla de inversión

La tabla de inversión de Ecopostural emula la clásica postura yóguica del pino. Entre otros beneficios, alivia dolores musculares, vertebrales y discales y mejora la circulación de retorno, aminorando el esfuerzo del corazón. P.V.P.: 419,92 €.



## Patés vegetales

Vegetalia dispone de una amplia gama de patés vegetales. Tofu y miso, niscalos, finas hierbas, algas, aceitunas negras, aceitunas verdes, piquillo, tahín (sésamo), tahín con algas. Los ingredientes proceden de la agricultura ecológica. P.V.P. aprox. entre 2,50 y 3,50 €.

MÁS INFORMACIÓN EN INTEGRAL PRACTICA