

Lemniscata

El Universo de Secretos del Agua

#001

Un verano para volver a ti

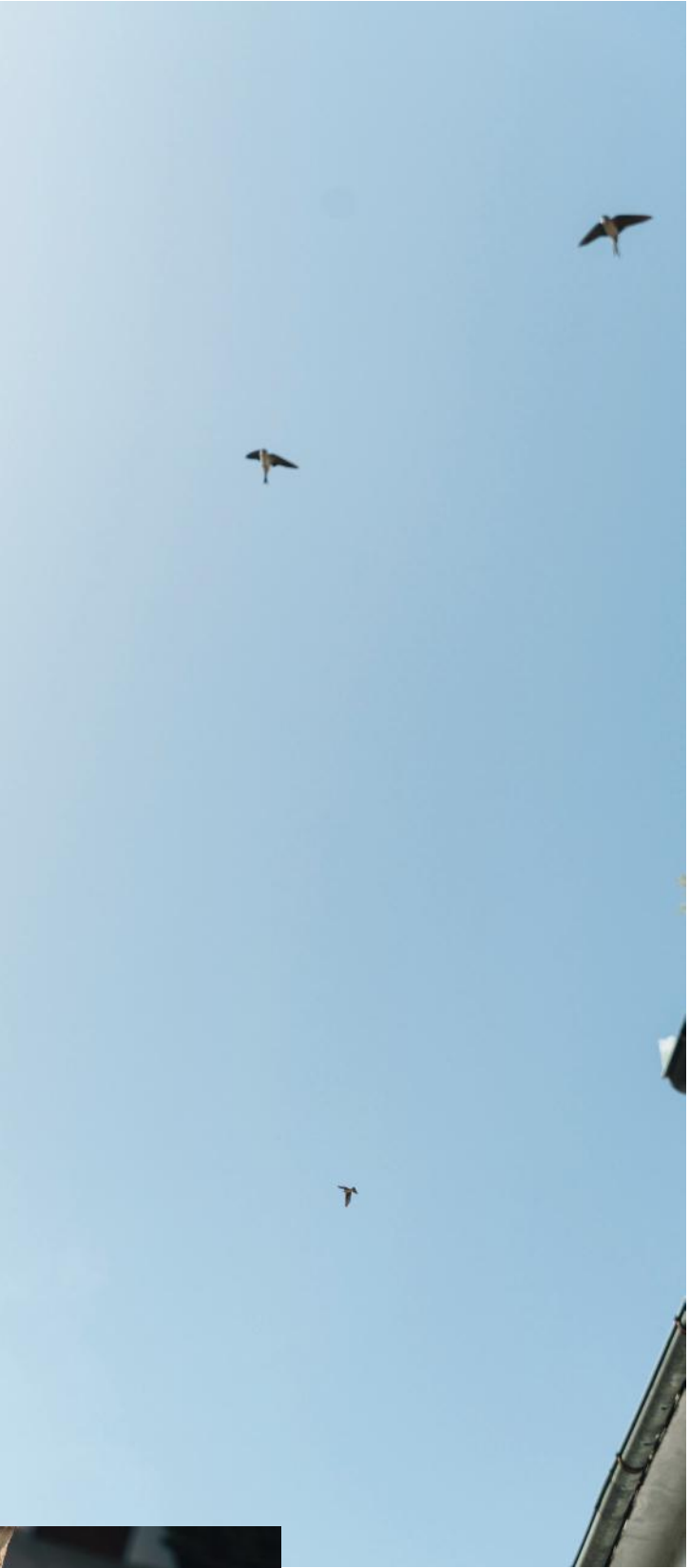
Un verano en el pueblo para volver de él con más sabiduría, un verano equilibrado, libre y luminoso, pero también íntimo y profundamente humano.

Los ritmos circadianos

El reloj invisible que regula tu salud y la de tu piel.

Proyecto Mombeltrán

Un proyecto para regenerar la tierra desde la agricultura biodinámica y recuperar el vínculo con el origen.





Queremos comenzar agradeciendo la cálida acogida de la primera edición de nuestro querido periódico la pasada Navidad. Nos emociona ver cómo ha sido recibido por los profesionales y cómo ha logrado dejar su huella en quienes lo han tenido entre sus manos.

Nuestro más sincero agradecimiento a todo el equipo de Secretos del Agua, que lo gestó con tanto amor. Por supuesto, también a la imprenta, que supo hacer un hueco en su ritmo de producción, habitualmente centrado en grandes volúmenes, para acompañarnos en este proyecto. Y, cómo no, gracias a quienes nos han leído y han decidido guardar este pequeño pedazo de nosotros en un rincón de su hogar. La acogida de la primera edición nos ha confirmado que este proyecto tenía que continuar.

Por eso, hemos decidido darle continuidad en el tiempo, convirtiéndolo en un espacio desde el que poder acercarnos al camino que estamos recorriendo, a las ideas que hoy nos inspiran y a la dirección que marcará nuestros próximos proyectos.

Nos gusta habitar el presente, vivir y sentir cada ritmo y cada latido en tiempo real. Nos inspiramos en la creencia de que, para ser verdaderamente originales, es necesario volver al origen, y el nuestro se encuentra en la semilla, en el campo y en los ritmos de la naturaleza. En ellos se encuentra nuestro amanecer y nuestro anochecer, el sueño y la vigilia, el Sol y la Luna...

En definitiva, se trata de sostener un ritmo constante y sanador: en calma, respirando, sintiendo que lo que ocurre fuera de nosotros encuentra eco en aquello que, en nuestro interior, nos reconforta y resuena.

Ese ritmo toma forma en el retorno al pueblo, al de mis padres o a aquel donde vive mi familia; ese lugar donde mis ancestros forjaron su forma de vida y gracias a quienes hoy podemos estar aquí, sostenidos por su fuerza, su sabiduría y su amor incondicional.

Tanto Benito como yo os deseamos que disfrutéis de este tiempo tan maravilloso que nos espera, lleno de luz, de colores y tanta vida exterior. Sin dejar de mencionar y celebrar el encuentro con el otro, las casualidades y la magia de la vida. Recordemos la importancia del ritmo y aprendamos a contener el exceso, para poder afrontar la siguiente etapa con alegría y fuerzas renovadas.

