



#GraciasPorVivirDeCara

CUIDA TU PIEL TAMBIÉN CON MASCARILLA

El uso continuado de mascarillas puede producir problemas en la piel como irritación, sequedad o acné debido a la fricción y a la obstrucción.

Aquí tienes algunos consejos que puedes seguir:

- 1.** Bebe abundante agua



- 2.** Limpia la piel al menos 2 veces al día



- 3.** Hidrata la piel a menudo



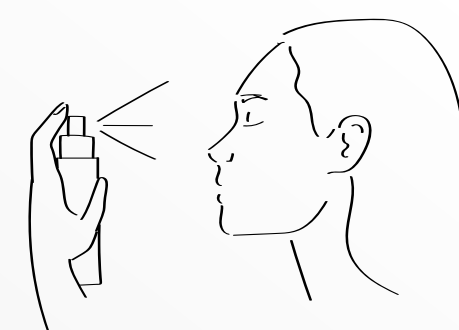
- 4.** Mantén la piel seca y limpia de sudor



- 5.** Retira la mascarilla cada 2 o 3 horas
Limpia la piel antes de volver a colocarla y aplica crema hidratante



- 6.** Aplica brumas o lociones refrescantes



- 7.** Aplica vaselina en la zona que rodea las orejas



- 8.** Ante la aparición de lesiones cutáneas, consulta con un experto en dermatología



CONSEJO GENERAL DE ENFERMERÍA

OLAY