

## A2.22.1 La rutina del cuidado personal

De routine van persoonlijke verzorging

<https://app.colanguage.com/nl/spaans/dialogen/comprando-productos>



### 1. Bekijk de video en beantwoord de bijbehorende vragen.

Video: <https://wwwyoutu.be/2EKWKfkWjeU>

<b>Una rutina</b>	(Een routine)	<b>El protector solar</b>	(Zonnebrandcrème)
<b>La limpieza</b>	(Reiniging)	<b>El exfoliante</b>	(Exfoliant)
<b>El aceite</b>	(Olie)	<b>La barrera cutánea</b>	(Huidbarrière)
<b>El maquillaje</b>	(Make-up)	<b>Los antioxidantes</b>	(Antioxidanten)
<b>El gel limpiador</b>	(Reinigingsgel)	<b>La vitamina C</b>	(Vitamine C)
<b>Masajear</b>	(Inwrijven)	<b>El producto de corrección</b>	(Correctieproduct)
<b>El cuello</b>	(Hals)	<b>Los retinoides</b>	(Retinoïden)
<b>El rostro</b>	(Gezicht)	<b>Los alfa hidroxiácidos</b>	(Alfahydroxyzuren)
<b>La piel grasa</b>	(Vette huid)	<b>La noche</b>	(Nacht)
<b>La piel sensible</b>	(Gevolige huid)	<b>La mañana</b>	(Ochtend)
<b>Aplicarla</b>	(Aanbrengen)		

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

**1-d 2-d 3-a 4-d**

### 2. Lees de dialoog en beantwoord de vragen.

En la consulta del dermatólogo

Bij het consult bij de dermatoloog

**Dermatólogo:** Buenos días, Ana. ¿En qué puedo ayudarla? (Goedemorgen, Ana. Waarmee kan ik u helpen?)

<b>Ana:</b>	Buenos días, doctor. En el trabajo estoy muy estresada y creo que por eso tengo problemas en la piel.	(Goedemorgen, dokter. Op mijn werk ben ik erg gestrest en ik denk dat ik daardoor huidproblemen heb.)
<b>Dermatólogo:</b>	Entiendo. ¿Qué problemas nota exactamente?	(Ik begrijp het. Welke problemen merkt u precies?)
<b>Ana:</b>	Tengo la piel muy seca, me han salido manchas y el pelo lo tengo bastante dañado.	(Mijn huid is erg droog, er zijn vlekken gekomen en mijn haar is behoorlijk beschadigd.)
<b>Dermatólogo:</b>	De acuerdo. ¿Qué productos utiliza ahora para la piel y el cabello?	(Goed. Welke producten gebruikt u nu voor uw huid en uw haar?)
<b>Ana:</b>	Para la piel uso solo una crema hidratante básica y para el pelo un champú de la peluquería.	(Voor mijn huid gebruik ik alleen een eenvoudige hydraterende crème en voor mijn haar een shampoo van de kapper.)
<b>Dermatólogo:</b>	Le recomiendo limpiar la piel dos veces al día, usar un sérum con vitamina C y aplicar una crema nutritiva por la noche.	(Ik raad aan de huid twee keer per dag te reinigen, een serum met vitamine C te gebruiken en 's nachts een voedende crème aan te brengen.)
<b>Ana:</b>	Perfecto, doctor. ¿Y qué me aconseja para el cabello?	(Perfect, dokter. En wat raadt u aan voor mijn haar?)
<b>Dermatólogo:</b>	Puede usar un champú suave y una mascarilla nutritiva dos veces por semana.	(U kunt een milde shampoo gebruiken en twee keer per week een voedend haarmasker.)
<b>Ana:</b>	De acuerdo. Muchas gracias por su atención, doctor.	(Goed. Heel erg bedankt voor uw hulp, dokter.)

1. ¿Por qué va Ana al dermatólogo?

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

2. ¿Qué problema tiene Ana con la piel?

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

1-c 2-c

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

1. [https://www.primor.eu/es\\_es/?srsltid=AfmBOorOUysbWB16RbhCguTfjYYF2eU1rFFdQZ4L8nyWh1IMiQU\\_t](https://www.primor.eu/es_es/?srsltid=AfmBOorOUysbWB16RbhCguTfjYYF2eU1rFFdQZ4L8nyWh1IMiQU_t)