

Ud Esta en : Portada / Belleza

◀ ✉ 🖨 A+ A-

## PAOLA FALCONE Y SUS SECRETOS PARA MANTENERSE BELLA Y JOVEN

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.

Compartir

Me gusta

Compartir 1

Twitter 0

g+1 0



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. Ocupo cremas especiales, para el

día con factor y para la noche con hidratantes, a veces uso una para el contorno de ojos. Me gusta ocupar buena cremas, para el cuerpo y para el pelo también. 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 mantener el color de mis reflejos, porque se me reseca mucho con las planchas, los secadores y todo eso.

¿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](http://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 arregle 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. Eso sí, considero importante hacerlo de forma equilibrada, porque si empiezas con una, después con otra y con otra, te vas trastornando. Pero si es algo puntual, algo que a ti te molesta y crees que vas a ser más feliz cambiándolo, lo apoyo totalmente.

¿Cuál es tu mayor arma de seducción?

No soy para nada coqueta ni sensual. Creo que mi mayor arma de seducción es poder llevar una conversación interesante y con buen humor.

¿El peor error estético que has cometido?

Una vez me pusieron Bótox en la pera para arreglar unas arrugas que se me hacían al hacer unos movimientos bruscos. Cuando llegué a mi casa se me había formado un cototo, pero al otro día fui donde la doctora y me lo sacó.

Prenda que jamás usarías:

Una falda escocesa. Jamás.

¿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 queques, éstos que uno compra en el supermercado, los muffin. Ése es mi control mental, cuando los compro me tengo que controlar. Pero en general como de todo, ya que nunca he tenido problemas con el peso.

### Notas Relacionadas

Recupera la mirada que tenías a los 20: mira los años que puedes quitar a tu rostro en tres pasos

El novedoso "pulpo" de varios brazos que elimina celulitis y alisa la piel desde el primer día

El ABC del acné: conoce sus causas, tratamientos y los hábitos para combatirlo

Añade un comentario...

Comentar con...



Nicolas Rodriguez - ★ Mejor comentarista - Santiago de Chile

Es hermosa pero pongan más fotos.

Responder · Me gusta · 8 de abril a la(s) 7:06

Plug-in social de Facebook



**SEMANA SANTA** PRODUCTO **JUMBO**

**FIGURITA Merluza variedades Jumbo 500 g**

**\$1.790 c/u**

**VER MÁS**

Promociones válidas en Chile del 10/04/2014 al 20/04/2014

TE DAMOS TODO EN CADA DETALLE

Síguenos:

Horóscopo

Edición Impresa



**conect@das**

Concursa aquí

Más vistos	Más recientes	Más comentados
¿La harías? Peligrosa dieta promete ayudar a perder 15 kilos en dos semanas	Dieta del genotipo: cómo perder hasta 30 kilos de peso en invierno	Sofñar con un ex novio: los significados que no imaginabas
Un momento a solas: las claves de la masturbación femenina	Para eliminar energías negativas: Objetos que absorben las malas vibras de nuestro hogar	