

# TRES GESTOS IMBATIBLES

Lo sabes perfectamente: exfoliar una vez a la semana, un antioxidante cada mañana y filtro solar todos los días, incluso en diciembre y enero, son pasos esenciales en todas las edades y tipos de piel. Pero, seamos sinceras: ¿cuántas lo cumplimos? La falta de tiempo o comprar productos por capricho sin saber “para qué sirven ni cuándo ni cómo aplicarlos” es la razón de que básicos como el serum caduquen en el baño sin que hayamos aprovechado sus beneficios, dice la *beauty hunter* Claudia Di Paolo. Sin llegar a la obsesión de las asiáticas (que superponen hasta 10 cosméticos diferentes al día,

sin contar el maquillaje... ¡una ruina!), memoriza la ecuación “limpia-hidrata-revitaliza-protege” y practícala como un mantra. Éstas son sus reglas: “Antioxidante y FPS son más eficaces en sinergia que por separado”, dice el dermatólogo Enrique Herrera. Además de en el rostro, extiende el filtro solar en cuello, escote, orejas y manos. Y ojo a los *no-no's*, ingredientes incompatibles que nunca hay que aplicar juntos. Por ejemplo, el retinol (antiarrugas) y el ácido salicílico (exfoliante). “Si tu piel necesita ambos, úsalos en días alternos”, aconseja el dermatólogo Ricardo Ruiz. **G**