



***Cosas que debes saber acerca de los  
productos cosméticos***

Un **cosmético** es una sustancia o preparado destinado a aplicarse en las diversas partes superficiales del cuerpo.



## Cuáles productos se consideran cosméticos

Se consideran, a título indicativo, **productos cosméticos** las cremas, emulsiones, lociones, geles y aceites para la piel, maquillajes, jabones y productos para el baño o ducha, perfumes, aguas de tocador, aguas de colonia, desodorantes, **productos ...**



## TODO LO QUE NECESITAS SABER PARA CONVERTIRTE EN UN EXPERTO EN COSMÉTICA



## **UN CONSEJO: No te fijes sólo en la parte delantera del producto.**

Es en esta parte en lo primero que nos fijamos (la marca expone allí toda la información que cree conveniente destacar). Es decir, toda aquella que cree que aporta valor y que nos hará tomar la decisión de comprarlo o no, como la marca, el logotipo, el eslogan, una imagen llamativa, de persona o ingredientes y alguna propiedad destacada.

**La información más importante** a tener en cuenta se expone en el **reverso de los envases**. Es donde se encuentra la información más relevante y veraz, donde realmente podrás saber si se trata de un producto saludable para tu piel o no, todo ello se recoge en el listado de ingredientes, **el INCI (International Nomenclature Cosmetics Ingredients)**.

# ¿Qué son los ingredientes del INCI?

Al final una fórmula cosmética es cómo una receta de cocina, donde intervienen diversos ingredientes para conseguir la textura, aroma, activos, hidratación, función y conservación deseada. Por tanto la decisión está en buscar aquellos ingredientes que, mezclados, nos permitan conseguir la receta que buscamos.



# ¿Qué familias de ingredientes encontramos en un INCI?

- **Medio utilizado para diluir** o mezclar los ingredientes del producto. Según su proporción, en cosmética natural, estos pueden ser agua, glicerina y diferentes aceites vegetales.
- **Función del producto.** Dependiendo del tipo de producto: En el caso del champú serían los tensiocativos (ingredientes que hacen la espuma) o en una crema serían los emulsionantes o espesantes (ingredientes que generan la textura de crema).
- **Activos.** Son los ingredientes que añades a la fórmula para aportar beneficios en la piel, es decir los que actúan en ella. En esta familia se incluirían todos los extractos de plantas como y aceites vegetales.
- **Perfume.** Es el componente del producto que le otorga el aroma, en el caso de la cosmética natural este debe ser a base de aceites esenciales de origen natural.
- **Estabilizadores de pH, conservantes y antioxidantes.** Cuando compramos productos de cosmética natural queremos que tenga una duración en el tiempo y también asegurar que sea seguro (que no proliferen bacterias patógenas). Algunos de estos ingredientes son el ácido cítrico, el benzyl alcohol (conservantes seguros y saludables) o la vitamina E.

## El etiquetado

La etiqueta de un producto es uno de los instrumentos más valiosos para que los consumidores podamos saber qué hay en nuestros perfumes y cosméticos. Con un simple gesto como es leer la etiqueta podremos obtener mucha información. Por imperativo legal los ingredientes han de enumerarse en orden de mayor a menor concentración.



## ¿Leer la etiqueta?

Los cosméticos están sujetos a la **normativa europea** que exige qué información debe estar impresa en la etiqueta y el envase para que el consumidor esté adecuadamente informado. Son siete elementos. El **nombre** y la **dirección de la compañía** para que el consumidor sepa quien es el responsable de poner ese producto en el mercado. Además del nombre del producto, debe constar la **función**, por ejemplo ‘Loción corporal’ y las **precauciones de empleo**, que es cualquier aviso sobre cómo usarlo de manera segura. El **contenido** y la **lista de ingredientes** garantizan la transparencia necesaria en cuanto a lo que lleva el producto. La **fecha de caducidad** o la **duración tras la apertura** es un dato al que hay que prestar atención. El **número de lote** permite la trazabilidad del producto garantizando su retirada en el caso hipotético de incidencia.