Que cada página sea una pausa, un encuentro y un regreso a aquello que, en esencia, ya somos.

Benito García
CEO

Esther Segura
Directora Creativa



Un verano

para volver

a ti

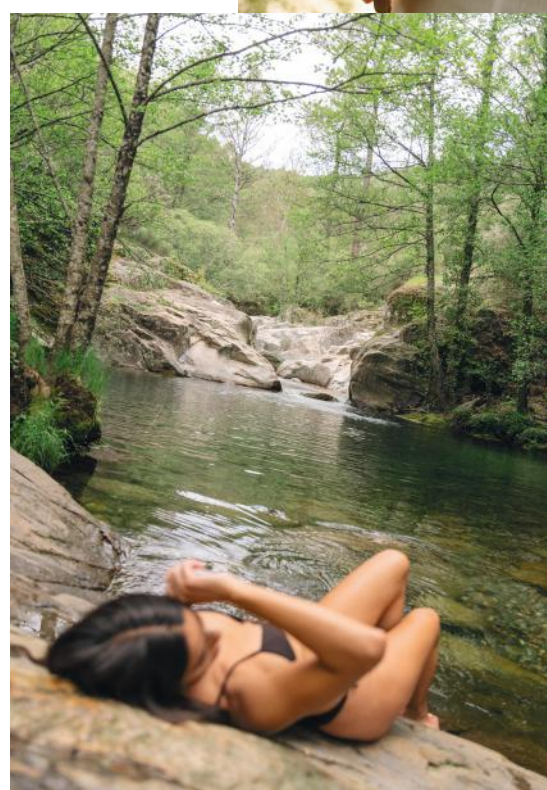
Volver al pueblo es, en realidad, volver a ti. A un lugar donde el tiempo se ensancha y todo sucede sin prisa. Donde lo cotidiano recupera su valor y la vida encuentra una forma más sencilla de ser habitada. Un espacio que no siempre es físico, pero que reconoces en cuanto lo sientes.



En el pueblo, la expansión del verano no te arrastra, te acompaña. La luz no invade, ilumina. Entre el bullicio y la calma, entre la conversación y el silencio, aparece un equilibrio natural que no se busca, se vive. Un ritmo que te devuelve a lo esencial sin darte cuenta.



Quizás por eso volver al pueblo es también volver a un estado interior. A ese lugar donde el cuerpo se relaja, la mente se aquieta y todo se ordena sin esfuerzo. Un lugar donde simplemente estás. Y en ese estar, vuelves a ti.





Ritmo circadiano: el reloj invisible que regula *tu salud y la de tu piel*



La vida es movimiento; desde que nacemos vamos percibiendo y reconociendo tanto los ritmos propios (la respiración, el latido de nuestro corazón, el movimiento de nuestro cuerpo) como los que se generan a nuestro alrededor.

La naturaleza nos acompaña con sus ritmos temporales: el recorrido de nuestro planeta alrededor del Sol y el paso de las estaciones del año; el ciclo lunar y su influencia en el ritmo de las mareas; las épocas de lluvia o sequía... Pero hay un ritmo que vivenciamos cada día y que está relacionado con nuestro “yo despierto” y nuestro “yo dormido”: el ritmo circadiano.

El ritmo circadiano es un proceso natural esencial vinculado con el movimiento de giro de la tierra sobre su propio eje y hace referencia al periodo de claridad que transcurre desde el alba hasta el anochecer. Es por ello que está íntimamente ligado a la luz solar.

Se relaciona con:

- Periodo de sueño/vigilia
- Temperatura corporal
- Actividad hormonal
- Metabolismo
- Función inmunitaria

La primera luz que llega a nuestros ojos por la mañana es detectada por nuestra retina y la información que recoge llega a la glándula pineal (en el centro del cerebro), que produce la serotonina y nos ayuda a despertar e ingresar al mundo físico. Es nuestro “botón de encendido”. Pasamos del sueño y la conciencia del sueño a la conciencia despierta a causa de la serotonina.

A medida que la luz disminuye, la retina lo detecta y la información llega a la glándula pineal, que convierte la serotonina en melatonina. La melatonina nos ayuda a dormir, es nuestro botón de «apagado». Pasamos de la conciencia despierta a la conciencia del sueño a causa de la melatonina.

Los ritmos circadianos pueden sufrir alteraciones por factores endógenos (como el envejecimiento o algunas enfermedades) y también por factores exógenos (como los horarios de trabajo, la luz artificial o los viajes en avión intercontinentales).

Alterar nuestro ritmo circadiano puede tener distintas consecuencias:

- Fatiga
- Problemas de sueño, somnolencia
- Disminución en el rendimiento

- Dificultades emocionales y sociales
- Mayor posibilidad de cometer errores
- Aumento de accidentes
- Comportamientos de riesgo
- Problemas de salud: hipertensión, diabetes, síndrome metabólico y obesidad

¿Nos sirve cualquier tipo de luz para sincronizarnos?

La luz solar es una fuente natural que aporta claridad y calor. Su color e intensidad varían a lo largo del día y durante el año. Es esencial en la regulación de nuestros ritmos, promoviendo el sueño y la salud en general.

La luz artificial es generada por distintos dispositivos: bombillas incandescentes, lámparas fluorescentes, LED o pantallas digitales. Su intensidad se puede ajustar y permanecer inalterable. Emite luz azul de alta energía. Ésta reduce a la producción de melatonina, acelera el ritmo cardíaco, perjudica la salud ocular y produce cambios en las ondas cerebrales, sobrestimulando nuestro sistema nervioso.

La piel y su propio ritmo

La piel, nuestro mayor órgano de percepción, no sólo nos envuelve y protege del entorno, también sigue el ritmo circadiano. Además, todas las células de la piel tienen su propia sincronización interna.

Por la noche, la piel entra en su fase lunar de reparación: es el momento en el que paramos, conectamos con la calma y la quietud, permitiendo que se puedan realizar procesos como la reparación del ADN cutáneo y la proliferación de células madre epidérmicas. Estas células madre crean nuevas células cutáneas que sustituyen a las que ya han cumplido su ciclo -esto es regulado por el gen CLOCK (Circadian Locomotor Output Cycles Kaput)-.

El flujo sanguíneo aumenta, y también se incrementa la producción de colágeno y elastina. En esta fase debemos incorporar activos que nos ayuden sobre todo a reparar y nutrir.

