

MARCO TEÓRICO

CUIDADO DE LA PIEL: CONCEPTO Y RELEVANCIA

El cuidado de la piel se refiere a las prácticas y productos utilizados para mantener la salud y la apariencia de la piel. Esto incluye la limpieza, hidratación, exfoliación y protección solar. La piel actúa como la primera barrera de defensa del cuerpo, protegiéndonos de factores externos como la contaminación y los microorganismos.

Una rutina de cuidado adecuada no solo previene problemas dermatológicos como el acné y el envejecimiento prematuro, sino que también promueve el bienestar emocional, ya que una piel