

A2.22.1 La rutina del cuidado personal

La routine de soin personnel

<https://app.colanguage.com/fr/espagnol/dialogues/comprando-productos>



1. Regardez la vidéo et répondez aux questions associées.

Vidéo <https://www.youtube.be/2EKWKfkWjeU>

Una rutina	<i>(Une routine)</i>	El protector solar	<i>(La crème solaire)</i>
La limpieza	<i>(Le nettoyage)</i>	El exfoliante	<i>(L'exfoliant)</i>
El aceite	<i>(L'huile)</i>	La barrera cutánea	<i>(La barrière cutanée)</i>
El maquillaje	<i>(Le maquillage)</i>	Los antioxidantes	<i>(Les antioxydants)</i>
El gel limpiador	<i>(Le gel nettoyant)</i>	La vitamina C	<i>(La vitamine C)</i>
Masajear	<i>(Masser)</i>	El producto de corrección	<i>(Le produit correcteur)</i>
El cuello	<i>(Le cou)</i>	Los retinoides	<i>(Les rétinoïdes)</i>
El rostro	<i>(Le visage)</i>	Los alfa hidroxiácidos	<i>(Les acides α-hydroxy)</i>
La piel grasa	<i>(La peau grasse)</i>	La noche	<i>(La nuit)</i>
La piel sensible	<i>(La peau sensible)</i>	La mañana	<i>(Le matin)</i>
Aplicarla	<i>(L'appliquer)</i>		

- ¿Qué se usa primero por la noche para empezar la limpieza de la piel?
 - Un aceite
 - Un producto de corrección
 - Un exfoliante suave
 - Un protector solar
- ¿Qué producto es suficiente por la mañana para limpiar rostro y cuello?
 - Un protector solar en aceite
 - Un gel limpiador
 - Un aceite desmaquillante
 - Un exfoliante fuerte
- ¿Con qué frecuencia se puede usar un exfoliante suave si se tiene la piel grasa?
 - Todos los días
 - Una vez al mes
 - Solo en verano
 - Solo cuando no se usa maquillaje
- ¿Qué se aplica por la mañana después de los antioxidantes como la vitamina C?
 - Solo agua fría en la cara
 - Solo un aceite para el cuello
 - Un producto de corrección y protector solar
 - Retinoides y alfa hidroxiácidos

1-a 2-b 3-a 4-c

2. Lisez le dialogue et répondez aux questions.

En la consulta del dermatólogo

À la consultation du dermatologue

Dermatólogo: Buenos días, Ana. ¿En qué puedo ayudarla? *(Bonjour Ana. En quoi puis je vous aider ?)*

Ana:	Buenos días, doctor. En el trabajo estoy muy estresada y creo que por eso tengo problemas en la piel.	<i>(Bonjour docteur. Au travail je suis très stressée et je pense que c'est pour ça que j'ai des problèmes de peau.)</i>
Dermatólogo:	Entiendo. ¿Qué problemas nota exactamente?	<i>(Je comprends. Quels problèmes remarquez vous exactement ?)</i>
Ana:	Tengo la piel muy seca, me han salido manchas y el pelo lo tengo bastante dañado.	<i>(J'ai la peau très sèche, des taches sont apparues et mes cheveux sont assez abîmés.)</i>
Dermatólogo:	De acuerdo. ¿Qué productos utiliza ahora para la piel y el cabello?	<i>(D'accord. Quels produits utilisez vous actuellement pour la peau et les cheveux ?)</i>
Ana:	Para la piel uso solo una crema hidratante básica y para el pelo un champú de la peluquería.	<i>(Pour la peau j'utilise seulement une crème hydratante basique et pour les cheveux un shampoing du salon de coiffure.)</i>
Dermatólogo:	Le recomiendo limpiar la piel dos veces al día, usar un sérum con vitamina C y aplicar una crema nutritiva por la noche.	<i>(Je vous recommande de nettoyer la peau deux fois par jour, d'utiliser un sérum à la vitamine C et d'appliquer une crème nourrissante le soir.)</i>
Ana:	Perfecto, doctor. ¿Y qué me aconseja para el cabello?	<i>(Parfait, docteur. Et que me conseillez vous pour les cheveux ?)</i>
Dermatólogo:	Puede usar un champú suave y una mascarilla nutritiva dos veces por semana.	<i>(Vous pouvez utiliser un shampoing doux et un masque nourrissant deux fois par semaine.)</i>
Ana:	De acuerdo. Muchas gracias por su atención, doctor.	<i>(D'accord. Merci beaucoup pour votre attention, docteur.)</i>

1. ¿Por qué va Ana al dermatólogo?

- | | |
|--|--|
| a. Porque quiere comprar champú y gel de ducha. | b. Porque tiene problemas en la piel y en el pelo. |
| c. Porque tiene las manos sucias y quiere una crema. | d. Porque tiene alergia a la pasta de dientes. |

2. ¿Qué problema tiene Ana con la piel?

- | | |
|--------------------------------------|---------------------------------|
| a. Tiene alergia al jabón. | b. Lleva el pelo siempre sucio. |
| c. Tiene la piel muy seca y manchas. | d. Se cepilla poco los dientes. |

1-b 2-c

3. Consulta el enlace, encuentra todo lo que necesitas y crea una lista.

1. https://www.primor.eu/es_es/?srltid=AfmBOorOUysbWB16RbhCguTfjYYF2eU1rFFdQZ4L8nyWh1IMiQU_t