Por la mañana, la piel entra en su fase solar, despierta, se activa, responde frente a los estímulos, y nos muestra el regalo que se ha ido tejiendo en la oscuridad: una piel renovada y luminosa. Los productos que se apliquen en esta fase, deben llevar antioxidantes para combatir el estrés oxidativo y la contaminación, y activos que ayuden con la hidratación y regulación de la TEWL (Transepidermal Water Loss, que se traduce como pérdida de agua transepidérmica).

Sin embargo, la piel puede desincronizarse, alejándose de su ciclo natural. Los factores que influyen principalmente en la desregulación circadiana son:

- Sobre exposición a la radiación UV
- Exposición a la luz azul artificial
- Polución
- Sustancias químicas: ciertos medicamentos, alcohol, tabaco y otras drogas
- Fluctuaciones de temperatura frío/calor
- Cambios en la humedad ambiental
- Horarios de alimentación desordenados
- Trasnóchar
- Trabajos con turnos de noche o con rotaciones de horario

Todo esto conlleva a la pérdida de la homeostasis produciendo daños incluso a nivel de ADN; como consecuencia la piel pierde luminosidad y firmeza, se inflama, aparecen ojeras, aumenta la sensibilidad, hay mayor propensión a la aparición de manchas y trastornos cutáneos.

Cómo recuperar nuestro verdadero ritmo

El ritmo natural se va integrando en el ser humano hasta convertirse en algo propio, algo que va a ir cambiando a través de las distintas etapas de la vida. Tener presentes ciertas recomendaciones nos va a ayudar a desarrollar un ritmo consciente y coherente con nuestro estilo de vida:

- Guíate por las horas de luz y oscuridad
- Expón tu cuerpo a la luz del sol diariamente
- Pasa tiempo al aire libre en contacto con la naturaleza
- Realiza ejercicio físico a diario
- Evita comidas copiosas
- Evita la cafeína y otras sustancias excitantes a partir de la tarde
- Evita la luz azul al menos 3 horas antes de acostarte
- Cena a la luz de las velas
- Reconecta antes de acostarte

No existe un reloj universal, cada uno debemos encontrar los horarios que nos lleven a desarrollar una vida saludable y en armonía con lo que somos.

Crema Solar Gold

Solar Gold nace de nuestra manera consciente de relacionarnos con el Sol. Una protección mineral con color que protege, trata y embellece en un solo gesto.



- SPF 30
- Filtro mineral ultrafino no nano
- Acabado natural sin residuo visible
- Pigmentos minerales de origen natural
- Protección frente a UVA y luz azul
- Resistente al agua
- Hidrata y nutre
- Ayuda a preservar la elasticidad
- Previene la aparición de líneas de expresión
- Textura luminosa
- Efecto buena cara inmediato
- No comedogénico
- Apto para todo tipo de piel

IDEAL PARA TI SI...

- Buscas protección mineral con acabado natural
- Prefieres unificar el tono sin maquillaje pesado
- Tienes la piel sensible o fotosensible
- Te has realizado tratamientos faciales
- Te expones diariamente a pantallas



Restaurar lo invisible

Hay heridas que no se ven. No dejan cicatriz en la piel, pero alteran por dentro la manera de habitar el mundo. Hay heridas que nacen de un daño no material o exterior, del miedo, de la violencia, de una pérdida o de una injusticia. Heridas que, muchas veces, no encuentran un espacio donde ser nombradas con verdad, sin juicio y sin prisa.

También esas heridas quieren ser sanadas por la justicia restaurativa.

La justicia restaurativa es un proceso en el que, a través de encuentros y espacios guiados por profesionales, se acompaña tanto a víctimas, como a personas que han causado daño para que puedan comprender lo ocurrido, asumir responsabilidades y, cuando es posible, reparar el impacto generado, también el invisible. Este acompañamiento puede darse de forma individual o grupal, siempre desde el respeto y la escucha.

Desde esa mirada trabaja Pilar González Rivero, jurista y facilitadora en la Asociación para la Mediación, el Encuentro y la Escucha (AMEE).

Una de las claves de la justicia restaurativa es que no impone y no empuja. No obliga a perdonar, ni a pedir perdón, no acelera procesos que solo pueden nacer desde dentro. Se trabaja con algo esencial: la recuperación de la dignidad.

Muchas personas víctimas sienten que el daño sufrido les ha arrebatado no solo la tran-

quilidad, sino también una parte de sí mismas, de su valor, de su identidad, de su confianza en la vida y en los demás. Restaurar, en ese contexto, significa ayudar a que esa persona pueda reencontrarse con su humanidad, con su fuerza, con su lugar y con su dignidad.

La justicia restaurativa también acompaña a personas que han cometido delitos. Y aquí aparece una de las ideas más difíciles, pero también más transformadoras, de este enfoque: comprender no significa justificar.

Entender qué hay detrás de una conducta dañina no borra el daño causado, ni exime de responsabilidad. No resta gravedad a los hechos, pero sí permite mirar al ser humano sin reducirlo únicamente a su peor acto.

La justicia restaurativa sabe que el perdón puede ser sanador, pero también sabe que antes de llegar ahí, hay un largo recorrido: el de haber sido escuchado, comprendido, acompañado; el de poder poner palabras al dolor; el de encontrar respuestas; el de recuperar la calma suficiente para volver a mirar al otro con la misma humanidad que habita en cada persona.

La labor de AMEE se sostiene gracias al compromiso de profesionales y personas voluntarias que acompañan estos procesos con sensibilidad, formación y una profunda vocación humana. Trabajan con víctimas, con personas privadas de libertad y con contextos donde el daño necesita ser abordado desde otro lugar. También impulsan prácticas restaurativas en ámbitos como la educación o las organizaciones, llevando esta mirada allí donde el conflicto forma parte de la vida.

En un tiempo en el que todo parece empujarnos a reaccionar rápido, a etiquetar y a dividir, la justicia restaurativa propone algo radicalmente distinto: parar, escuchar, comprender y acompañar. Y quizá ahí, en ese gesto tan sencillo y tan profundo, empiece también una forma nueva de justicia.



