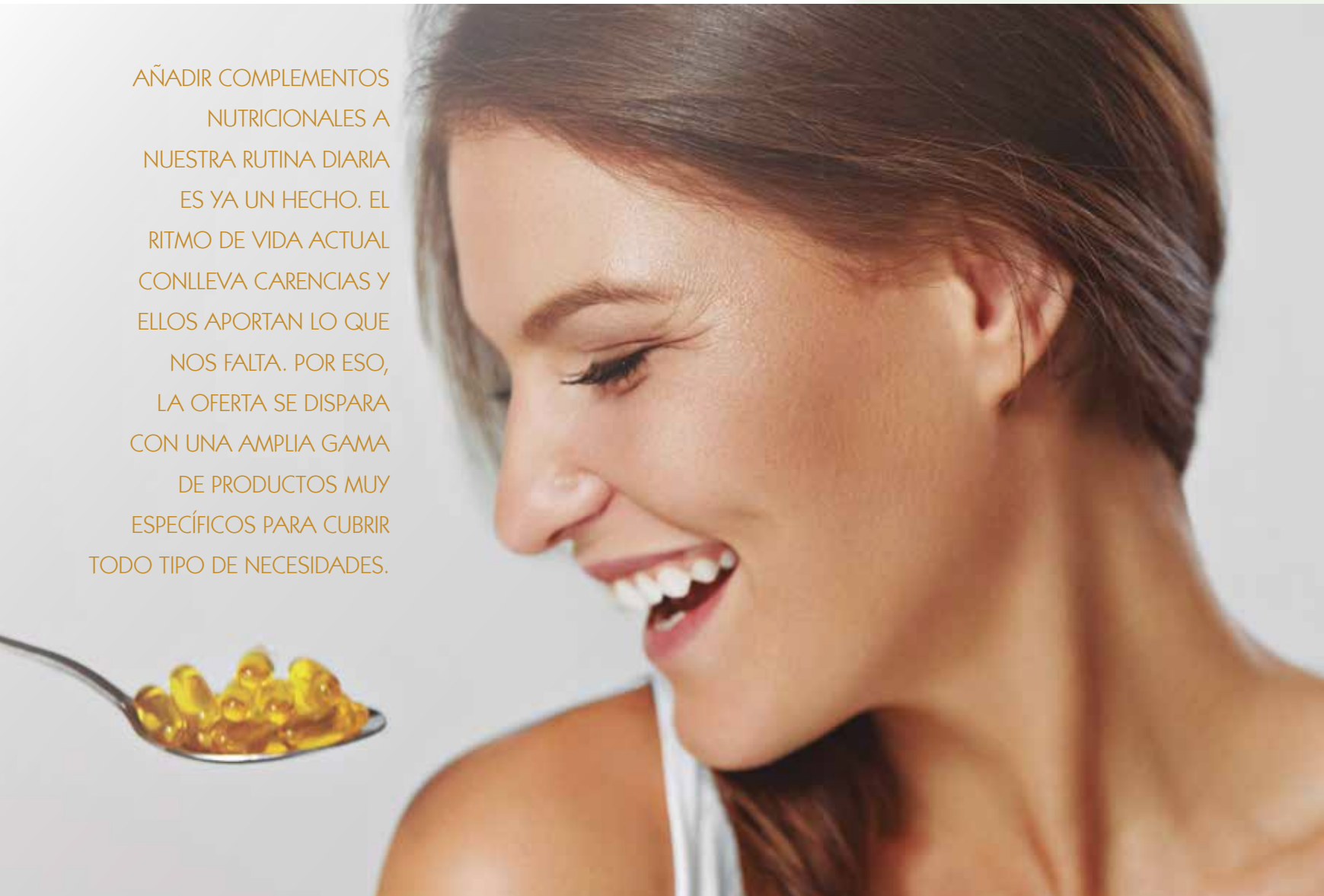


Nutricosmética: motor interior

AÑADIR COMPLEMENTOS NUTRICIONALES A NUESTRA RUTINA DIARIA ES YA UN HECHO. EL RITMO DE VIDA ACTUAL CONLLEVA CARENCIAS Y ELLOS APORTAN LO QUE NOS FALTA. POR ESO, LA OFERTA SE DISPARA CON UNA AMPLIA GAMA DE PRODUCTOS MUY ESPECÍFICOS PARA CUBRIR TODO TIPO DE NECESIDADES.



