

# ¿TENGO LA PIEL SENSIBLE O SENSIBILIZADA?

## AUTODIAGNÓSTICO EN 4 PUNTOS

1. SE IRRITA CON FACILIDAD CUANDO UTILIZO COSMÉTICA CON ÁCIDOS O VITAMINAS.
2. SE ENROJECE CON LOS CAMBIOS DE TEMPERATURA, SOBRE TODO EN INTERIORES.
3. NO ME FÍO DE USAR CUALQUIER MARCA PORQUE ME PICA ENSEGUIDA LA PIEL.
4. SE VEN LOS CAPILARES O ME SALEN GRANITOS PLANOS SIN GRASA.

## PROTOCOLO PIEL SENSIBLE

¿Tienes dudas? Lláname:

☎ 966 200 728    📞 601 757 362

**cosméticos** 24h  
TU ESTETICISTA EN CASA

[www.cosmetics24h.com](http://www.cosmetics24h.com)



## CADA MAÑANA...

### 1. LIMPIADOR

Lava la cara con un limpiador suave o con agua termal.

### 2. SÉRUM

Si tienes un brote de rojez, alergia o inflamación NUNCA olvides este paso.

### 3. CONTORNO

Aplica una pequeña cantidad de crema en el contorno desde el interior hacia el exterior.

### 4. CREMA

Aplica la crema descongestiva de manera muy suave, sin masaje ni manipulación excesiva para evitar calentar la piel.

### 5. PROTECTOR

Las pieles sensibles deben aplicarse todos los días protección solar para evitar los daños ambientales. Preferiblemente que sea factor físico.

### 6. MAQUILLAJE

Aplica una buena base de maquillaje para evitar que la piel esté expuesta a los agentes externos.

## SABÍAS QUE...?

“ LOS JABONES ELIMINAN LA PELÍCULA DE LÍPIDOS NATURAL DE LA PIEL. ADEMÁS DAÑAN LA FLORA NATURAL DE LA PIEL Y LA DESPROTEGEN. ”

“ LAS PIELES CON ROSACEA O CUPEROSIS NECESITAN RESTAURAR LA CAPA BIOLÓGICA DE LA PIEL CON PRE Y PROBIÓTICOS. ”

“ LA LIMPIEZA DEBE SER SIEMPRE CON AGUA FRESQUITA PARA EVITAR LAS SUBIDAS DE TEMPERATURA Y LAS DESHIDRATACIONES ”

“ SI VAS A SALIR AL SOL, NO OLVIDES IR LO MÁS PROTEGIDA POSIBLE. USA SIEMPRE MAQUILLAJE O PROTECCIÓN SOLAR PARA CREAR UNA SEGUNDA PIEL, ES LO QUE MÁS PROTEGE LA SENSIBILIDAD. ”

“ NO USES NI PEELINGS NI ÁCIDOS, SENSIBILIZAN MÁS LA PIEL. SI TE HACE FALTA EXFOLIAR UN POCO LA PIEL, OPTA POR PEELINGS ENZIMÁTICOS ”

## LA PIEL ES EL REFLEJO DE LA SALUD

LA SALUD INTERIOR ES BÁSICA PARA LA SALUD DE TU PIEL. RECUERDA, EL HÍGADO Y EL INTESTINO SON LOS REGULADORES DE LA SALUD DE LA PIEL, POR

LO TANTO MANTENERLOS EN LAS MEJORES CONDICIONES, ES ASEGURAR UNA PIEL DETOXIFICADA, NUTRIDA E HIDRATADA TODOS LOS DÍAS DEL AÑO.

**SIGUE ESTOS 8 CONSEJOS TODOS LOS DÍAS DE LA SEMANA Y VERÁS CAMBIOS SORPRENDENTES EN TU PIEL.**

1. SAL DE PASEO 1 HORA, APROVECHA EL CAMINO DE VUELTA DEL TRABAJO.

2. BEBE 2 LITROS DE AGUA AL DÍA.    3. EVITA LAS BEBIDAS ALCOHÓLICAS.

4. SAL DE PASEO 1 HORA, APROVECHA EL CAMINO DE VUELTA AL TRABAJO.

5. CONSUME PRE Y PROBIÓTICOS: YOGURES, KIMCHI O CHUKRUT. LA FLORA GASTROINTESTINAL ES FUNDAMENTAL PARA UNA PIEL SANA.

6. ELIMINA EL AZÚCAR/EDULCORANTES DE TU DIETA. TOMA BEBIDAS NATURALES, SIN ADITIVOS.

7. BEBE 2 LITROS DE AGUA AL DÍA

8. PRACTICA YOGA U OTRO EJERCICIO RELAJANTE QUE TE PERMITA BAJAR EL ESTRÉS. MUCHAS VECES ESTA ES LA CAUSA PRINCIPAL DE LAS ROJECES Y LOS BROTES

## CADA NOCHE

### 1. DESMAQUILLANTE

Utiliza aceites o bifásicos libres de alcoholes.