¿Quieres colaborar con este proyecto?
Escanea este QR

LÍNEA PRO CURLY

Deja que tu cabello *fluya* con naturalidad

Para quienes abrazan su textura natural: desde rizos que buscan libertad hasta cabellos que en verano se dejan llevar. Una invitación a soltar, sentir y vivir el cabello en su forma más auténtica.

Hidratación y definición que equilibran sin imponer,
respetando el movimiento natural del rizo.



Por la compra de 2 productos seleccionados
de la línea Pro Curly de regalo un Champú
Nutriente o Fuerza (100 ml).

SALONES SECRETOS DEL AGUA

Cuando el cuidado no termina en el salón





El secreto de un cabello saludable

Todo comienza con un diagnóstico consciente. Cuando entras en un salón de Secretos del Agua, antes de aplicar cualquier tratamiento, nos tomamos el tiempo necesario para entender las necesidades de tu cabello y tu cuero cabelludo. ¿Tu cuero cabelludo necesita un poco más de nutrición? ¿Tu cabello está pidiendo hidratación o reparación? Estas son solo algunas de las preguntas que nos hacemos para ofrecerte el tratamiento adecuado.

Este diagnóstico no solo se basa en el aspecto físico de tu cabello, sino que también tiene en cuenta otros factores como tu rutina diaria, el entorno al que está expuesto tu cabello y los cuidados previos que has estado aplicando. En Secretos del Agua, creemos que, para ofrecerte el mejor tratamiento, necesitamos conocer el cuadro completo. Nuestro propósito no es solo embellecer tu cabello, sino devolverle su vitalidad y asegurar su bienestar a largo plazo.

Una vez que comprendemos tus necesidades capilares, aplicamos el tratamiento adecuado. No se trata de un simple cambio de color, la cobertura de canas o un corte, sino de un enfoque integral que revitaliza, nutre y mejora la salud de tu cabello. Usamos productos que respetan la estructura natural del cabello, que cuidan y tratan, favoreciendo su regeneración desde la raíz.

Trabajamos con fórmulas que garantizan que tu cabello reciba todo lo que necesita para ser un cabello saludable, fuerte y brillante. Pero, al mismo tiempo, nos aseguramos de que tu experiencia en el salón sea una oportunidad para aprender sobre cómo mantener esos resultados en tu día a día.

El cuidado de tu cabello no termina cuando te levantas de la silla del salón. El mantenimiento es una parte esencial del proceso y en Secretos del Agua te ayudamos a mantener los

resultados de los tratamientos en casa. Durante tu visita, no solo te proporcionamos un servicio de calidad, sino que también te recomendamos productos específicos que continúan el trabajo iniciado en el salón. Estos productos están formulados para trabajar en armonía con el tratamiento que acabamos de realizar, asegurando que tu cabello reciba la hidratación, nutrición y protección que necesita para mantenerse saludable y vibrante, que el resultado sea el más óptimo y que perdure en el tiempo.

El secreto para un cabello saludable y radiante es un compromiso con su bienestar diario. Estamos aquí para brindarte el apoyo necesario en cada etapa de ese proceso.



NUEVO LANZAMIENTO

Venus Veil

Color en tus mejillas que respira con tu piel



En **Secretos del Agua** seguimos avanzando en nuestra forma de entender el cuidado de la piel.

Esta fórmula se incorpora a nuestra línea **Skin Color**, creando una fusión perfecta entre belleza, cuidado y tratamiento.

Venus Veil es más que un toque de color; es una invitación a resaltar tu esencia con un rubor luminoso y natural que se adapta como un susurro a tu piel.

Formulado con pigmentos minerales certificados por **Cosmos**, su textura líquida water in oil, no comedogénica, se funde de manera natural sobre la piel, ya sea sola o aplicada sobre **cremas**, **Infoactivos**, **Sun Drops** o **Moon Drops**, aportando un rubor sutil y luminoso.

Como recién pellizcado. Un colorete que abraza el concepto *makeup no makeup*, respetando la textura real de la piel y revelando la belleza única de cada persona. Se integra con la piel y proporciona un toque de color luminoso y duradero, sin sensación de pesadez.

Aplica una pequeña cantidad con las yemas de los dedos, dando suaves toques sobre la piel de las mejillas, los pómulos o en cualquier otra zona donde desees un toque de color, hasta alcanzar la intensidad de tono deseada.

ACTIVOS PRINCIPALES

Agua Biopolar.

Aporta energía al organismo y transmite la información de los activos botánicos al sistema celular, depurando su toxicidad y potenciando su regeneración.

Xantofilas.

Propiedades antioxidantes.

Manteca orgánica de Karité.

Hidratante y nutriente, mejora la elasticidad de la piel a la vez que la repara y regenera.

Semillas de la Crambe.

Nutritivo y calmante.

Raíz de Luz.

Fuente energética para el cuerpo.

BENEFICIOS

- Efecto buena cara
- Aporta un toque de rubor y luminosidad
- Antioxidante
- Protege de la luz azul
- Pigmentos naturales de origen mineral
- Para todo tipo de piel
- No comedogénico
- Intensidad del color modulable
- Hidrata y nutre
- No reseca la piel

Descubre el poder revelador de Venus Veil, un tono radiante universal que, según el tono de la piel, se manifiesta en terracota o rosado. Aplícalo en mejillas, pómulos o en aquellos puntos donde quieras aportar un toque de vitalidad y luz.



Por la compra de Agua de Luna y Venus Veil de regalo un Bálsamo Labial.

Cirugía en Turkana

Un proyecto que va más allá de la medicina



www.cirugiaenturkana.com/ayuda

En el corazón del norte de Kenia, a miles de kilómetros de distancia, se encuentra Turkana, una región conocida por ser una de las más pobres del país, donde el acceso a la atención médica es limitado, lo que ha llevado a miles de personas a vivir con enfermedades y dolencias que no pueden tratarse. Cirugía en Turkana se ha convertido en una respuesta eficaz y fundamental a esta necesidad, proporcionando ayuda y atención quirúrgica vital a las comunidades más vulnerables.

