



Uso desodorante.

1. Es de gran ayuda usar desodorante antes de vestirme en la mañana, luego de ducharme y antes de hacer ejercicio.
2. Quito la tapa del contenedor de desodorante.
3. Sostengo el desodorante con la mano derecha mientras levanto el brazo izquierdo hacia el techo.
4. Froto el desodorante en círculos contra la piel de la axila izquierda tres veces. Luego, bajo el brazo izquierdo.
5. Sostengo el desodorante con la mano izquierda mientras levanto el brazo derecho hacia el techo.
6. Froto el desodorante en círculos contra la piel de la axila derecha tres veces. Luego, bajo el brazo derecho.
7. Termino de vestirme.

