



Alisa by Beauty Tribu
GUÍA PRÁCTICA

¿Cómo puedo saber mi tipo de piel?

Guía práctica con test, errores comunes y rutina básica según tu
tipo de piel

WWW.BEAUTYTRIBU.COM



INTRODUCCIÓN

¿Has comprado cremas que no te funcionaron?

¿Sientes la piel tirante, con grasa, brotes o sensibilidad sin entender por qué?

La mayoría de personas no conoce su tipo de piel real, y eso provoca:

- Gastar dinero innecesariamente
- Empeorar la piel sin saberlo
- Rutinas que no funcionan
- Tratamientos incorrectos

Este ebook existe para evitarte todo eso.

Aquí aprenderás a:

- Identificar correctamente tu tipo de piel
- Diferenciar tipo de piel y estado de la piel
- Realizar un test sencillo en casa
- Evitar errores comunes
- Empezar a cuidarte de forma correcta

No necesitas conocimientos previos.

Solo ganas de entender tu piel de una vez por todas.

Alisa by Beauty Tribu

Alisa by Beauty Tribu

¿QUÉ ES REALMENTE EL TIPO DE PIEL?

**El tipo de piel es una característica genética
que determina:**

El tipo de piel es una característica genética que
determina:

La cantidad de sebo que produces

Cómo reacciona tu piel

Cómo se comporta a largo plazo

!!!Tu tipo de piel NO cambia!!!

Lo que cambia es el estado de la piel.

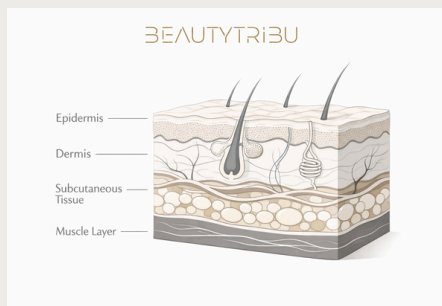
Ejemplo:

Puedes tener piel grasa deshidratada

Piel seca sensibilizada

Piel mixta con acné puntual

Confundir esto es uno de los errores más
comunes.



Alisa by Beauty Tribu

DIFERENCIA ENTRE TIPO DE PIEL Y ESTADO DE LA PIEL

Tipo de piel:

Es estable

Viene de fábrica

Se mantiene en el tiempo

Estado de la piel:

Puede cambiar

Depende de hormonas, clima, estrés, productos

Se puede corregir

Por eso muchas personas creen tener un tipo de
piel incorrecto.

¿Este aspecto tenías claro?



LOS 5 TIPOS DE PIEL

Alisa by Beauty Tribu

BEAUTYTRIBU



PIEL NORMAL

Piel normal

- Textura uniforme
- Poros poco visibles
- No brilla en exceso
- No se descama

✗ Error común: descuidarla pensando que “no necesita nada”

BEAUTYTRIBU



PIEL SECA

Piel seca

- Sensación de tirantez
- Aspecto apagado
- Tendencia a descamarse
- Poros casi invisibles

✗ Error común: usar productos astringentes

BEAUTYTRIBU



PIEL GRASA

Piel grasa

- Brillo constante
- Poros dilatados
- Tendencia a granitos
- Produce más sebo

✗ Error común: lavar en exceso

BEAUTYTRIBU



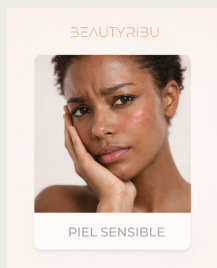
PIEL MIXTA

Piel mixta

- Zona T grasa (frente, nariz, barbilla)
- Mejillas normales o secas
- El tipo más común
- ✗ Error común: tratar todo el rostro igual

LOS 5 TIPOS DE PIEL

Alisa by Beauty Tribu



Piel sensible

- Reacciona con facilidad
- Enrojecimiento
- Picor o ardor
- Puede coexistir con otros tipos
- **✗** Error común: probar demasiados productos

TEST: ¿CUÁL ES TU TIPO DE PIEL? (HAZLO EN CASA)

