

Sommario

Prefazione al libro	IX
Prefazione	XI
Introduzione	XIII
Capitolo 1 Tipi di pelle e beauty routine	1
Capitolo 2 Cura di zone specifiche	35
Capitolo 3 La pelle nel tempo	51
Capitolo 4 Skin fitness e food	83
Capitolo 5 Ingredienti cosmetici	101
Capitolo 6 SOS pelle	117