El mercado de los nutricosméticos en España sigue en aumento. Y la oferta es cada vez más amplia para cubrir todo tipo de necesidades: complementos que mejoran la flora intestinal, los que contribuyen a un mejor descanso, los que mejoran la actividad sexual, los que embellecen la piel, y los que aportan vitaminas o depuran el organismo, entre otros.

El consumidor potencial busca un producto efectivo con un efecto rápido y directo, cómodo de usar y con una buena relación calidad-precio. Y los complementos nutricionales se presentan como una buena alternativa. Las categorías más demandadas en farmacia son la nutricosmética capilar, en segundo lugar la corporal relacionada con el sobrepeso y, por último, la dirigida al cuidado del rostro. Comentamos algunos de los más demandados y las últimas novedades.

Preparar la piel para el bronceado

Los preparadores solares en cápsulas ven aumentada, año a año, su demanda. Estos complementos preparan la piel para una mejor exposición solar y contribuyen a un bronceado más intenso incluso en pieles claras. Ayudan a reforzar el sistema inmunitario de la piel, fundamental para proteger la piel de los rayos UV que alteran las células de la defensa de nuestra piel (células de Langerhans). Su eficacia es visible por eso quien los prueba; repite y los aconseja. En el corazón de su fórmula se encuentra el β -caroteno, para un tono natural y uniforme, y el Licopeno con propiedades antioxidantes, para la prevención del envejecimiento prematuro de la piel. Utilizar este tipo de complementos no significa que no debamos seguir con las pautas de protección conocidas como usar protector solar y evitar las horas de máxima radiación así

como controlar el tiempo de exposición. Cada laboratorio tiene su posología pero en común está el empezar un mes antes de la exposición al sol, también durante y al menos 30 días después para mantener el bronceado, y siempre como complemento de una crema de protección solar.

El abordaje de la pérdida de peso ha de ser multidisciplinar y la modificación de los hábitos de vida es primordial para el éxito

Adelgazar con ayuda controlada

Según datos de Arkopharma, España se sitúa en segunda posición en Europa (detrás de Reino Unido) en cuanto a número de personas con sobrepeso. En España hoy el 17% de la población sufre obesidad (IMC superior a 30), mientras que un 53,7% tiene sobrepeso (IMC superior a 25).

El abordaje de la pérdida de peso ha de ser multidisciplinar y la modificación de los hábitos de vida es primordial para el éxito. Tres son los pilares en un programa de control de peso: la dieta y el ejercicio físico

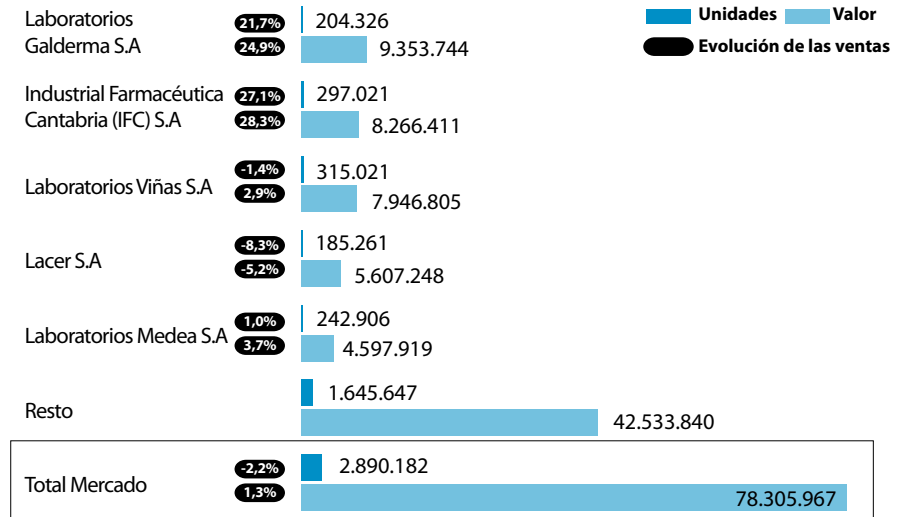
y podemos ayudarnos con la utilización de plantas medicinales como coadyuvantes. Además, la modificación de la dieta de forma definitiva será la clave del éxito. Los complementos nutricionales específicos para dietas de control de peso aceleran los resultados con una más rápida combustión de grasas y eliminación de líquidos. Tam-

bién por su acción saciante y reafirmante.