## Contenido neto

El contenido neto corresponde a la cantidad de producto existente en el momento de su fabricación y se indica en número en gramos (g) o mililitros (ml) según sea sólido o líquido. Aunque es obligatorio por norma general, se puede prescindir de él cuando el contenido no alcanza los 5 g o 5 ml; en envases de un solo uso, o en muestras gratuitas. Si los productos se venden como parte de una colección, también debe aparecer en el envase el número de elementos. Por ejemplo, 10 ampollas.



# Símbolo no testeado en animales

El significado de no **testar en animales**.

Para productos de consumo habitual, como pueden ser los cosméticos y productos de higiene diaria, la experimentación en **animales** se realiza para concluir si los productos son seguros para el consumo humano.



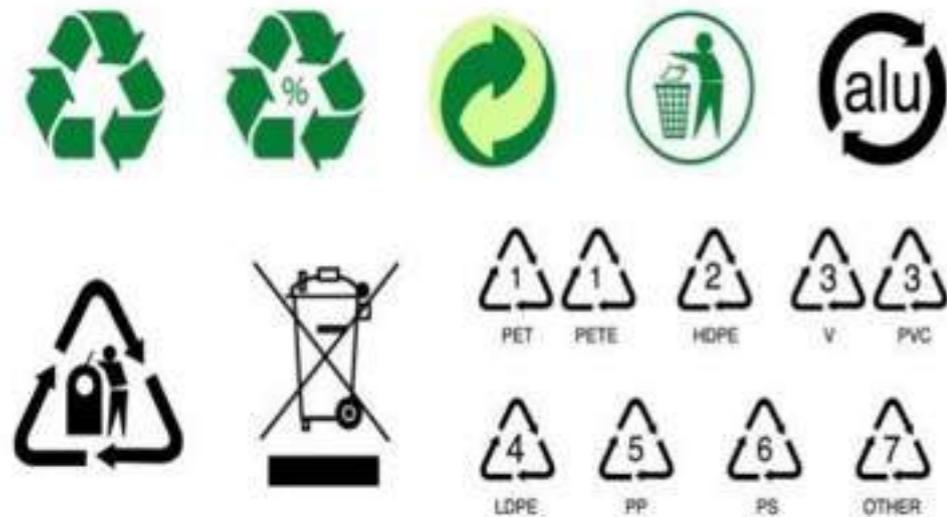
# Símbolo libre de parabenos

El significado de Libre de parabenos



- Los **parabenos** son productos químicos que se añaden como conservantes en productos de belleza para evitar que la crema o el champú en cuestión se degenere con microorganismos, hongos o bacterias.
- Los encontramos en casi todos los productos cosméticos y de higiene personal: geles y cremas.

# Símbolo punto verde



## Símbolo punto verde/Ecoembes:

Significa que el producto pertenece a un sistema integrado de gestión para la recogida selectiva y recuperación de envases para su posterior reciclado.

Este proceso está financiado por las propias marcas en un 90%. Si el producto no tiene este símbolo, la marca no contribuye al reciclado del producto y probablemente estemos comprando un producto que contamine el medio ambiente.

