

TOMANOTA BELLEZA



Lleva 18 años de matrimonio, tiene dos hijos "y un marido espectacular, ¡que me soporta! La verdad es que pese a la cantidad de años que llevamos juntos estamos súper contentos; ha sido súper entretenido estar casada con él. En ese plano puedo decir que estoy plenamente feliz", dice la conductora de TV.

PAOLA FALCONE

POR: ALEXANDRA GALLEGOS A.
alexandra.gallegos@estilocomunicaciones.cl

Como en Twitter, descríbete en máximo 140 caracteres:

Soy una mujer alegre, fumo y tomo poco, como sano y me duermo temprano. Bien equilibrada en general, sin excesos. Harto deporte es clave (137 caracteres).

¿Eres de rutina de belleza o depende del tiempo?

Lo que hago siempre es limpiarme la cara en la mañana y en la noche, aunque no esté maquillada. Para el día uso cremas con factor y para la noche con hidratantes; a veces también una para el contorno de ojos. Eso sí, lo básico como rutina de belleza es comer sano y equilibrado.

Parte del cuerpo que más cuidas:

Creo que las prioridades cambian con los años; antes era el pelo, ahora son las arrugas. Hoy invierto más en buenas cremas, algunos tratamientos de belleza, un poco de Bótox, y una vez al año, plasma rico en plaquetas, uno premium, excelente.

¿Tienes algún producto "fetiché"? ¿Ese que nunca dejas de comprar?

Fetiché no, pero sí hay algo que no dejaría de comprar: los bálsamos o las cremas ricas para el pelo.

¿Sigues alguna rutina de ejercicios? ¿Fanática de algún deporte en particular?

Mi calidad de vida se mantiene gracias al deporte, siempre los he practicado. Cuando me lesiono voy a un tratamiento de ondas electromagnéticas en

el Centro Multidisciplinario Biomedics (www.biomedics.cl), lo que me permite continuar con mis disciplinas sin parar, es un muy buen dato. Actualmente estoy full trote, todos los días; también practico la pesca, que aunque no lo considero un deporte, dicen que sí es. ¿Y mi orgullo? Soy capitán deportivo costero, saqué licencia y tengo carnet, lo que te permite manejar embarcaciones en todo el borde costero de Chile. Hay muy pocas mujeres que tienen este título en el país.

Aroma de la cosmética que te encanta.

Cítricos. No soy muy buena para los perfumes.

¿Qué opinas de las cirugías estéticas? ¿Te harías o has hecho alguna? ¿Por qué?

Me arreglé la nariz cuando tenía 18 años. No me cierro a otra cirugía, quizás, puede ser. Siempre he querido, después de haber tenido hijos, hacerme un implante de mamas, pero de cobarde no lo he hecho.

¿Qué alimento es imprescindible en tu dieta?

Tomo un súper buen desayuno, almuerzo bien y en la noche trato de comer súper light, sin carbohidratos. Lo imprescindible son las verduras: lechuga, tomate, pepino son lo básico, de ahí el acompañamiento.

¿Y cuál erradicaste para cuidar la línea?

Algo que me gusta son los muffins. Cuando los compro me tengo que controlar. Pero en general como de todo, ya que nunca he tenido problemas con el peso. 🌍