PASO 1 - LIMPIEZA

- Lava tu rostro con un limpiador suave
- No apliques ningún producto
- Espera 1 hora

PASO 1 - OBSERVA TU PIEL

Marca lo que sientas:

- ✓ Tirantez → piel seca
- ✓ Brillo general → piel grasa
- ✓ Brillo solo en zona T → piel mixta
- ✓ Sensación cómoda → piel normal
- ✓ Picor/enrojecimiento → piel sensible

PASO 2 - OBSERVA TU PIEL

Presiona suavemente en:

- Frente
- Nariz
- Mejillas

PASO 3 - PAPEL SECANTE

- Presiona suavemente en:
- Frente
- Nariz
- Mejillas

RESULTADOS

- Mucha grasa en todo → grasa
- Solo zona T → mixta
- Nada → seca o normal

ERRORES QUE CONFUNDEN TU TIPO DE PIEL

- ❌ Deshidratación ≠ piel seca
- ❌ Acné ≠ piel grasa
- ❌ Sensibilidad ≠ tipo de piel
- ❌ Exfoliar en exceso
- ❌ Copiar rutinas de redes sociales

ESTOS ERRORES PROVOCAN

Brotes

Sensibilidad

Envejecimiento prematuro



RUTINA BÁSICA SEGÚN TU TIPO DE PIEL

Alisa by Beauty Tribu

Limpieza:

- 2 veces al día
- Suave, sin sulfatos agresivos

Hidratación

- Todos los tipos la necesitan
- Ajustada a tu piel

Protección solar

- Imprescindible
- Todos los días

BEAUTYTRIBU

RUTINA BÁSICA SEGÚN TU TIPO DE PIEL



LIMPIEZA



HIDRATACIÓN



PROTECCIÓN
SOLAR

¿QUÉ EVITAR SEGÚN TU PIEL?

- Seca: alcohol, exfoliantes fuertes
- Grasa: aceites pesados
- Sensible: perfumes, ácidos sin control

Alisa by Beauty Tribu

¿TU PIEL PUEDE CAMBIAR CON EL TIEMPO?

Tu tipo no, pero sí:

- Embarazo
- Menopausia
- Estrés
- Clima
- Tratamientos estéticos

Por eso es importante revisar tu piel periódicamente.

BEAUTYTRIBU

¿TU PIEL PUEDE CAMBIAR?

Factores que afectan el estado de tu piel



Embarazo



Menopausia



Estrés



Clima



Tratamientos
Estéticos

Factores que afectan el estado de tu piel

WWW.BEAUTYTRIBU.COM

CHECK LIST

Alisa by Beauty Tribu

SE MI TIPO DE
PIEL

SI ✓ O NO

ENTIENDO MIS
ERRORES

SI ✓ O NO

USO PRODUCTOS
ADECUADOS

SI ✓ O NO

PROTEJO MI PIEL
CADA DIA

SI ✓ O NO

¿CUÁNDO ACUDIR A UNA PROFESIONAL?

- Debes buscar ayuda si:
- Nada te funciona
- Tienes brotes constantes
- Tu piel reacciona a todo
- Vas a realizarte tratamientos estéticos

El autodiagnóstico es útil, pero no sustituye a una evaluación profesional.

CONOCER TU PIEL ES EL PRIMER PASO

Si quieres:

- Evitar errores
- Elegir productos adecuados
- Saber qué tratamientos son ideales para ti
- Cuidar tu piel con seguridad

Puedes trabajar conmigo en mentoría personalizada.

SI QUIERES CONOCERME MÁS VISITA MI WEB Y REDES SOCIALES

INSTAGRAM: ALISA BEAUTY TRIBU

WEB: WWW.BEAUTYTRIBU.COM

TIK TOK: BEAUTYTRIBU





*Tu piel habla de ti
Escúchala, cuidala
y respétala.*

A large, stylized letter 'S' in a brownish-gold color, centered on a light gray circular background. The 'S' is composed of two thick, curved strokes.

Alisa by Beauty Tribu

RESERVA TU MENTORÍA

WWW.BEAUTYTRIBU.COM

+34 691 678 817