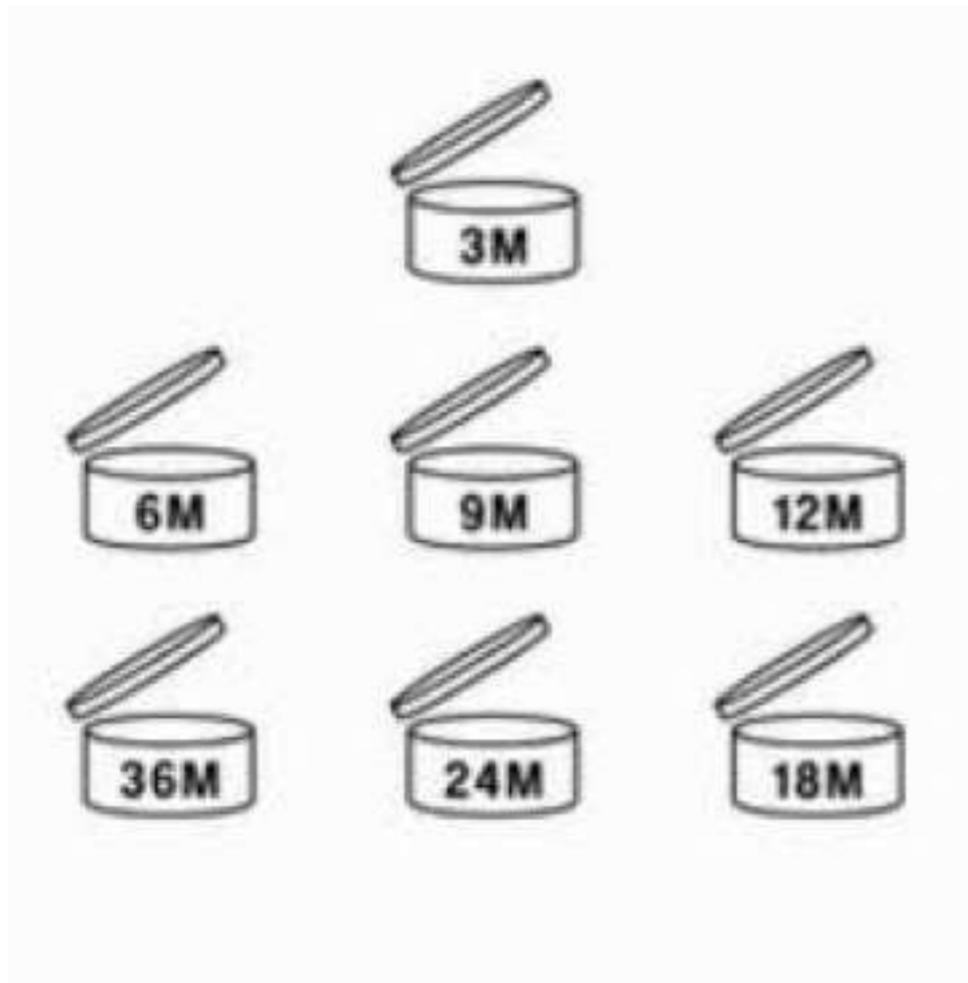
# Símbolo tarrito abierto

## Símbolo del tarrito abierto 36M

- Indica la cantidad de meses dentro de los cuales se debe usar el producto después de abierto, siempre que el producto se haya guardado en condiciones normales y no se haya expuesto a temperaturas extremas.

### Nota:

Por ejemplo, 12M significa que 12 meses después de abierto el producto no tiene las mismas propiedades que al principio y debería cambiarse por otro. Por lo general los productos suelen tener una duración de 12M, pero también te los puedes encontrar de 9M, 6M o 3M dependiendo del producto y sus propiedades.



# Concepto de caducidad

## Estabilidad

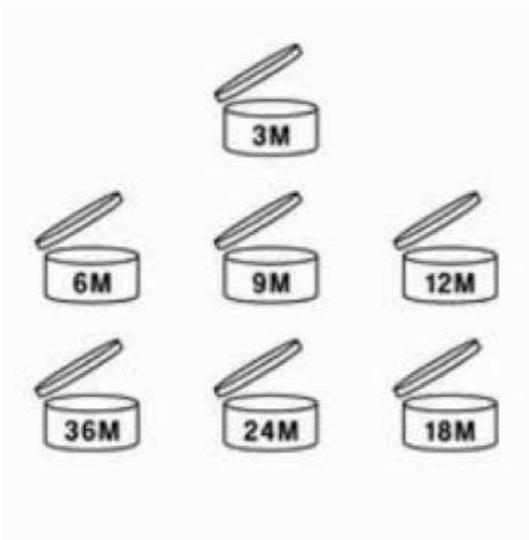
Para establecer la caducidad de un producto se hace un análisis de **ESTABILIDAD** (El producto se mete en una cámara a temperatura controlada entre 40 y 60 grados y sirve para degradar de forma severa el producto, en base a eso se van haciendo análisis cada determinado tiempo y con unas tablas de equivalencia se determina el valor que corresponde en tiempo de caducidad) este estudio es requerido por COFEPRIS (Se llama análisis de estabilidades aceleradas y a largo plazo)

