

# Unique Violet Collagen, el colágeno de las 3 R

TAN IMPORTANTE ES DORMIR COMO QUE ESE SUEÑO SEA EFECTIVO. CUANDO DORMIMOS, NUESTRO ORGANISMO SE REPARA FÍSICA Y MENTALMENTE, REGENERANDO Y RECUPERANDO LA ENERGÍA CONSUMIDA DURANTE EL DÍA. PARA LOGRAR ESTAS 3 R SON NECESARIAS ENTRE SIETE Y OCHO HORAS DIARIAS DE DESCANSO DE CALIDAD, CON UN SUEÑO EFECTIVO Y REPARADOR.



Solo así, con un sueño profundo y relajado, nuestro cuerpo puede completar los diferentes ciclos y procesos metabólicos. Si analizamos las causas que dificultan el sueño, debemos señalar al estrés como uno de los principales responsables. Así, cuando padecemos estrés o períodos de ansiedad, no solo nos cuesta mucho más conciliar el sueño, sino que también nos resulta mucho más complicado descansar de forma efectiva. Esta situación genera un aspecto cansado, piel apagada y deshidratada, y aumenta la aparición de manchas, la flacidez y las arrugas de expresión. Por si esto fuera poco, la falta de sueño reparador y el estrés provocan, además:

- Envejecimiento prematuro
- Cansancio y bajo rendimiento
- Aparición de canas
- Digestiones lentas, excesos calóricos y picoteo
- Confusión mental y disminución de la capacidad cognitiva
- Estrés, ansiedad y/o depresión

La farmacéutica **Meritxell Martí** acaba de presentar Unique Violet Collagen, el primer colágeno para intentar paliar estas consecuencias, puesto que engloba cuatro sinergias de actividad en un único producto: Calm & Restore & Light & Firm.