El proyecto comenzó a principios de los años 2000 cuando un grupo de cirujanos, en colaboración con misioneros locales, identificaron una grave falta de atención médica en la región de Turkana. Las condiciones sanitarias eran precarias y muchos habitantes de la zona no tenían acceso a cuidados médicos básicos. A partir de esta constatación, Cirugía en Turkana comenzó a organizar campañas médicas periódicas con el objetivo de ofrecer atención quirúrgica a la población. En sus primeros años, el proyecto estaba formado por un pequeño grupo de médicos y voluntarios que viajaban a la zona para ofrecer consultas y realizar operaciones, atendiendo a la población que, de otro modo, no habría tenido acceso a servicios médicos.

Con el tiempo, el proyecto fue creciendo, y hoy en día, Cirugía en Turkana moviliza hasta a 40 profesionales médicos en sus campañas anuales, que incluyen cirujanos, enfermeros, anestelistas y otros especialistas. Durante las campañas, se realizan hasta 400 operaciones en un periodo de dos semanas y se atienden más de mil pacientes.

A pesar de las dificultades que implica trabajar en una región con recursos limitados, Cirugía en Turkana realiza investigaciones para entender mejor las patologías que afectan a la población local. El objetivo es identificar los problemas de salud más comunes y desarrollar tratamientos adaptados a las circunstancias locales.

La formación es otro pilar fundamental del proyecto. Por un lado, la formación del personal médico local permite que el impacto de las campañas de Cirugía en Turkana perdure a través de la educación y la capacitación de los profesionales de la salud de la región. Y, por



otro lado, la formación de médicos residentes y estudiantes de medicina, basada en una vocación de enseñanza a los más jóvenes que es el verdadero motor del cambio que propone Cirugía en Turkana.

Lo que Cirugía en Turkana ha logrado es mucho más que realizar intervenciones quirúrgicas. Ha creado una comunidad de médicos, pacientes, voluntarios y personas comprometidas con la transformación de vidas. En cada campaña, se establece un intercambio de sabiduría y humanidad, donde no solo se enseñan técnicas médicas, sino que también se aprende de la paciencia, la fortaleza y la generosidad de quienes viven en Turkana. Los médicos que participan en estas campañas no solo dejan su huella en los pacientes que operan, sino que también se ven transformados por las comunidades que conocen, llevándose consigo un aprendizaje profundo que cambia su forma de ver la vida.

Cirugía en Turkana es un proyecto que nos recuerda la importancia de mirar más allá de nuestras fronteras y de comprometernos con las necesidades de los demás. Es un recordatorio de que, incluso en los lugares más alejados, la solidaridad puede marcar la diferencia y cambiar vidas para siempre. Con cada operación, con cada sonrisa de un niño, con cada mujer que recupera su salud, Cirugía en Turkana nos muestra que la humanidad no tiene límites y que todos podemos contribuir a hacer de este mundo un lugar más justo, uno donde la vida se valore y se cuide en todas sus formas.



Descubre como puedes formar parte del cambio. Escanea este QR.

Activos Botánicos

En Secretos del Agua entendemos el cuidado desde el origen. Por eso, queremos acercarte a la esencia de nuestros tratamientos: los activos botánicos.

Ingredientes que nacen de la naturaleza y trabajan en profundidad, acompañando la piel y el cabello en su equilibrio natural.



Extracto de la raíz de luz

–*Dioscorea oppositifolia* (wild yam) root extract–

La raíz de luz tiene la virtud de guardar éter lumínico en su interior. Se trata de una fuente energética muy importante para el ser humano y cuyo cultivo hemos recuperado desde Secretos del Agua. Tiene un efecto acondicionador sobre la piel, aportando suavidad e hidratación. Asimismo, posee propiedades antiinflamatorias y calmantes. Por su poder antioxidante, apoyan a la barrera cutánea ayudando a contrarrestar el efecto de los radicales libres y protegiéndonos frente al daño ambiental.



Extracto de alga Chlorella

–*Chlorella Vulgaris* Extract–

Se cultiva en medios de agua dulce utilizando sistemas de biotecnología para optimizar su crecimiento. Se trata de un “bioretinol” marino derivado de microalgas mediterráneas. Posee un rendimiento reparador y equilibrante clínicamente probado. Tiene todos los beneficios del Retinol (y más) sin producir ningún tipo de irritación ni alteración en la piel. Trabaja delicadamente para brindar la remodelación dérmica definitiva: visiblemente reafirmante, reduciendo las líneas finas y las arrugas, unificando las imperfecciones. Reduce y unifica la apariencia de las manchas de la edad y la hiperpigmentación para una piel naturalmente radiante. Antienviejimiento sinérgico demostrado mientras calma y cuida la piel más delicada.



Extracto de levadura

–*Hydrogenated starch hydrolysate*–

Este ingrediente es un extracto natural altamente purificado de *Saccharomyces Cerevisiae*. Ejerce una doble acción frente al paso del tiempo, estimulando la piel madura y ayudando a recuperar su belleza:

1. Preventiva: reactiva y refuerza el sistema inmunitario de la piel, ayudándola a mantenerse joven. Asimismo, protege las células centinelas de la piel del fotoenvejecimiento, neutralizando los efectos nocivos de los rayos UVB.
2. Reparadora/Regeneradora: reduce la inflamación y activa la síntesis de colágeno.



Extracto de corteza de Pinus Pinaster

–*Pinus pinaster* bark extract–

Destaca por su obtención sostenible, principalmente al utilizarse como subproducto de la industria maderera en bosques gestionados de forma responsable. Su recolección no requiere la tala de árboles nuevos, ya que se aprovecha la corteza de árboles ya talados. Se sabe que el extracto de corteza de pino resinero muestra potentes propiedades antioxidantes, neutralizando eficazmente los radicales libres. Es rico en compuestos polifenólicos, ofreciendo una protección efectiva al cabello contra procesos dañinos como el estrés oxidativo. Además, previene el daño causado por dos procesos comunmente utilizados por muchas personas para el tratamiento del cabello, como son la decoloración capilar y el secado del cabello.



Ácido Hialurónico

–*Hidrolyzed sodium hyaluronate*–

Su origen proviene de la raíz de la remolacha y del trigo, fuentes renovables vegetales cuyas propiedades nos ayudan a frenar el envejecimiento cronológico y extrínseco. Gracias a su capacidad única para penetrar en las células cutáneas y actuar profundamente tanto en el entorno del núcleo celular como a nivel del ADN, influye sobre el envejecimiento de raíz aportando diversos beneficios para la salud y la longevidad de la piel.