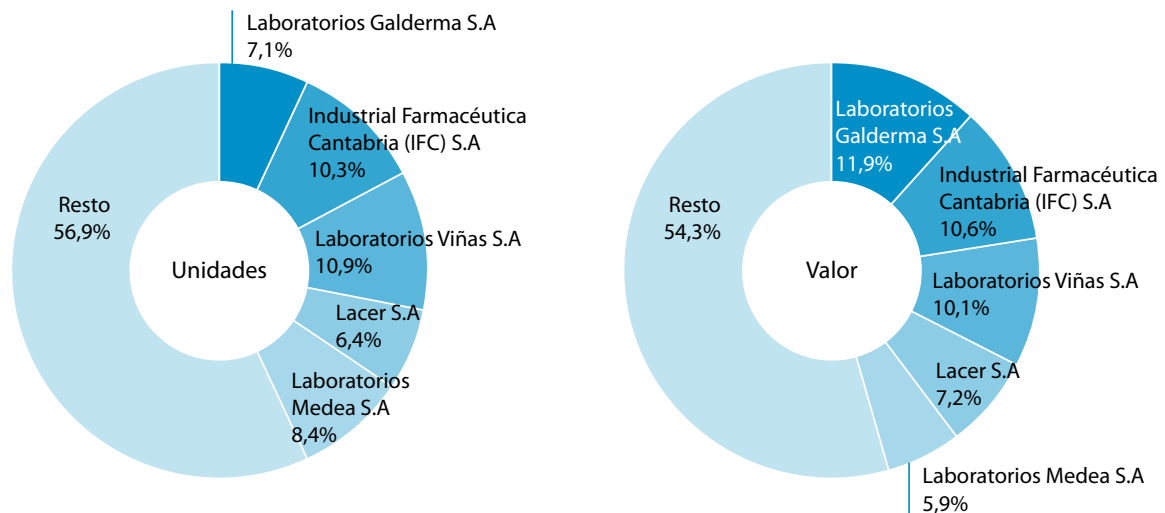
Cabello y uñas más fuertes

Habitualmente un cabello pobre, falto de brillo y proclive a la caída es fruto de un desequilibrio alimenticio y vitamínico. Al igual que las uñas que ante esta carencia aparecen muy finas y se rompen fácilmen-

MERCADO NUTRICOSMÉTICA Ventas (Abril 2016-Marzo 2017)



MERCADO NUTRICOSMÉTICA Cuota de Mercado (Abril 2016-Marzo 2017)



El consejo farmacéutico

Como la propia palabra indica los complementos sirven de ayuda, pero no hacen milagros. En especial en los casos de pérdida de peso como objetivo, hay que insistir en el control médico o dietético para llevar a cabo una alimentación correcta y controlada que no lleve a un efecto rebote o, en el peor de los casos, desemboque en anemia.

