

# Alimenta

## la teva pell per fora!

(pàgina 50)

### Majoria de respostes a)

Tens la pell seca, aspra i amb tendència a escatar-se\*. Per això és important que la hidratis bé amb cremes o olis i que beguis molta aigua. És poc probable que pateixis acne.

### Majoria de respostes b)

La teva pell és més aviat greixosa i amb tendència a l'acne. Probablement tens els porus\* dilatats i amb un aspecte oliós a la zona del nas i del front. Utilitza productes amb propietats antibacterianes i evita aliments rics en greixos saturats, com patates fregides o productes de brioixeria. No et rebentis els granets, ja que podrien quedar-t'hi marques.





**Maria**



**Laura**



**b**

**a**

**Joan**

**c**