BODYCARE

AGUA DE MUSGO + PIEL SEDA



Deja que tu piel
recupere su *equilibrio*

Hidratación profunda y fresca que restauran el equilibrio y aportan confort duradero a la piel.



Por la compra de Agua de Musgo (100 ml). y Crema Piel Seda (200 ml). de regalo una botella Om Water.

BOTELLA OM WATER

Amor por el agua

Una botella diseñada para acompañar un gesto cotidiano con intención y consciencia.



En un mundo que avanza con rapidez, donde los gestos cotidianos se diluyen en la inercia del día a día, detenerse a **beber agua puede convertirse en un acto profundamente transformador.**

La botella **Om Water** nace precisamente de esa intención: acompañar un gesto esencial y devolverle su significado.

No se trata solo de contener agua, sino de invitar a una forma distinta de relacionarnos con ella. Cada detalle de su diseño ha sido concebido para despertar una mirada más consciente, más atenta, más conectada con aquello que nos sostiene. Porque el agua no es solo un recurso, es origen, es memoria, es vida.

Con una capacidad de 1,23 litros, esta botella responde a la proporción áurea, una geometría presente en la naturaleza que

ordena desde la disposición de los pétalos de una flor hasta las formas de las galaxias. Esta proporción no es solo estética: es armonía, equilibrio y coherencia con el mundo natural.

En su superficie habitan símbolos que refuerzan esta intención. El mantra Om, considerado el sonido primordial de la creación, nos conecta con la esencia de todo lo que existe. La Semilla de la Vida, una de las geometrías sagradas más antiguas, evoca los ciclos, la renovación y la posibilidad constante de comenzar de nuevo. Junto a ellos, el símbolo de la gratitud nos recuerda algo esencial: honrar incluso los actos más simples transforma nuestra manera de estar en el mundo.

El color azul de la botella no es casual. Al solarizar el agua, transmite calma, quietud y contemplación. Nos remite al cielo y al mar, despertando una sensación de amplitud, de li-

bertad, de infinito. Es un color que invita a bajar el ritmo y a habitar el momento.

Fabricada en España con vidrio 100% reciclado y reciclable, libre de metales pesados, Om Water nace también desde un compromiso real con el entorno. Porque no puede haber consciencia sin respeto, ni bienestar sin coherencia.

Desde **Secretos del Agua**, entendemos que pequeños gestos sostenidos en el tiempo tienen el poder de generar grandes cambios. Al incorporar una intención de gratitud en el acto de beber, comenzamos a transformar no solo nuestra relación con el agua, sino también con todo lo que nos rodea.

Om Water no es solo una botella. Es una invitación a volver. A sentir. A recordar.

An aerial photograph of a rural landscape. In the foreground, there are several large, mature olive trees with silvery-green foliage. To the right, a long, single-story stone building with a tiled roof is partially visible, surrounded by lush green vegetation. The background shows rolling hills covered in dense green forest under a cloudy sky.

Proyecto Mombeltrán

Cuidar desde el origen, volver a nosotros

Hace aproximadamente un año, Esther Segura y Benito García empezaron un proyecto que simboliza todo lo que es y quiere seguir siendo Secretos del Agua. Compraron cerca de diez hectáreas de terreno en Mombeltrán y la comarca de las Cinco Villas, a los pies de la Sierra de Gredos.



No fue una decisión casual. Eligieron esta zona asesorados por expertos en ecosistemas, ya que cuenta con un microclima privilegiado, temperaturas suaves y una naturaleza especialmente rica, ideal para trabajar la tierra de forma respetuosa y regenerativa.

La idea detrás del proyecto es sencilla de entender, aunque profunda en su significado. Es un proyecto que nace de la ilusión de regenerar la tierra y, en sus propias palabras, de “volver a nosotros”. Es una extensión natural de lo que ya es Secretos del Agua; cuidar desde el origen, no solo a través de la piel, sino también a través de lo que comemos y de cómo nos relacionamos con el entorno y con las personas.

Desde el principio han tenido claro que no se trata de producir rápido, sino de hacerlo bien. Por eso, todas esas tierras van a trabajarse (como no podía ser de otra manera) a través de la agricultura biodinámica, un enfoque que entiende la tierra como un organismo vivo y que respeta sus tiempos. Ahora mismo, el proyecto está en una fase inicial, centrado en recuperar la salud del suelo antes de empezar a producir alimentos.

Aun así, en esas casi 10 hectáreas ya hay vida. Además de frutales, como olivos e higueras, hay animales que forman parte del equilibrio natural del terreno. Al frente del día a día está Julio Arroyo, agricultor y ganadero con más de treinta años de experiencia en este tipo de prácticas. Junto a él trabajan Javier y Amanda, dos jóvenes que decidieron dejar Madrid para volver a su pueblo, y también Mario, el padre de Javier. Es un proyecto que, poco a poco, también está ayudando a reactivar la vida local.

Pero lo importante es qué puede llegar a ser. Más allá de lo agrícola, hay una intención clara de impacto en la comunidad. La idea es que esta finca pueda generar empleo local, estable y de calidad, y que se convierta en un motor que ayude a dinamizar la zona. También existe la voluntad de colaborar con otros agricultores cercanos, creando una pequeña red que nos ayude a que alimentos honestos y de calidad lleguen a más personas.

Este proyecto también abre una nueva vía para Secretos del Agua. Siguiendo el camino que ya hemos iniciado en nuestra finca de Binaced, la plantación de nuevas plantas medicinales y activos botánicos permitirá ampliar y enriquecer los ingredientes propios que forman parte de nuestras formulaciones.

Pero la visión no es solo productiva, es también formativa y humana. Se quiere que este espacio acoja formaciones, encuentros y retiros, y que se convierta en un lugar donde aprender, compartir y volver a conectar con lo esencial.

Mombeltrán empieza como una finca, pero aspira a ser algo más grande. Un lugar que demuestre que el campo también puede ser futuro, que es posible unir conocimiento ancestral con nuevas formas de hacer y que hay espacio para que nuevas generaciones encuentren aquí un camino.

Un proyecto que no entiende mirar hacia delante sin volver a lo más importante, el origen. Cuidar la tierra también es prevenir su pérdida. El proyecto de Mombeltrán no solo mira al presente y al futuro de la producción, también responde a una necesidad urgente que ya se ha vivido muy de cerca. El verano pasado, diferentes zonas de la provincia de Ávila sufrieron incendios que arrasaron miles de hectáreas, recordándonos lo frágil que puede ser el equilibrio del entorno cuando no se cuida de forma activa.

