



Pequeno livro de

# BELEZA

Guia para toda hora

Daniela Leal



## Pequeno livro de beleza (Guia para toda hora)

Com o Pequeno livro de beleza, você vai solucionar todas as suas dúvidas sobre os cuidados com o rosto, o corpo, os cabelos e as unhas. Neste guia, a médica Daniela Leal, pós-graduada em dermatologia e medicina estética, vai mostrar que se cuidar e criar uma rotina de limpeza e hidratação não é tão complicado ou dispendioso quanto parece. O Pequeno livro de beleza traz, entre muitos outros assuntos, dicas e respostas às dúvidas mais comuns sobre os seguintes temas:- os alimentos que contribuem para manter pele e cabelos viçosos;- o que procurar na hora de comprar cosméticos;- como ter unhas sempre bonitas e fortes;- a maneira correta de usar o secador e a chapinha, para evitar danos aos cabelos;- como prevenir e tratar celulite, estrias, gordura localizada e flacidez;- os melhores procedimentos estéticos para cada tipo de problema. Consultando o Pequeno livro de beleza, você não vai mais ter dúvidas sobre a melhor maneira de se cuidar e conquistar uma pele e um cabelo dignos de cinema. Descubra que é possível se sentir linda em qualquer idade.

[Clique aqui para obter este livro](#)