## Conservadores

*Todos los productos tienen conservadores* (un producto que no tiene conservadores NO dura más de una semana)

No hay forma de hacer productos comercializables con CERO conservadores, en caso de aseverar lo anterior esto SERÍA MENTIRA O ENGAÑO (un producto sin conservador se contamina y oxida muy rápido)

Existen conservadores a base de semilla de toronja que son mucho más naturales y no tienen parabenos.



# Concepto de caducidad

## Nota:

Xochi no vende productos 100% naturales vende el hecho de que hay ingredientes naturales dentro de nuestros productos.

**Un producto NO es más natural por el hecho de tener menos caducidad**

*“Debemos considerar que en muchos casos es más fácil decir que una menor caducidad es reflejo de que un producto es más natural que aceptar que no se pagaron los estudios que pueden establecer caducidades mayores”.*



# Símbolo Hecho en México

## Simbolo hecho en México



- El logotipo “hecho en México” es un distintivo establecido por el gobierno de la República, a través de la secretaría de economía, para identificar los productos hechos en el país, frente a los productos hechos en el extranjero.
- Con el uso del logotipo “Hecho en México” se busca fortalecer el mercado interno, favorecer la competitividad de los productos nacionales y fomentar su consumo.

# El mito del código de barras 750 para identificar empresas mexicanas

Si bien el número **750** fue asignado por GS1 Global como prefijo para todos los **Códigos de Barras** emitidos en México, solo representa que los productos fueron codificados (identificados) en territorio nacional y pueden ser artículos locales o hechos en el extranjero.



El Lenguaje Global de los Negocios



La gran pregunta es: **¿cómo identificar una empresa mexicana?**

Normalmente la razón social de las empresas nacionales lo dicen todo, desde el nombre hasta su constitución como persona moral (S.A. de C.V.). Otro dato que se puede verificar es el sello de “Hecho en México”.



# Categorías



## DISTRIBUCIÓN DE VENTAS POR SUBCATEGORÍA

<b>Belleza</b>	15.1	Cuidado de la piel
	11.5	Cosméticos
	7.9	Fragancias
	7	Cuidado personal
	2.4	Otros productos de belleza y cuidado personal
<b>Nutrición</b>	30.1	Suplementos alimenticios
	2.9	Remedios herbolarios
	0.3	Fitness
	0.9	Otros productos de nutrición
<b>Hogar</b>	13	Hogar
	3.9	Joyería
<b>Moda</b>	3.5	Lencería
	0.1	Ropa
	0	Calzado
	1.3	Otros productos de moda y accesorios

# *Cosas que debes saber ....*

*...Acerca de los extractos y aceites esenciales*

## Qué diferencia hay entre un extracto y un aceite esencial

El **Extracto** se obtiene por extracción de la planta o materia prima (por eso se llama así), a menudo, usando un disolvente como el etanol o el agua.

En cambio el **Aceite** Esencial se produce, no se extrae.

Los **Aceites** Esenciales son **aceites** que llevan la esencia del ingrediente que se cultiva a partir de la planta.



Hay una clara diferencia entre los aceites esenciales puros y extractos de plantas simples. Para obtener un **extracto**, las partes de la planta (flores, hojas o raíces) pueden ser prensadas en frío, maceradas o empapadas en un líquido, tal como alcohol, con el fin de aislar (extraer) una cierta calidad o el sabor de la planta.