### 2. LIMPIADOR

Lava la cara con un limpiador muy suave y respetuoso con la piel.

### 3. TÓNICO

Tonifica tu piel con agua termal, prebióticos o manzanilla.

1 X SEMANA

### 4. MASCARILLA

**¡CALMA Y REPARA!**  
Si tienes un brote de rojez, aplícate una mascarilla con probióticos una o dos veces a la semana.

### 5. SÉRUM

Aplícate un sérum calmante. Tiene mayor poder de penetración y mayor concentración de activos para calmar tu piel en profundidad.

### 6. CONTORNO

Aplícate una pequeña cantidad de crema en el contorno de los ojos, desde el interior hacia la sien.

### 7. CREMA FACIAL

Utiliza una crema descongestiva y aplícate de manera muy suave, sin masaje ni manipulación excesiva para no aumentar la temperatura de la piel.

## SABÍAS QUE...?

“

### LA PIEL SENSIBLE REACCIONA

MAYORITARIAMENTE A 3 FACTORES: LO QUE COMEMOS, LO QUE APLICAMOS SOBRE ELLA Y EL ESTRÉS.

SI TIENES LA PIEL SENSIBLE ANALIZA CON CUIDADO ESTOS 3 FACTORES. NO TE FIJES ÚNICAMENTE EN UNO DE ELLOS.

”

## ¿VAS A SALIR?

### 1. HIDRATACIÓN

Si vas a maquillarte para salir, aplica una mascarilla hidratante en crema encima del sérum. Espera 10 minutos y hazla penetrar en la piel para conseguir una máxima hidratación.

### 2. CONTORNO

Aplícate el contorno de ojos con un suave masaje para reducir el cansancio de los ojos y las ojeras.

### 3. MAQUILLAJE

Usa un maquillaje hidratante, sin alcoholes ni parafinas. Que sea de origen mineral principalmente.

### 4. BRUMA FACIAL

Llévate una bruma en el bolso. Cuando notes la piel cansada, caliente o agitada, aplica una dosis de la bruma encima del maquillaje.

## DE REGRESO A CASA

TODAS SABEMOS QUE NO APETECE CUANDO VUELVES A CASA DESMAQUILLARTE, PERO RECUERDA QUE ES EL PASO MÁS IMPORTANTE DE TU RUTINA DE BELLEZA. SI NO LO HACES, TU PIEL ESTARÁ SATURADA DE SUCIEDAD QUE DERIVA EN PUNTOS NEGROS, GRANITOS Y UNA PIEL OPACA Y CETRINA.

## NUESTROS PREFERIDOS

### DESMAQUILLADO

Bio Celular Botanic Micellar Water de Massada 28.60€  
Sensicleansing Cream de Matis 35.00€  
Aceite desmaquillante de Eberlin 31.21€  
Hy Ôl (27.10€) + Phytoactive Sensitive 20.40€ de Babor

### LIMPIEZA

Sensi Foam de Phyris 49.60€  
Leche Limpiadora Natural de Heber Farma 35.73€  
Leche Desmaquilladora Desensibilizante de Institut Esthederm 22.00€

### TÓNICOS

Tónico Desensibilizante de Institut Esthederm 22.00€  
Tónico Piel Sensible de Massada 27.60€  
Loción Hydra Global Sensitive de Eberlin 40.56€  
Sensi Essence de Matis 34.00€

### MASCARILLAS

Bio Facial Mask de Massada 63.50€  
Mascarilla X-Treme de Eberlin 23.79€  
Sheet Mask Intense Hydra Booster Mask de Casmara 5.50€  
Hydra Intensive Cooling Masque de Is Clinical 122.00€

### CREMA PIELES SENSIBLES JÓVENES O DÍA

Piel Sensible Crema de Massada 52.75€  
Sensi System Crema Reposo Biomimética de Institut Esthederm 61.00€  
Crema RL/3 de Matriskin 91.50€  
Sensi Repair 160 Creme de Maria Galland 56.00€

### CREMA PIELES SENSIBLES MADURAS O

#### CREMA DE NOCHE

Bio Celular Crema Regeneradora de Massada 84.00€  
Energetic Lifting Complex Cream de Massada 63.85€  
Duo Synchro + Vasco de Gemetic 110.75€  
Sensi Age de Matis 80.00€  
Power Defense Cream de Matriskin 109.00€

### MAQUILLAJE

Face Magic de Covermark 37.95€  
Foundation de Covermark 28.50€  
Mineral Powder Foundation de Babor 26.90€  
Natural Finish Compact Foundation de Ardeco 26.35€