

Això que tens a la nevera et pot ajudar a millorar la teva pell



Un dels millors trucs per tenir una pell bonica i sana el tens a casa teva i ve mooolt de gust a l'estiu! Es tracta d'utilitzar glaçons.

I com et poden ajudar els glaçons?

No només són bons per combatre línies d'expressió i marques, sinó que també van bé contra l'acne, inflamacions per granets i tenir la pell més tersa. El fred estimula la circulació sanguínia i tanca els porus, així que és perfecte per desinflamar la pell, refrescar-la i alhora prevenir punts negres.

Com t'ho has d'aplicar?

El més important: No ho facis de forma directe perquè et podries cremar pel xoc de temperatures.

[num]1[/num] Primer neteja el rostre en profunditat assegurant-te que no hi tens maquillatge ni brutícia.

[num]2[/num] Agafa un mocador de tela i fes-lo servir per embolicar el glaçó.

[num]3[/num] Fes un massatget al rostre durant dos minuts en moviments circulars i sense



oblidar-te de passar per sota els ulls, la mandíbula i el coll.

Cada quan ho has de fer?

El millor és fer-ho al matí després de rentar-te la cara o a la nit abans d'anar a dormir. Però segurament et sentiràs millor fent-ho al matí perquè t'ajudarà a despertar-te.

La constància és clau, com més dies seguits ho facis, més veuràs els resultats. Després del massatge amb gel, posa't crema hidratant i llest!