En este contexto, prácticas como el pasto libre cobran aún más importancia. La presencia de animales en el campo, gestionada de forma consciente, ayuda a mantener el terreno limpio, reduce la acumulación de materia seca y contribuye a prevenir la propagación de incendios. Es una forma natural y eficaz no solo de cuidar el paisaje, sino todas las formas de vida que habitan en él, tal y como se ha hecho durante generaciones.

Recuperar este tipo de prácticas no es solo una cuestión medioambiental, también es una manera de devolver valor al mundo rural. De entender que el campo no es solo un lugar de producción, sino un ecosistema vivo que necesita ser habitado, trabajado y acompañado.

Proyectos como el de Mombeltrán nacen también desde ahí, desde la responsabilidad de cuidar la tierra para que siga siendo fértil, segura y capaz de sostener vida en el tiempo.



Carolina Recio Ríos

“Un pequeño gesto puede cambiar mucho más de lo que creemos”



Cada semana, en la madrileña plaza de Jacinto Benavente, un pequeño grupo de voluntarios reparte comida a personas sin hogar. Lo que comenzó como un gesto improvisado se ha convertido en una iniciativa constante en la que la escucha, el respeto y la cercanía son tan esenciales como el propio alimento. Detrás de este impulso está Carolina, que cada domingo cocina para llevar algo más que comida: compañía, atención y humanidad.

Para los que no te conocen ¿Quién es Carolina?

Su hija la define así: Carolina es una persona que siempre ha pensado antes en los demás que en ella misma. No solo se ha preocupado porque quienes tenemos la suerte de ser su familia estemos bien, sino también por todas aquellas personas que se cruzan en su camino.

Es una persona que no solo es luz, sino que intenta iluminar todo lo que la rodea. Yo tengo la suerte de poder llamarla mamá y, precisamente por eso, creo que todos deberíamos ser un poco más como ella. O, al menos, ser más conscientes de que un pequeño gesto solidario puede cambiarle la vida a alguien.

¿Qué te hizo comenzar este proyecto?

Siempre he tenido ese impulso de que se puede hacer algo más. Siempre digo que hay algo que podemos hacer, aunque sea un granito de arena, algo pequeñito, un gesto.

Surgió de la manera más improvisada: dijimos “vamos a bajar a Jacinto Benavente una mañana”, nos pusimos allí en medio de la plaza y tuvimos tan buen acogimiento que pensé: “por aquí puede ser el camino”. Y me pregunté: ¿no sería genial que todos pudiéramos aportar este granito, aunque sea de corazón?

¿Qué significa para ti esta labor?

A veces es simplemente llegar, escucharles, abrazarles, entenderles. Tener esa compasión, esa conciencia hacia ellos. Yo bajo con la sensación de que algo más se puede hacer y de que ellos también pueden percibir esa parte invisible: nuestra benevolencia. Y eso les enseña mucho, porque cambia su manera de estar en el mundo. Lo que más me gusta es ver ese cambio en ellos hacia los demás.

¿Cómo se ha ido construyendo la iniciativa desde aquellos primeros días?

La comida llega gracias a personas como Esther Segura y Benito García, siempre

dispuestos a ayudar, y también a Álvaro, de Hambre Cero, que está pendiente de los excedentes para que puedan aprovecharse.

Empecé bajando con mis niños, poco a poco. Luego, al estar también como voluntaria en Hambre Cero, se fueron sumando más personas. Ahora somos un equipo. Ya me esperan abajo y todo funciona de forma muy coordinada.

¿Qué te sorprendió más de la respuesta de la gente?

Me sorprendió lo agradecidos que son. Eso me ha gustado muchísimo. Cada vez que bajo están deseando verme. Me dicen cosas como: “señora, le voy a poner una vela porque no sabía si bajaba”. Y eso me llena el corazón. Además, se portan muy bien, ayudan, colaboran y agradecen muchísimo. Cuando me voy, todos se despiden, me mandan besos... Es un gesto tan bonito. Siento que estamos creando algo con alma, algo vivo.

Dar sin nada a cambio: el gesto que transforma una plaza y a quienes la habitan



¿Qué ha sido lo más duro y lo más transformador para ti?

Lo más duro fueron los comienzos, porque no me conocían. Había conflictos entre ellos, discusiones... y yo intentaba poner orden, explicar que era para todos. Pero poco a poco eso ha cambiado. Ahora rara vez se enfadan, hacen cola, se organizan y se comportan muy bien. Eso ha sido muy bonito.

A nivel personal, también me ha transformado. Ahora bajo con más firmeza y con la sensación de que lo importante es lo invisible: la conciencia, la humanidad, la benevolencia.

¿Qué te gustaría que la gente entendiera sobre las personas que viven en esta situación?

Me gustaría que entendieran que están ahí porque no les ha quedado otra. Están solos, no tienen familia ni apoyo. Por eso crean entre ellos una especie de tribu, una familia. Es algo muy humano: todos necesitamos pertenecer, sentirnos acompañados.

Como la sociedad les aparta, ellos se agrupan y generan ese sostén entre ellos. Es su forma de no sentirse solos. Muchas veces tampoco tienen las herramientas o el conocimiento para salir de esa situación. Haría falta dedicarles más tiempo, más recursos. Aun así, aceptan su realidad y se aferran a esa "familia" que han creado.

Si alguien quisiera ayudar, ¿cómo podría hacerlo?

Puede sumarse a la iniciativa. Puede escribir a través de Secretos del Agua, Hambre Cero o a mi correo personal. Cualquier persona que quiera ayudar será bienvenida. La idea es que esto crezca y podamos darles todavía más apoyo y cariño.

¿Aceptáis donaciones?

Sí, claro. Hambre Cero y Secretos del Agua donan comida, y también recibo donaciones puntuales. A veces bajo con alimentos extra como atún o aceite, además de lo que llevo cada semana. Todo lo que se puede aprovechar, se reparte.

¿Por qué merece la pena dar el paso, aunque parezca pequeño?

