

Acabar el verano y seguir bronceado

Estamos a punto de ver como acaba el verano y, después de las vacaciones, siempre van bien unos consejos para mantener el bronceado que tantos ratos al sol nos ha costado

El final del verano está a la vuelta de la esquina, por lo que es muy probable que ya hayas vuelto de las vacaciones, lo que quiere decir que ya a apenas tendrás tiempo de tomar el sol para mantener tu bonito bronceado. Además, poco a poco las temperaturas irán bajando, por lo que ya no apetecerá tanto tumbarse en la playa, la piscina o la terraza. Como consecuencia, el moreno de tu piel irá desapareciendo paulatinamente. Lo que puede que no sepas es que siguiendo algunos trucos podrás conservar tu bronceado más tiempo de lo normal.

¿Te apetece descubrir nuestros consejos para que el moreno permanezca en tu piel más semanas?
¡Pues atención a lo que se cuenta a continuación!

Mantén tu piel hidratada

Si quieres alargar tu bronceado, lo más importante es que mantengas tu piel hidratada. Así, nada más salir de la ducha te recomendamos aplicar un after sun o una crema muy hidratante en la piel. Esta rutina no solo es importante al volver de la playa, sino todos los días. Por otra parte, es esencial que también hidrates tu piel por dentro. Para ello, deberás beber mucha agua.

Exfoliación

Por otra parte, debes saber que es muy importante exfoliar la piel una vez a la semana para retirar las pieles muertas y que las cremas hidratantes puedan hacer mejor su trabajo. Eso sí, deberás utilizar métodos suaves. En cuanto al rostro, la exfoliación no deberá ser tan frecuente, sino que deberás dejar descansar el cutis varios días. En cualquier caso, deberás hidratar bien la piel tras realizar la exfoliación.

Alimentación

Por último, queremos comentarte que hay algunos alimentos que también pueden ayudarte a alargar tu bronceado. Sobre todo nos referimos a las frutas y las verduras, aunque las legumbres y las hortalizas también son recomendables. Lo ideal, eso sí, es consumir este tipo de alimentos con regularidad durante todo el año, ya que favorecen el bronceado dorado y saludable.

El contenido de este comunicado fue publicado primero en la web de Maquilladas

Datos de contacto:

Nota de prensa publicada en:

Categorías: [Moda](#) [Sociedad](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>