



**HC**  
marbella

## Consejos de la doctora

### Tres puntos claves para tener una piel sana y bonita

1

#### Protégete del sol

Todo el año, en especial los meses de verano, usando cremas de alto factor de protección.



2

#### Hidrata tu piel

Por fuera y por dentro, usa a diario cremas hidratantes, bebe mucha agua y come frutas que te aporten vitaminas.



3

#### Acude regularmente a tu Médico Estético

Te asesorará en función de tu piel, para darte expectativas reales de tratamiento y su indicación, y así mantener una piel joven.



Dra. Elisa Delgado Padial