

TENDENCIAS

5 trucos para lucir espectacular SIN usar maquillaje

El Ciudadano · 10 de noviembre de 2015





1. Utiliza protector solar



Aún cuando el pronóstico del clima diga que el sol estará cubierto de nubes, tu piel sigue siendo susceptible a los rayos UV, que pueden ser nocivos y provocan manchas antiestéticas; además, la

exposición al sol sin protección conduce a las arrugas prematuras, la decoloración y la flacidez de la piel. Todas estas razones son por las que usamos maquillaje.

En lugar de ponerte base de maquillaje, utiliza crema hidratante con protector solar SPF –que puedes encontrar con un toque de color. No sólo vas a tener una piel protegida, también vas a hidratarla.

2. Toma una taza caliente de vitamina C



La vitamina C es uno de mis nuevos rituales: al despertar, bebe una taza de agua caliente con limón.

Es un calmante natural para la garganta, y el aroma cítrico te despierta los sentidos, además, el jugo de limón mezclado con agua caliente ayuda a limpiar y purificar nuestro cuerpo de adentro hacia

afuera, por lo que eliminarás toxinas y reducirás la posibilidad de cualquier futura sensibilidad en la piel.

3. Usa tonificador

Es posible que hayas eliminado este paso de la rutina del cuidado de la piel después de la secundaria, pero usar un tonificador en la cara después de lavarla puede ayudar a equilibrar los niveles de pH, lo que da el aspecto de una tez más uniforme y eliminará la necesidad de aplicar una tonelada de maquillaje en las mañanas.

4. Exfolia tu piel

Una de las maneras más fáciles para conseguir que tu piel se vea limpia, radiante y con un bonito brillo saludable es exfoliarla.

Cuando no utilizamos un exfoliante suave en la cara, las células muertas de la superficie de la piel se vuelven opacas y por tanto, no reflejan ninguna luz. Para combatir esto, exfolia tu piel dos veces por semana utilizando tu producto favorito, o puedes hacer tu propia mezcla natural usando bicarbonato de sodio y agua a partes iguales. Simplemente úntala sobre tu cara, masajea suavemente la piel durante aproximadamente un minuto y enjuaga con agua fría.

5. Manos fuera

Una manera segura de garantizar que tu piel se vea mejor es mantener tus manos alejadas de tu rostro. Deja de tocar tu cara innecesariamente durante todo el día para pellizcarte, rascarte o lo que sea. La piel de tu cara es esencialmente delicada y por lo tanto es más susceptible a la rotura dérmica y a la cicatrización. Al momento de pellizcarte, frotar la piel al rededor de los ojos o descansar tu cara en tus manos estas rompiendo, aflojando y haciendo que se degrade su calidad.

Fuente: [Ok](#)

Fuente: [El Ciudadano](#)