

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 (A routine)

La limpieza (Cleansing)

El aceite (Oil)

El maquillaje (Makeup)

El gel limpiador (Cleansing gel)

Masajear (Massage)

El cuello (Neck)

El rostro (Face)

La piel grasa (Oily skin)

La piel sensible (Sensitive skin)

Aplicarla (Apply it)

El protector solar (Sunscreen)

El exfoliante (Exfoliant)

La barrera cutánea (Skin barrier)

Los antioxidantes (Antioxidants)

La vitamina C (Vitamin C)

El producto de corrección (Corrective product)

Los retinoides (Retinoids)

Los alfa hidroxiácidos (Alpha hydroxy acids)

La noche (Night)

La mañana (Morning)

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