

Calendario de
Belleza para
Novias
Precavidas



TODOS LOS DÍAS COMIENZA HOY

♥ Mi rutina de mañana

- ♥ Limpieza
- ♥ Tónico
- ♥ Serum
- ♥ Contorno ojos
- ♥ Hidratante
- ♥ Protección solar
- ♥ Y vamos a por un día genial!



♥ Mi rutina de noche



- ♥ Desmaquillar
- ♥ Limpieza
- ♥ Tónico
- ♥ Serum
- ♥ Contorno de ojos
- ♥ Crema nutritiva
- ♥ Y a descansar bien guapa!

UNA VEZ SEMANA

♥ EXFOLIAR

- ♥ Limpieza
- ♥ Exfoliante
- ♥ Tónico
- ♥ Serum
- ♥ Contorno ojos
- ♥ Hidratante
- ♥ Protección solar
- ♥ Apor una gran semana!



♥ MASCARILLA

- ♥ Desmaquillar
- ♥ Limpieza
- ♥ Mascarillas
- ♥ Tónico
- ♥ Serum
- ♥ Contorno de ojos
- ♥ Crema nutritiva
- ♥ Y a descansar bien guapa!



1 AÑO ANTES

ALIMENTACIÓN Y VIDA SALUDABLE

Esta rutina debería formar parte de tu vida, no solo en la época de organización de la boda. Pero si quieres conseguir un cuerpo más saludable de cara a la celebración, lo mejor es hacerlo poco a poco, así que, come sano y haz ejercicio desde el primer día. No hagas dietas estrictas que puedan tener un efecto rebote, acudir a un especialista para que te asesore y te guía es la mejor opción.



DEPILACIÓN LASER

Librarse del vello corporal o facial es un beneficio de la depilación láser. Es una opción para las mujeres que quieren deshacerse de las molestias de los vello no deseado. La depilación láser es un tratamiento que utiliza la luz para destruir las raíces de los folículos pilosos. El tratamiento es seguro y efectivo, pero requiere de varias sesiones para obtener los mejores resultados. La depilación láser es una inversión a largo plazo, pero puede ahorrar dinero a largo plazo al reducir la necesidad de otros métodos de depilación como la ceras o la crema de depilación. La depilación láser es una opción segura y efectiva para deshacerse del vello no deseado. El tratamiento es seguro y efectivo, pero requiere de varias sesiones para obtener los mejores resultados. La depilación láser es una inversión a largo plazo, pero puede ahorrar dinero a largo plazo al reducir la necesidad de otros métodos de depilación como la ceras o la crema de depilación.



TRATAMIENTOS FACIALES

¿Tienes problemas en la piel tipo acné? Entonces acude lo más pronto posible a tu cita con el dermatólogo o con tu centro de belleza para comenzar el mejor tratamiento. No lo dejes de lado, ya que el maquillaje actuará mejor sobre un fondo liso y libre de imperfecciones que sobre uno en el que tenga que cubrir muchas de ellas.



1 AÑO ANTES

CAMBIOS EN EL CABELLO

Un año antes es el momento de hacer algún cambio del tipo tinte o corte radical. Si quieres un corte nuevo, un color nuevo o cualquier otro cambio en tu pelo para la boda, este es el mejor momento de hacerlo, pues si no te gusta te dará tiempo a modificarlo, pero si lo decides unos días antes de la celebración y te disgusta, no habrá vuelta atrás.



TRATAMIENTOS DENTALES

Cuidar la sonrisa es uno de los aspectos a los que más importancia debes dar, pues te pasarás la mayor parte del día sonriendo y tu rostro será el centro de atención. Desde que comiences a preparar el gran día un año antes, acude a tu clínica de confianza para que evalúen tu caso y te aconsejen qué tratamientos dentales necesitas para mostrar una sonrisa bonita.

Los tratamientos de ortodoncia invisible, carillas o blanqueamiento dental son los más demandados por los novios antes de su boda.