El proceso de obtención del **aceite esencial** de la planta es un poco más complejo. Se debe obtener a través de destilación. Al líquido que se destila se le llama la esencia de la planta y la pequeña cantidad de líquido volátil que se deja atrás es el aceite esencial. Se necesita un gran volumen de partes de la planta para obtener una pequeña cantidad de aceite esencial, que es por eso que son típicamente más caros que los extractos líquidos regulares.



# *Cosas que debes saber ....*

*...Acerca del extracto de miel de abeja*

## NOTA IMPORTANTE:

### Extracto de miel de abeja

El **extracto de miel de abejas** es un macerado de propilenglicol y agua de la propia **miel**.

¿Cómo utilizar el **extracto de miel**? **Se** puede usar en forma de crema hidratante, antiinflamatoria o antioxidante, para ello solo hay que mezclar la crema base hidratante o crema con el **extracto de miel**.

Antioxidantes: el **extracto de miel** es un gran conservante que ayuda a que muchos productos no se oxiden. Lo mismo sucede con la piel, parte de sus compuestos son capaces de proteger la piel de los radicales libres.

Extracto hidrosoluble de grado cosmético que posee las propiedades y beneficios de la miel, para aplicar en la piel.

# *Cosas que debes saber ....*

*...Acerca de la espuma en un gel de ducha*

Los **tensoactivos** o **tensioactivos** (también llamados **surfactantes**) son sustancias que influyen por medio de la tensión superficial en la superficie de contacto entre dos fases (dos líquidos insolubles uno en otro).

Cuando se utilizan en la tecnología doméstica se les denomina emulsionantes; esto es, sustancias que permiten conseguir o mantener una emulsión.



# Los geles de ducha y champús sin espuma son igual de eficaces

- Cuando utilizamos un **gel de ducha o un champú**, esperamos que al emulsionar resulte una espuma abundante y cremosa. Pero no siempre la obtenemos: hay productos que hacen más y otros que hacen menos. Pero en realidad la espuma no tiene ninguna propiedad cosmética.
- Esas **burbujas de espuma** que tanto nos gustan se producen según la cantidad de **ingredientes tensoactivos** que las mantienen antes de que hagan pop y desaparezcan. Pero no hidratan ni nutren ni nada parecido. Es sólo una propiedad sensorial.
- ¿Qué ocurre cuando cojes espuma y te la echas en el escote? Nada. Tarde o temprano acaba desapareciendo. **No juzgues la eficacia de un producto de higiene por su espuma.**



## ¿Por qué el jabón no hace la misma espuma?

- Resulta que el hecho de que un jabón haga más o menos espuma, o limpie más o menos según el agua que utilicemos, es debido a las micelas y a la **dureza del agua**.
- En zonas con aguas muy duras, los jabones formarán menos espuma y lavarán menos.
- Técnicamente no es que laven menos, sino que necesitaremos más cantidad de jabón, ya que muchas de sus moléculas estarán asociándose con el calcio y el magnesio, y no serán capaces de formar micelas y atrapar la suciedad.



**Agua dura** Se conoce como **agua dura** aquella que contiene un alto nivel de minerales, concretamente de sales de magnesio y calcio. Este tipo de **aguas** suelen ser las subterráneas en suelos calcáreos, que elevan los niveles de cal y magnesio, entre otros.



# *Cosas que debes saber ....*

*...Acerca de desintoxicación de la piel*

## 6 cosas que puedes hacer para desintoxicar tu piel y lucir más joven

La limpieza con productos adecuados y la hidratación diaria, tanto externa como interna, son fundamentales para favorecer la regeneración celular y eliminar el exceso de toxinas que pueden restarle salud al cutis



# *Cosas que debes saber ....*

*...Acerca de desintoxicación de la piel*

Todos los días **la piel se encuentra expuesta a gran cantidad de factores** que la deterioran. Los rayos UV, las toxinas del ambiente y una mala alimentación son algunos de estos factores que aceleran el proceso de envejecimiento.

