

Tips para cuidar de las pestañas

Mantener las pestañas perfectas es posible si se siguen ciertos consejos que contribuyen a su aspecto saludable y fuerte

Lucir unas pestañas perfectas es posible si sigues estos consejos que te contamos hoy en Maquilladas. Nuestra mirada dice mucho y las pestañas, además de embellecerla, son una barrera de protección que debemos cuidar y tratar como se merece. Si quieres que tus pestañas estén fuertes, largas y sanas no te puedes perder las recomendaciones que vienen a continuación. ¡Y qué guapo se puede estar, además!

Cuida la alimentación

Por un lado, es importante que tu organismo disponga de todos los nutrientes necesarios a través de la ingesta de verduras, frutas y cereales, además de una adecuada hidratación. Las naranjas, la miel y las zanahorias son buenas para la salud de tus pestañas. La vitamina E te ayudará, también, a favorecer su crecimiento y a que tengan un aspecto muy bonito.

La limpieza

Por otro lado, es importante cuidar la higiene de tus pestañas, por eso, debes limpiarlas todas las mañanas al mismo tiempo que te lavas la cara. Fundamental desmaquillarse antes de acostarte, pues no debes irte a la cama con el rímel en tus ojos, ya que resultará perjudicial para su salud.

Hidratación

Las pestañas deben estar hidratadas y esto lo conseguirás desde dentro, bebiendo agua de manera regular e, igualmente, desde fuera, aplicando por ejemplo aceite de almendra con un suave masaje en la zona; esto hará que tengan una apariencia más gruesa y fuerte. Asimismo, puedes ponerte dos gotas de aceite de oliva cada noche, ayudándote de un algodón. Deja actuar mientras duermes y verás cómo tus pestañas están mucho más bonitas y cuidadas.

Rizador

No utilices el rizador cuando ya te has puesto el rímel ya que esto puede dañar las pestañas. Cuando lo emplees no presiones excesivamente en la zona del párpado, ya que ahí está su nacimiento y puede debilitarlas. Hazlo con suavidad.

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

Datos de contacto:

Nota de prensa publicada en:

Categorías: [Moda](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>