



Gestos Essenciais

Gestos de limpeza	Produtos	Acção	Utilização
Limpar	Desmaquilhante	Elimina todos os vestígios de impurezas e de maquilhagem.	De manhã e à noite, espalhe o leite pelo rosto e pescoço com a ponta dos dedos. Retire com a ajuda de um algodão embebido numa loção ou tónico. Os produtos de limpeza não devem estar em contacto com a pele mais de 30 segundos.
	Exfoliante	Limpa a epiderme deixando-a mais purificada.	Uma vez por semana. Humedeça o rosto, aplique o exfoliante espalhando com os dedos. Massage e deixe actuar durante 10 a 15 minutos. Em seguida retire com água. Se tiver acne ou pele sensível, use uma mascar facial em vez de exfoliante.
Tonificar	Loção	Prepara a pele para a aplicação do creme, tonificando-a. Completa a desmaquilhagem.	De manhã e á noite. Aplique após o desmaquilhante com a ajuda de um algodão. Evite tónicos à base de álcool, pois esses produtos costumam privar a pele da sua humidade natural.
Proteger	Creme de dia	Conserva o equilíbrio e a suavidade da pele, nutrindo e hidratando. A pele fica mais lisa e as defesas naturais são reforçadas.	Diariamente. Aplique por todo o rosto fazendo movimentos como quem alisa a pele com as duas mãos, simetricamente, sem esquecer as pálpebras e o pescoço. Escolha um creme hidratante que se adapte ao seu tipo de pele.
Cuidar	Creme de noite	Optimiza o processo natural de protecção da pele, regenerando-a em profundidade Ao acordar, a pele está mais nutrida e com mais vitalidade.	Diariamente. Os cremes de noite são específicos, pelo que não devem ser utilizados como creme de dia.
	Máscaras	Hidratam e, purificam e tonificam a pele, em pouco tempo. Cada máscara tem uma acção específica, dependendo do tipo de pele.	Pelo menos, uma vez por mês. Aplique-a em camada espessa evitando o contorno dos olhos. Respeite o tempo de pode e retire com água corrente. Termine com uma loção tónica.