Además, el constante estrés al que estamos sometidos puede provocar que **desde edades muy jóvenes la piel empiece a lucir opaca y arrugada.**

Por fortuna, hay muchas **formas de contrarrestar estos efectos negativos.** A continuación te compartiremos 6 interesantes remedios naturales para desintoxicar la piel desde casa.

# 1. Limpieza diaria

El lavado diario del rostro es la forma más efectiva de retirar suciedad e impurezas.



## 2. Retirar el maquillaje

No existe ni una sola excusa para ir a dormir con el maquillaje puesto. Este hábito obstruye los poros e impide que se lleven a cabo labores de limpieza muy importantes para la regeneración celular.

Aunque está claro que el maquillaje es uno de los mejores aliados de la belleza femenina, en lo posible se debe **limitar su uso para que la piel se oxigene de forma adecuada.**



## 3. Utilizar un tónico facial

Algo tan simple como utilizar un tónico facial puede ser clave para la desintoxicación de la piel.

En efecto, este producto retira el exceso de grasa, **elimina las toxinas acumuladas** y **tiene un efecto reafirmante** que ayuda a prevenir las arrugas.

Su aplicación se debe hacer después del lavado, aunque también puede utilizarse varias veces al día.



## 4. Hidratar todos los días

La hidratación diaria, tanto a nivel interno como externo, desempeña un papel fundamental en la conservación de la juventud de la piel.

En efecto, la hidratación ayuda a mantener la elasticidad y firmeza para **prevenir la aparición temprana de arrugas, manchas y otras imperfecciones.**

Por otra parte, es importante tener un producto para la humectación corporal y otro distinto para el rostro, cuello y escote.

Además, siempre puedes optar por opciones mixtas como el aceite de coco, la papaya o el aceite de aguacate.



## 5. Exfoliación

A través de la exfoliación facial y corporal se remueven las células muertas que se van acumulando a diario. Su uso una o dos veces a la semana mantiene la dermis revitalizada, libre de manchas y granos de acné.

Además, ayuda a aclarar áreas oscuras, reducir el exceso de producción de sebo y **restaurar los tejidos dañados por los radicales libres.**

La manera más simple, económica y eficaz de llevarla a cabo es preparando una pasta de miel con azúcar gruesa. Esta es apta para el cutis, el cuerpo e incluso los labios.



## 6. Aplicar una mascarilla rejuvenecedora

La aplicación semanal de una mascarilla rejuvenecedora ayuda a conservar el rostro firme y suave.

La mezcla de ingredientes ricos en antioxidantes **promueve la eliminación de toxinas y frena el daño celular.**

### Ingredientes

1 cucharada de gel de aloe vera (15 g)

½ manzana verde

1 cápsula de vitamina E



- Primero, incorpora todos los ingredientes en la licuadora y bátelos hasta obtener un puré espeso.
- A continuación, extiende el producto sobre el rostro y déjalo actuar durante 30 o 40 minutos.
- Finalmente, enjuaga con abundante agua y repite su uso hasta dos veces a la semana.

# *Cosas que debes saber ....*

*...Acerca de cuáles cosméticos en color debes*

*usar en la piel grasa*

## Los 10 imprescindibles de la piel grasa

El exceso de sebo requiere cuidados y productos específicos. Los expertos nos explican qué cosméticos debemos elegir y cómo aplicarlos para combatir (con éxito) la piel grasa.



Poros dilatados, puntos negros, brillos y aspecto grasiento son algunos de los signos que manifiestan las pieles grasas. Existen diversas causas y factores que pueden provocar exceso de sebo en el rostro: desequilibrio hormonal, herencia genética, edad, clima, alimentación y estilo de vida, entre otros.