Aunque la acción sea pequeña, lo que hay detrás es muy intenso. A nivel de conciencia y de alma es algo muy bonito. Es algo que abre el corazón. Yo creo que todo el mundo debería hacer voluntariado, especialmente las personas que se sienten perdidas o no saben qué camino tomar. Esto te ayuda a fortalecer, a tomar conciencia y, de alguna manera, a encontrar tu camino. Transforma a la persona y le abre un mundo nuevo.



Si quieres formar parte del cambio escanea el QR



Agricultura Biodinámica, la cosmética de la tierra

El trabajo agrícola en la agricultura biodinámica guarda una profunda relación con los tratamientos que se realizan en los centros de cuidado de la piel y el cabello, en estética y peluquería.

Si entendemos la tierra como un ser vivo, el suelo, la parte fértil que cultivamos, puede compararse con la piel del ser humano. Es un tejido vivo que necesita ser cuidado, mimado y tratado con respeto.

Por ello, se trabaja con productos naturales, sin químicos, teniendo en cuenta los ritmos de la luna y del cosmos. La tierra se alimenta, se hidrata y se prepara para que aquello que crezca en ella tenga el soporte adecuado. Se busca una buena estructura, una humedad equilibrada y una calidad que invite al contacto, que dé gusto tocarla, como ocurre con una piel sana.

De este modo, las plantas que nacen en esa tierra se desarrollan sanas y vitales, con colores intensos y brillantes, dando flores y frutos que acompañan el desarrollo tanto del ser

humano como del propio entorno. Así, en las fincas se genera armonía, orden y mucha belleza.

Fruto de este trabajo, las plantas cultivadas bajo estos métodos se convierten en la base de la cosmética. A través de ellas, trasladamos a nuestros productos para piel y cabello esa misma armonía, ese orden y, sobre todo, esa belleza.

Pasamos así del trabajo con el macro ser, la tierra, al micro ser, el ser humano. El cuidado que se realiza en el suelo se refleja directamente en la piel y el cabello, mediante la extracción de activos botánicos que incorporamos a nuestros productos cosméticos.

El cosmos representa ese orden y esa armonía, y es a través de él donde reco-

nocemos la belleza. En nuestra vida cotidiana, podemos entender el cielo y sus ritmos en diferentes escalas: el día, el mes, el año... y también la semana.

La semana está compuesta por siete días, cuyos nombres están ligados a los planetas: lunes, la Luna; martes, Marte; miércoles, Mercurio; jueves, Júpiter; viernes, Venus; sábado, Saturno; domingo, el Sol. Hablamos aquí del cielo, de los planetas y del mundo astral, entendido como el ámbito de la actividad anímica y emocional.

Cada día de la semana aporta una energía distinta que influye en cómo percibimos y vivimos nuestras experiencias. No es lo mismo lo que vivimos un lunes que un martes, un miércoles o un jueves.

Por ejemplo, el miércoles es un buen día para comunicarnos, para entendernos entre las personas y transmitir ideas de forma clara. También es un momento propicio para compartir y dar a conocer productos. El lunes marca el inicio, la entrada a la semana, recogiendo la energía del domingo, el día del Sol, que nos aporta luz, vida y la posibilidad de un nuevo comienzo. El jueves es adecuado para organizar, estructurar y poner orden: ideas, equipos, espacios o proyectos. El martes favorece la acción, el impulso y el coraje necesarios para emprender y poner en marcha nuevas iniciativas.

El viernes invita a embellecer, armonizar y cuidar a los demás, generando vínculos y disfrutando del encuentro. El sábado es el momento de cerrar la semana, de concluir tareas, limpiar lo antiguo y dejar espacio para lo nuevo, sin dejar pendientes.

El domingo, día de descanso, nos permite llenarnos de energía solar, de esa sabidu-

ría que nos prepara para la semana que comienza. Desde ahí, cargamos de luz la luna del lunes, sosteniendo esa energía a lo largo de los días. Es el principio de creación: al séptimo día, el descanso.

La semana y sus días contienen aún más información y significado. A través de las distintas mitologías, romana, griega, cristiana, podemos encontrar una gran riqueza de conocimiento simbólico, presente en sus relatos y tradiciones.

Entender estos ritmos es volver al origen, reconocer que todo está conectado y que el cuidado comienza mucho antes de llegar a la piel. Desde la tierra hasta el ser humano, desde el cielo hasta lo cotidiano, cada gesto forma parte de un mismo equilibrio. Cultivar con conciencia, observar los ciclos y respetar los tiempos nos permite no solo crear mejores productos, sino también vivir de una manera más armoniosa, alineada con la naturaleza y con nosotros mismos.



GLOSARIO

1. Gen CLOCK.

Circadian Locomotor Output Cycles Kaput

Es un gen que codifica una proteína implicada en la regulación de los ritmos circadianos biológicos. Su actuación está íntimamente ligada a los ciclos de luz y oscuridad, de manera que contribuye a que su influencia se vaya integrando en nuestro cuerpo, creando un ritmo interno propio en armonía con la naturaleza. Los genes CLOCK de la epidermis parecen anticipar los momentos de mayor estrés y activar el proceso de regeneración, manteniendo el equilibrio de la piel.

2. Conciencia/Consciencia.

La palabra conciencia está relacionada con nuestros valores morales; vinculada al alma y a un sentir del corazón, va a guiar nuestra manera de actuar y vincularnos. Mientras que consciencia se refiere a la presencia despierta de nuestro espíritu, y va a aportar claridad a nuestros pensamientos. De esta manera la letra “s” ascenderá, de manera sinuosa, desde el corazón hasta nuestros pensamientos para que nuestro pensar, sentir y actuar estén iluminados por la luz de nuestro ser esencial.

3. Solarizar.

Se trata de exponer un elemento al sol. Cuando solarizamos el agua a través de un vidrio la estamos purificando y reestructurando, confiriéndole esa energía vital amorosa que la luz del Sol cada día nos aporta.

TODO LO QUE VIENE

Seguimos cuidando desde el origen.
El cambio de estación no solo
transforma el entorno, también la
forma en la que la piel y el cabello
se expresan. El otoño trae nuevas
formas de acompañarte.

Sigue atento a nuestras redes sociales y
salones para ser el primero en descubrir estos
lanzamientos exclusivos.

¡Súmate a la belleza consciente!

secretos
del agua