6 MESES ANTES

TRATAMIENTOS CORPORALES

Ya llevarás unos meses con comiendo saludable y haciendo algo de ejercicio, por lo que habrás notado cambios en tu cuerpo. Quizás quieras tonificar algunas zonas y así mejorar el resultado. ¡Este es el momento! Comienza con algún tratamiento reafirmante o anticelulítico en un centro de belleza especializado. Lo mejor es acompañarlo de vitaminas y ácido hialurónico.



TRATAMIENTOS PARA EL CABELLO

Ahora que ya te has hecho el cambio y ya te has acostumbrado a él, o que simplemente has dejado tu look tal cual, es el momento de darle nutrición al pelo y cuidarlo al máximo para que llegue a la boda con una apariencia espectacular. Acude a una peluquería o un centro de cuidados capilares, allí te harán un estudio sobre el cabello y te aconsejarán lo mejor.



15 DÍAS ANTES

HIGIENE FACIAL y EXFOLIACIÓN CORPORAL

Llegó el momento de la exfoliación, tanto corporal como facial. Acaba con los puntos negros, cierra los poros, reserva un masaje relajante, un circuito en un spa... ¡Mímate!

TRATAMIENTO DE PESTAÑAS

¿Pestañas cortas, finas o poco pobladas? Puedes hacerte extensiones de pestañas o un tinte permanente. Tu mirada será única el día de la boda. Intenta tomar esta decisión antes de realizarte la prueba de maquillaje, ya que podría cambiar por completo el look final que hayas probado.



DEPILACIÓN

Si no tienes hecho el láser te recomiendo que cojas cita en tu centro de belleza para una depilación completa: piernas, axilas, ingles, labio superior, cejas... Lo ideal es que lo hagas, al menos, 4 días antes, para que, llegado el día de la boda, no tengas la piel irritada.

3 a 6 DÍAS ANTES



MANICURA Y PEDICURA

Dos días antes debes realizarte la manicura y la pedicura, para que tus manos y pies estén suaves e impecables. Intenta investigar que tipo de manicura necesitas según tu estilo nupcial. Puedes optar por un rojo intenso, con efecto lacado o estilo francesa, no hay un tipo de manicura de novia, sólo piensa en cual te representa mejor y combina con tu look.



EL DÍA ANTERIOR

BEBE MUCHA AGUA

Al menos, dos litros, y evita el consumo de alcohol el día anterior. Come ligero y saludable para evitar indigestiones que te puedan jugar una mala pasada el día de tu boda. Opta por frutas frescas y verduras, ensaladas o sopas, no tienes a la suerte comiendo picantes, grasas o productos azucarados que te impidan descansar por la noche.



DESCANSA

Ya está todo hecho. Solo queda el último y mejor tratamiento, dormir, mínimo, ocho horas, profundamente. Tu piel lo notará y es lo mejor que puedes hacer, aunque quizá los nervios te lo pongan difícil.

Toma un baño relajante, ponte tu música favorita, velas etc crea un ambiente bonito y dedícale un tiempo de desconexión y disfrute.



EL DÍA B DISFRUTA

CrisDeGodínez 
matrimonios

Y llegó el gran día después de meses de preparación. Estás en las horas previas a la celebración de tu enlace. Unas horas que sin duda estarán llenas de nervios y serán toda una montaña rusa de emociones.

Pero cada minuto debes disfrutarlo al máximo y lo más relajada posible. Ya pasaste por meses llenos de estrés planeando tu ceremonia y es por eso que mereces sentirte confiada y relajada, en el que seguro será uno de los días más importantes de tu vida.

Por lo que no te agobies, que para lidiar con tantas emociones y sentirte tranquila, lo mejor es saber que hay que hacer en cada momento y tenerlo todo bien organizado.

Rodéate de las personas que quieres y de profesionales que te hagan sentir cómoda.

Lo mejor, está por llegar.





GANA TRANQUILIDAD
Y AGENDA TU CITA PARA
CONOCERNOS.
Y DESCUBRE SI HAY
MACH



DISEÑAREMOS JUNTAS
TU LOOK
DE MAQUILLAJE DE NOVIA

