

## **Cuatro rutinas que en lugar de cuidarnos nos hacen envejecer**

La fórmula de la eterna juventud no existe. El tiempo pasa y pasa para todas, pero quizá no sepas que algunas de tus rutinas de belleza diarias están favoreciendo que luzcas un aspecto más envejecido. Hoy conocemos 4 hábitos que debes desechar de inmediato ya que solamente te ayudarán a que parezca que tienes más edad de la que tienes en realidad. Y eso es lo que no queremos, ¿verdad?

### **1. Demasiada agua caliente**

Si te duchas con agua muy caliente y durante demasiado tiempo tu piel sufrirá en exceso y terminará teniendo un aspecto más envejecido. En invierno quizá cueste más pero debes intentar ducharte con agua más tibia e incluso introducir algún chorro de agua fría para activar tu circulación.

### **2. Demasiada exposición al sol**

Estamos en verano y nos encanta estar morenas, pero estar demasiado tiempo al sol y sin la protección adecuada produce un nefasto efecto en nuestra piel, sin nombrar las complicaciones que puede tener para tu salud. Ponte siempre un protector adecuado, incluso los hay con factor antienvjecimiento.

### **3. Limpiarse el rostro demasiado**

Como ves todo lo que lleva asociado el término "demasiado" no es beneficioso para tu piel y para tu aspecto. Y es que todo en su justa medida es bueno, pero si nos pasamos puede crear un efecto contrario. Si tienes la piel seca y las has desmaquillado y limpiado bien por la noche no será necesario que vuelvas a hacerlo por la mañana, ya que pasarse puede afectar al estado de la piel.

### **4. Elegir mal el maquillaje**

Nuestro maquillaje nos puede ayudar a lucir un aspecto más juvenil, y también nos puede echar años a la espalda si no lo escogemos adecuadamente. Por ejemplo, un pintalabios oscuro tiende a envejecer más que uno suave, y si delneas tus ojos en la parte de abajo también puedes aparentar más edad de la que realmente tienes.

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

### **Datos de contacto:**

Nota de prensa publicada en:

Categorías: [Moda Sociedad](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>