



DE CABEZA AL AGUA

Aunque suene a tópico, hay que recordarlo siempre: la hidratación, por dentro y por fuera, es imprescindible para lucir una piel y un pelo radiantes. Asegúrate de llegar a la playa en perfectas condiciones para poder contrarrestar más fácilmente a la vuelta a la rutina los estragos que esta provoca en tu cuerpo. **LO ÚLTIMO** El protocolo 'Facial Supra Oxidante', que prepara tu rostro para exponerse al sol, mejorando el metabolismo cutáneo, estimulando sus defensas y revitalizando el tejido. En el Centro Médico Lajo Plaza (175 €, Madrid, royalmedical.es).