

A2.22.1 La rutina del cuidado personal

La routine della cura personale



Para tener una buena **rutina** de cuidado de la piel, es importante empezar con la **limpieza** por la mañana y por la noche. Por la noche se puede usar **aceite** para quitar el maquillaje y después un gel limpiador. Si tienes **piel grasa**, puedes usar un exfoliante suave más a menudo. Por la mañana muchas personas aplican vitamina C y terminan con protector solar.

*Per avere una buona **routine** di cura della pelle, è importante iniziare con la **detersione** al mattino e alla sera. La sera si può usare **olio** per rimuovere il trucco e poi un gel detergente. Se hai la **pelle grassa**, puoi usare un esfoliante delicato più spesso. Al mattino molte persone applicano vitamina C e concludono con la protezione solare.*

1. ¿Qué se usa por la noche para quitar el protector solar y el maquillaje?
 - a. Un aceite
 - b. Un perfume
 - c. Solo agua fría
 - d. Un exfoliante fuerte
2. ¿Qué producto es suficiente por la mañana para limpiar el rostro y el cuello?
 - a. Un gel limpiador
 - b. Una mascarilla hidratante
 - c. Un aceite
 - d. Un retinoide

1-a 2-a

2. Leggi il dialogo e rispondi alle domande.

Ana tiene problemas con la piel y va a la dermatóloga para pedir consejos

Ana ha problemi di pelle e va dalla dermatologa per chiedere consigli

- Dermatólogo:** Buenos días. ¿En qué puedo ayudarla? *(Buongiorno. In che cosa posso aiutarla?)*
- Ana:** Buenos días, doctor. Estoy muy estresada en el trabajo y creo que eso provoca el malestar de mi piel. *(Buongiorno, dottore. Sono molto stressata al lavoro e credo che questo provochi il malessere della mia pelle.)*
- Dermatólogo:** Entiendo. ¿Qué problemas nota exactamente? *(Capisco. Quali problemi nota esattamente?)*
- Ana:** Tengo la piel seca, me han salido manchas y el pelo parece muy dañado. *(Ho la pelle secca, mi sono comparse delle macchie e i capelli sembrano molto danneggiati.)*
- Dermatólogo:** De acuerdo. ¿Qué productos usa ahora? *(D'accordo. Quali prodotti usa adesso?)*
- Ana:** Solo una crema hidratante básica y un champú de la peluquería. *(Solo una crema idratante di base e uno shampoo del parrucchiere.)*
- Dermatólogo:** Le recomiendo limpiar la piel dos veces al día, usar un sérum con vitamina C y aplicar una crema nutritiva. *(Le consiglio di pulire la pelle due volte al giorno, usare un siero con vitamina C e applicare una crema nutriente.)*
- Ana:** Perfecto, doctor. ¿Y para el pelo? *(Perfetto, dottore. E per i capelli?)*

Dermatólogo: Puede usar un champú suave y una mascarilla nutritiva dos veces por semana.

(Può usare uno shampoo delicato e una maschera nutriente due volte alla settimana.)

Ana: De acuerdo. Muchas gracias por su atención.

(D'accordo. La ringrazio molto per la sua attenzione.)

1. ¿Qué productos usa Ana en este momento? *(Quali prodotti usa Ana in questo momento?)*
 - a. Una crema hidratante básica y un champú de la peluquería
 - b. Un sérum con vitamina C y una mascarilla nutritiva
 - c. Un gel de ducha y un desodorante
 - d. Jabón para las manos y colonia
2. ¿Qué le recomienda el dermatólogo para el pelo? *(Che cosa le consiglia il dermatologo per i capelli?)*
 - a. Usar un champú suave y una mascarilla nutritiva dos veces por semana
 - b. Limpiar la piel dos veces al día y usar un sérum con vitamina C
 - c. Usar gel y jabón todos los días
 - d. Cepillarse el pelo tres veces al día y usar colonia

1-a 2-a

3. Vai in una profumeria in Spagna e vuoi comprare prodotti di skincare per la tua routine quotidiana.

Compito: Elige 3 productos de cosmética facial y escribe para qué sirven y cuándo los usas: antes de o después de limpiar la cara.

URL: Primor

Use in your answer: crema hidratante / sérum / tónico / protector solar / piel sensible / antes de / después de