

El secreto de una buena piel:

Dermatólogos y profesionales de la belleza recomiendan tres pasos fundamentales para cuidar de la piel de tu rostro: limpiar, tonificar e hidratar durante el día y limpiar, tonificar y nutrir por la noche. Si eres constante en seguir estos pasos, estarás en el camino de tener una piel radiante, sedosa e hidratada.

Limpiar, tonificar e hidratar la piel Todos los días, las toxinas, los cambios climáticos, el uso del maquillaje y otros agentes externos cargan de impurezas la delicada piel del rostro. Estas impurezas bloquean los poros lo que impide que la piel respire y transpire afectando su normal funcionamiento, bajando los niveles de hidratación y disminuyendo la fuerza de esta barrera natural que protege el interior del cuerpo.

Hay dos secretos para potenciar los resultados positivos de estos tres pasos (limpiar, tonificar e hidratar). El primero es la constancia, es fundamental seguir los tres pasos a diario, por más ocupada y sin tiempo que estés por la mañana y o cansada a última hora de la noche. Además, debemos procurar que los productos con los que se apliquen sean de buena calidad.

1 Primer Paso: Limpiar correctamente

Es importante eliminar las impurezas cotidianas y los rastros de maquillaje, devolviéndole a la piel suavidad y elasticidad. Podemos usar leche de limpieza, geles de limpieza, espumantes, toallitas de limpieza y otros, que preferiblemente contenga vitamina A, vitamina E y/o alantoína, componentes que eliminan en profundidad todo rastro de maquillaje e impurezas cotidianas. Serán más aconsejables unos u otros dependiendo de nuestro tipo de piel y rutina de belleza.

Por la noche, el último paso es nutrir nuestra piel. Las cremas de noche se componen de fórmulas que estimulan la restauración de nuestra piel, ayudando a la relajación del rostro de todas las tensiones y el estrés diarios, nutre en profundidad y regenera los tejidos de la piel durante la noche, previniendo el envejecimiento prematuro.

El tipo de hidratante y nutrición que debemos utilizar para cuidar nuestra piel, esta

2 Segundo paso: Tónico, Exfoliar suavemente...

Existen distintas propuestas para tratar la piel después de la limpieza. El tónico descongestivo como segundo paso, completa la higiene del rostro equilibrando la hidratación, además de crear un efecto refrescante y emoliente. También existen lociones con propiedades exfoliantes o geles granulados de uso diario, que ayudan a la renovación de la piel. Estos productos completan la limpieza y preparan la piel para recibir el hidratante o tratamiento.

íntimamente ligado con nuestro tipo de piel, rutina de belleza y preocupaciones; sean manchas, sequedad, oleosidad, eliminar líneas de expresión o arrugas profundas.

Por último, es importante encontrar el sistema de 3 pasos que se adapte a las necesidades de nuestra piel y estilo de vida, ya que es fundamental que nuestra rutina de cuidado facial nos sea cómoda, para mantenerla en el tiempo y ver resultados.

3 Tercer paso: Hidratar, Reparar, Nutrir

Una vez que la piel está limpia en profundidad, está lista para recibir y absorber la hidratación que mejor se ajuste a nuestras necesidades. Una crema hidratante especial para el día, aporta la combinación necesaria para mantener la piel joven, suave, luminosa, hidratándola y protegiéndola de los rayos del sol. El hidratante facial de día debe combinar equilibradamente de sus componentes (Vitamina A, E y FPS 12), ya que evita la deshidratación de la piel y la protege de los rayos solares.

