

A2.22.1 La rutina del cuidado personal

La rutina del cuidado personal

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



1. Watch the video and answer the related questions.

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

Una rutina	<i>(A routine)</i>	El protector solar	<i>(Sunscreen)</i>
La limpieza	<i>(Cleansing)</i>	El exfoliante	<i>(Exfoliant)</i>
El aceite	<i>(Oil)</i>	La barrera cutánea	<i>(Skin barrier)</i>
El maquillaje	<i>(Makeup)</i>	Los antioxidantes	<i>(Antioxidants)</i>
El gel limpiador	<i>(Cleansing gel)</i>	La vitamina C	<i>(Vitamin C)</i>
Masajear	<i>(Massage)</i>	El producto de corrección	<i>(Corrective product)</i>
El cuello	<i>(Neck)</i>	Los retinoides	<i>(Retinoids)</i>
El rostro	<i>(Face)</i>	Los alfa hidroxiácidos	<i>(Alpha hydroxy acids)</i>
La piel grasa	<i>(Oily skin)</i>	La noche	<i>(Night)</i>
La piel sensible	<i>(Sensitive skin)</i>	La mañana	<i>(Morning)</i>
Aplicarla	<i>(Apply it)</i>		

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

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

2. Read the dialogue and answer the questions.

En la consulta del dermatólogo

At the dermatologist's office

Dermatólogo: Buenos días, Ana. ¿En qué puedo ayudarla?

(Good morning, Ana. How can I help you?)

Ana:	Buenos días, doctor. En el trabajo estoy muy estresada y creo que por eso tengo problemas en la piel.	<i>(Good morning, doctor. I'm very stressed at work and I think that's why I'm having skin problems.)</i>
Dermatólogo:	Entiendo. ¿Qué problemas nota exactamente?	<i>(I understand. What problems are you noticing exactly?)</i>
Ana:	Tengo la piel muy seca, me han salido manchas y el pelo lo tengo bastante dañado.	<i>(My skin is very dry, I've developed some spots, and my hair is quite damaged.)</i>
Dermatólogo:	De acuerdo. ¿Qué productos utiliza ahora para la piel y el cabello?	<i>(All right. What products are you using right now for your skin and hair?)</i>
Ana:	Para la piel uso solo una crema hidratante básica y para el pelo un champú de la peluquería.	<i>(For my skin I only use a basic moisturizer and for my hair a salon shampoo.)</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>(I recommend cleansing your skin twice a day, using a vitamin C serum and applying a nourishing cream at night.)</i>
Ana:	Perfecto, doctor. ¿Y qué me aconseja para el cabello?	<i>(Perfect, doctor. And what do you recommend for my hair?)</i>
Dermatólogo:	Puede usar un champú suave y una mascarilla nutritiva dos veces por semana.	<i>(You can use a gentle shampoo and a nourishing hair mask twice a week.)</i>
Ana:	De acuerdo. Muchas gracias por su atención, doctor.	<i>(Okay. Thank you very much for your help, doctor.)</i>

1. ¿Por qué va Ana al dermatólogo?

- a. Porque tiene problemas en la piel y en el pelo.
- b. Porque tiene alergia a la pasta de dientes.
- c. Porque tiene las manos sucias y quiere una crema.
- 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-a 2-c

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

1. https://www.primor.eu/es_es/?srsltid=AfmBOorOUysbWB16RbhCguTfjYYF2eU1rFFdQZ4L8nyWh1IMiQU_