TODO EBOOK / COLECCIÓN PRÁCTICA

Cuidado corporal cotidiano

12 rutinas generales para organizar limpieza, hidratación y protección



Fabiola López Pizarro · FLP Asesorías

Guía digital en español · Consulta práctica · Edición 2026

PRÁCTICA 01

Preparar un espacio limpio

3-5 minutos

NECESITAS

- Superficie despejada
- Agua y jabón para las manos
- Toalla limpia
- Productos en sus envases originales

PASO A PASO

1. Retira comida, utensilios de cocina y objetos que puedan caer dentro de un cosmético abierto. Comprueba que el lugar esté seco y bien iluminado.

2. Lava las manos y sécalas con una toalla limpia antes de tocar piel, aplicadores o tapas.

3. Lee nombre, zona de uso, fecha e instrucciones de cada producto. No uses en el cuerpo un producto de limpieza del hogar ni una preparación destinada a otro uso.

4. Deja solo lo que necesitas para esa rutina y cierra cada envase después de retirar la cantidad que indica su fabricante.

La limpieza reduce contaminación durante el uso; no esteriliza la piel ni convierte una fórmula casera en un cosmético seguro.