

image not found or type unknown



# Belleza inteligente

**Carmen Navarro**

**Fecha de publicación:**

10/01/2013

Consejos para ser una estrella a tu alcance

**Sello Editorial:**

Ediciones Martínez

Roca

**Consejos para ser una estrella a tu alcance**

## Contacto de prensa

**Nombre:** Laura Fernández

**Teléfono:** 91 423 03 28

**Email:**  
lfernandez@planeta.es

**Nombre:**  
INTERNACIONAL  
Eduardo Martín

**Teléfono:** 93 492 89 06

**Email:**  
emartines@planeta.es

**Nombre:** Desirée Rubio

**Teléfono:** 91 423 03 54

**Email:**  
drubio@planeta.es

**Nombre:**  
INTERNACIONAL  
Patricia Jiménez

**Teléfono:** 93 492 82 76

**Email:**  
pjimenezl@planeta.es

**Nombre:** Luisa Paunero

**Teléfono:** 91 423 03 78

**Email:**  
lpaunero@planeta.es

Tras casi cuarenta años de profesión, Carmen Navarro se ha convertido, por derecho propio, en el principal referente del mundo de la estética. A ella recurren todo tipo de mujeres y hombres así como algunas de las *celebrities* de moda: Letizia Ortiz, Beatriz de Orleans, Tita Cervera, Carmen Lomana, Alaska o Mario Vaquerizo. Gracias a este libro, Carmen nos desvela sus secretos de belleza mejor guardados para mejorar nuestra cara y cuerpo: desde los cuidados que debes proporcionarle a tu piel, las tendencias que existen hoy día en el mundo de las cremas, los incombustibles en los tratamientos faciales, anticelulíticos o lociones, lo último en la medicina estética, la nutricosmética o los tratamientos de lujo, los mejores trucos para hacer frente al sol o la cosmética exprés más revolucionaria de cara a una glamurosa fiesta. Este fantástico y didáctico libro incluye, además, un capítulo completo dedicado a revolucionar el atractivo de los hombres. Sácate el máximo partido y siéntete más bella tanto por dentro como por fuera independientemente de la edad que tengas.

**Un auténtico «fondo de armario» de consejos, salud y belleza orientado a conseguir que brilles como una estrella**

## **Carmen Navarro**

**Carmen Navarro** nació en Madrid, donde estudió Secretariado de Dirección. Tras finalizar sus estudios se trasladó a vivir a París. Más tarde comenzó a desarrollar su gran pasión por el mundo de la belleza como esteticista. Tuvo oportunidad de cursar estudios de Reflexoterapia, Shiatsu, Digitopuntura, Técnicas de Relajación, Control Mental, Sofrología, Rolfin y lo más importante, la meditación. Con los yoguis aprendió la importancia de la concentración en la realidad del momento presente, que mantiene la salud física y mental. Se diplomó en Quiropraxia en una de las mejores escuelas americanas, de la que obtuvo su certificación. Viajera incansable, ha vencido sus miedos recorriendo India, Nepal, Tíbet, Indonesia, Egipto, México, toda Sudamérica, Nueva York, París, Suecia, Noruega, Hungría, Reino Unido, Alemania, Suiza, Austria, Italia, Eslovaquia, siempre buscando algo diferente que incorporar a su dinámica visión del mundo. Y permanentemente lanzando todo aquello que significa innovación, mejora, progreso, tecnología, aparatología y, en definitiva, cualquier materia relacionada con la estética de última generación. En este momento, como empresaria, dirige y forma constantemente el equipo de sus centros, cinco en Madrid y uno en Sevilla. En ellos ha conseguido transmitir sus valores de honestidad, curiosidad, esfuerzo en la superación constante y esmerado trato en la personalización hacia la belleza inteligente de sus clientes, su motivación diaria.