A la hora de comprar cosméticos para este tipo de pieles, “es fundamental que no añadan más grasa. Un producto inadecuado puede ser muy perjudicial ya que además de empeorar el aspecto graso de forma inmediata, tapona los canales de salida de las glándulas sebáceas y empeora el problema de base



# 1. Crema hidratante

Una vez derribado el mito de que las pieles grasas no necesitan hidratación es necesario elegir adecuadamente el producto hidratante para evitar que aporte más grasa. “Lo ideal es optar por cremas libres de aceites

Una alternativa que funciona especialmente bien en este tipo de pieles son los sérums (concretamente los siliconados) o las ampollas. “Las pieles grasas no necesitan una hidratación constante. Basta con aplicar crema hidratante por la noche, que es cuando mejor se regenera la piel. Antes del maquillaje, lo más conveniente es utilizar un sérum regulador de la grasa”,



## 2. Limpieza

La limpieza es una de las rutinas más importantes para mantener la piel sana. Aunque nos desmaquilemos al final del día, es necesario volver a limpiarla en profundidad por la mañana para retirar el exceso de sebo que se produce durante la noche.

A la hora de elegir desmaquillante “queda prohibido el uso de bifásicos porque dejan una textura grasa. Respecto a las leches limpiadoras o los tónicos, a pesar de que existen algunos específicos, tampoco son lo más aconsejable, las aguas micelares y los jabones con antiséptico, especialmente en pieles con tendencia acnéica, son buenas opciones.



### 3. Protector solar

No sirve con comprar cualquier fotoprotector indicado para el rostro ni mucho menos utilizar el del cuerpo. “Es muy importante elegir uno específico para evitar brillos y brotes acnéicos”. Sin embargo, los protectores solares son un reto, ya que las moléculas fotoprotectoras son muy poco solubles en agua y necesitan un excipiente graso para poder disolverse. Hasta ahora, para poder disminuir el contenido de grasa era necesario disminuir el poder protector. En los últimos dos años ha habido un gran avance en las formulaciones, con los fotoprotectores de ‘toque seco’ y ‘fluidos’, que son mucho menos grasos.



## 4. Exfoliante

Respecto a la exfoliación las opiniones son diversas. Mientras que unos expertos aconsejan utilizar cada dos o tres días una exfoliante facial suave, otros abogan por comenzar realizando una exfoliación semanal cuando se empieza un tratamiento contra el exceso de sebo e ir disminuyendo las sesiones a medida que mejore la situación de la piel. Al principio, deberá hacerse una vez a la semana, después cada quince días y, por último, podrá reducirse a una exfoliación mensual. En cualquier caso, es un paso fundamental para limpiar el cutis en profundidad y acabar con la suciedad que no se retira en la rutina de limpieza cotidiana.

## 5. Base de maquillaje

Los maquillajes más adecuados son los compactos porque no aportan tantos brillos. “A la hora de elegir uno es importante comprobar que sea ‘oil free’ y no comedogénico (es decir, que no obstruye los poros ni produce puntos negros. Además, las expertas coinciden en la importancia de poner siempre polvos matificantes para sellar la base de maquillaje y eliminar el exceso de brillos gracias a su poder astringente.



## 6. Coloretos y sombras

Siempre conviene evitar las fórmulas grasas. Por tanto, es mejor prescindir tanto de los coloretos como de las sombras en crema y optar por los formatos en polvo.



## 7. Herramientas para aplicar el maquillaje

En este sentido, **tener la piel grasa** no influye en que sea mejor utilizar una brocha, una esponja o cualquier otra herramienta para aplicar el maquillaje. “Todo depende del efecto que se quiera lograr. Si se prefiere un acabado natural lo mejor es optar por una **brocha mofeta**. Sin embargo, es cierto que **si la piel es muy grasa** y absorbe muy rápido el producto puede ser preferible apostar por **una esponja**”, aconseja Gayoso.

En cualquier caso, lo más importante es una correcta limpieza de estos utensilios. Deben lavarse siempre después de su uso para que no acumulen grasa, polvo o suciedad. Basta con ponerles un poco de jabón de manos y enjuagarlas bajo el grifo.



## 8. BB Cream

La formulación de la mayor parte de las BB Cream contiene distintos tipos de polvos a base de óxido de zinc, talco o silica. Este tipo de ingredientes son más adecuados para las pieles mixtas o grasas que para las secas. Aún así, es necesario apostar por las líneas específicas que diferentes marcas como Maybelline, Garnier o Vichy (entre otras) han lanzado al mercado pensando en las pieles grasas.



