



# Lydia Bosch

## “No puedo acostarme sin desmaquillarme”

La actriz, de 44 años e imagen de la firma Garnier, asegura que no se cuida mucho, que la naturalidad y sentirse bien con una misma son los secretos de su belleza.

**L** ydia Bosch es una persona sencilla, que confiesa sin rubor su edad y cuenta con la admiración de hombres y mujeres. Su belleza la ha convertido en un rostro indispensable en la publicidad. Desde hace meses, es imagen de Garnier, productos que asegura usar.

-¿Qué buscas en un cosmético?

-Fundamentalmente que sea cómodo a la hora de aplicarlo, que me facilite la vida.

-Si miramos en tu bolso, ¿qué encontramos?

-De maquillaje sólo un colorete, una máscara de pestañas y un cacao para los labios.

-Sueles estar morena todo el año. ¿Tè gusta tomar el sol?

-No tomo mucho el sol, pero tampoco me protejo

especialmente de los rayos. Por ejemplo, nunca salgo a la calle con una crema con protección como recomiendan, que sé que es muy importante.

-¿Por qué no lo haces entonces?

-Porque no soy muy disciplinada para estas cosas y, además, tengo poco tiempo. Por eso, busco soluciones fáciles, como productos que reúnan varias propiedades, o sean “dos en uno”... Lo que no perdono es acudir a un centro de estética una vez al mes para hacerme una limpieza de cutis. Pero no soy de meterme en el baño y dedicarme un tiempo, porque siempre hay alguien tocando la puerta, cualquiera de mis hijos reclamando atención.

-¿La cara es el espejo del alma como dicen?

-Estoy convencida de ello. Cuando estás bien contigo misma, se nota. Eso y la naturalidad, que es lo que hace a la gente más bella.

-¿Haces dieta?

-A mi aire. Si veo que he cogido un kilo o dos trato de compensarlo y no tomar chocolate, que me vuelve loca. Nunca me pesaba, pero ahora me he comprado una báscula y todos los días después de la ducha me peso y me cuido porque según vas cumpliendo años cuesta más adelgazar.

-¿Cuál es tu desayuno ideal?

-Llevo años tomando un zumo de manzana y zanahoria y siete tostaditas de pan con tomate.

“  
Llevo años desayunando zumo de manzana y zanahoria y siete tostaditas de pan con tomate  
”

### TONO NATURAL



Lydia, que lleva el tono 5.3 de coloración “Nutrisse” (6,99 €), en manos del peluquero Javier Vergara.



“

Llevo años  
desayunando zumo  
de manzana y  
zanahoria y siete  
tostaditas de pan  
con tomate

”

