



LOS LABIOS

Todo lo que tienes que saber

Los labios, son una de las zonas más importantes y llamativas del rostro, por lo que debemos tener un trato especial con ellos y justamente tendemos a olvidarnos de ellos.

El problema más habitual con el que nos encontramos cuando hablamos de los labios, es la sequedad y los labios agrietados.

Es verdad que al carecer de glándulas sudoríparas (encargadas de regular la temperatura, la hidratación y la humedad) es normal que se seque más rápido que otras partes del cuerpo.

Los motivos que hacen que un labio sufra mucho más son los siguientes:

- ◇ El viento y el frío.
- ◇ Falta de vitamina A, B y C. Ya que son esenciales para mantener la hidratación de la piel.
- ◇ Respirar por la boca.
- ◇ Deshidratación corporal. (beber poca agua y tomar alimento muy salados) hacen perder elasticidad.
- ◇ Quemaduras solares. Los rayos ultravioletas también nos afectan si nos exponemos al sol sin ninguna protección. Pueden llegar a crear calenturas.
- ◇ Fumar, o demasiada goma de mascar.
- ◇ La propia saliva humana contiene compuestos que promueven la sequedad.

COMO CUIDARLOS

1. Beber mucha agua y mantenerse hidratado, es la manera mejor de mantener húmedos los labios y la piel suave.

2. Refuerza tu dieta diaria con alimentos que contengan alta dosis de vitaminas A, B y C.

3. Realiza una exfoliación una vez por semana. Bien con productos específicos o en su defecto con productos caseros y es muy recomendable poder ayudarte pasando un cepillo de dientes por tus labios.

4. Hidratarlos, nutrirlos y protegerlos. Con productos específicos, tipo bálsamo que puedan aportar la humedad necesaria y la nutrición. Gracias a ingredientes como la manteca de Karite, Girasol, aloe vera. Dándoles a los labios un resultado flexible y con aspectos carnosos.

5. Usar barras protectoras con protección solar.

Pilar Roldán Martín

Técnica especialista en imagen personal
Dpto imagen de Atresmedia TV
Colaboradora salud y belleza en El programa "Que me pasa doctor" en La sexta TV.
www.piliroidan.webnode.es



TRUCOS CON MAQUILLAJE

"Aumentar los labios con ayuda de maquillaje". Cubrimos los labios con bases de maquillaje igualándolos a la tonalidad de la piel. Con un perfilador color carné neutro del color del labio, intentamos darle volumen poco a poco y poniendo tonalidad más clara desde el interior del labio hacia fuera. Y por último podemos terminar con un gloss.

"Reducimos labio" Hacemos lo contrario. Perfilamos el labio hacia dentro, y siempre con una tonalidad más oscura que el labio. Evitamos los brillos tipo gloss.

"Disimular cicatriz en el labio" Cubrimos con base de maquillaje y intentamos con un perfilador de color carne hacer el labio dándole la forma que más te guste. Luego podemos poner el color del labio según las necesidades que necesitemos.