## 9. Prebases

El *primer* o la prebase de maquillaje pueden tener diferentes funciones: aportar luminosidad, corregir el color de la piel, evitar la aparición de brillos... En el caso de la piel grasa, son interesantes especialmente estas últimas así como aquellas que ayudan a cerrar y camuflar los poros abiertos.



# 10. Otros cosméticos específicos

Existen productos especialmente creados para combatir la grasa en la piel. Por ejemplo, las toallitas o láminas antibrillos son una forma sencilla de ir retirando el exceso de grasa que va apareciendo a lo largo del día. Es recomendable pasarlas por el rostro para que absorban el sebo antes de utilizar polvos o realizar cualquier retoque en el maquillaje.

También la cosmética puede actuar desde el interior. Existen concentrados nutricionales que ayudan a regular las imperfecciones.



Por último, es necesario aplicar correctamente todos estos productos.

Hay que seguir diferentes rutinas de cuidado según la época del año y el momento del día.

- Durante el otoño y el invierno debe aplicarse por la mañana una limpiadora de piel grasa, una emulsión hidratante con protector solar 20-30 y opcionalmente maquillaje compacto y/o polvos matificantes. **Por la noche**, es necesario limpiar la piel y echar un gel o crema de tratamiento.
- En primavera y verano, debe utilizarse una limpiadora específica, una emulsión hidratante sin protección solar, un protector solar 30-50+ adecuado para piel grasa y opcionalmente el maquillaje. En este caso, la **rutina nocturna** sería la misma que otoño.

# *Cosas que debes saber ....*

*...Acerca de cuidados en tu rostro*

## LAS CUATRO CAUSAS DE UNA PIEL SECA

- **La edad:** A medida que vas envejeciendo, la piel se hace más delgada y va perdiendo su capacidad para retener agua. También se reduce su producción natural de grasa, provocando que tanto tu cuerpo como tu cara estén más secos.
- **Las hormonas:** Cuando los niveles hormonales se desequilibran, a causa del **estrés**, el **embarazo** o la **menopausia**, aumentan las posibilidades de desarrollar una piel seca.
- **Los factores ambientales:** Si hay **poca humedad** en el aire (por la calefacción, por ejemplo), la hidratación de tu piel se ve afectada. Los **radicales libres** también son culpables, al agredir la barrera protectora de la piel. Los radicales libres pueden provenir de la exposición a la contaminación y a los rayos solares, así como del humo del tabaco.
- **La dieta:** Los ácidos grasos esenciales (como el omega 3 y el omega 6) potencian el proceso natural de la piel de producción de grasa y mantienen las células en buen estado. La piel seca puede tener su causa en un déficit de estos nutrientes.

# *Cosas que debes saber ....*

*...Acerca de cuáles cosméticos en color debes*

*usar en la piel grasa*

# PEELING FACIAL

[https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DAU\\_FqXcLqMc&psig=AOvVaw2EmReIBW8jOgDSrVoCLnMR&ust=1585244409285000&source=images&cd=vfe&ved=0CAMQjB1qFwoTCNjb3-KVtugCFQAAAAAdAAAAABAF](https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DAU_FqXcLqMc&psig=AOvVaw2EmReIBW8jOgDSrVoCLnMR&ust=1585244409285000&source=images&cd=vfe&ved=0CAMQjB1qFwoTCNjb3-KVtugCFQAAAAAdAAAAABAF)



# Blanqueador de arroz

<https://youtu.be/bPxfEysm5xQ>



# Gimnasia facial

<https://youtu.be/yzEha2-INxo>



# Cómo disimular las ojeras

<https://youtu.be/JqOgQD38vA4>



# Cómo hacer tiras para quitar puntos negros

<https://youtu.be/ZETpTuCrQKg>



***Gracias***