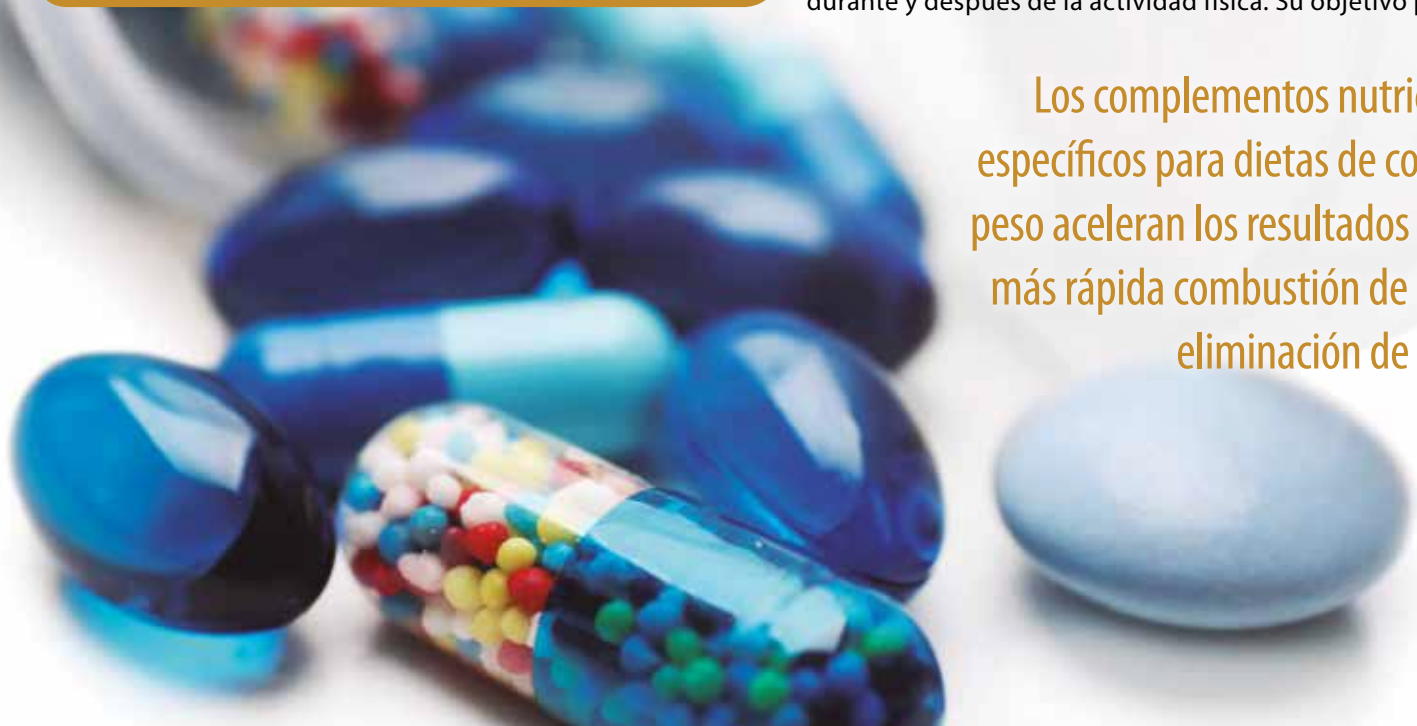
Los principios activos liberados por estos productos actúan sobre importantes funciones y mecanismos del organismo. Conviene, por lo tanto, seguir detalladamente las instrucciones de uso e insistir sobre sus posibles efectos adversos.

te. Los complementos alimenticios para cabello y uñas aportan las vitaminas, los ácidos grasos esenciales y los extractos de plantas necesarios para restablecer el equilibrio del cabello con falta de vitalidad y de las uñas que se rompen fácilmente. En su formulación encontramos, entre otros, vitamina B2, B5, B6, B8, C y E, el aceite de borraja y el zinc necesarios para reforzar la queratina.

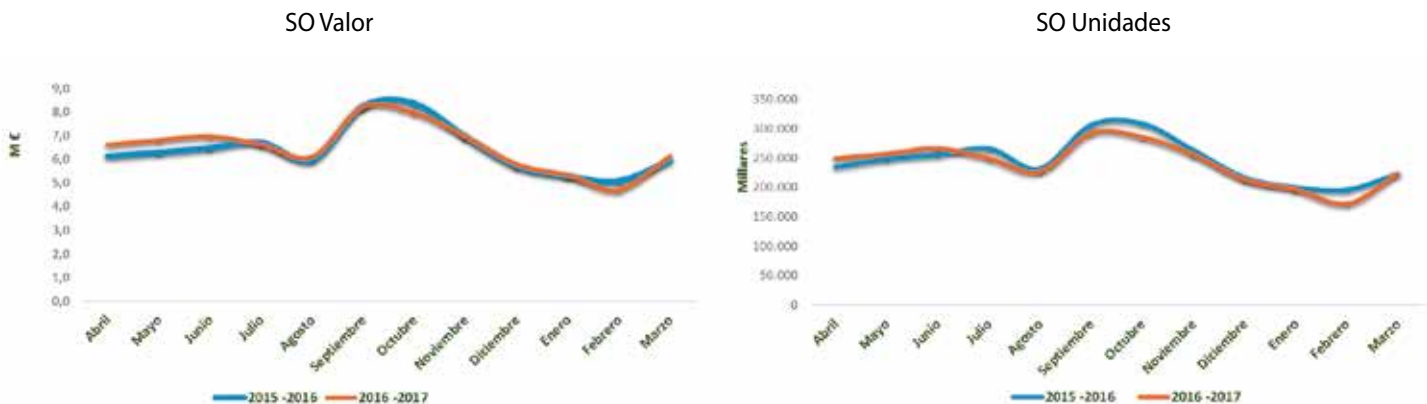
Especial deportistas y runners

Pese a la creciente popularidad de deportes como el *running*, muchos de sus adeptos no realizan una práctica segura, especialmente en cuanto a la nutrición. Los corredores españoles no parecen estar concienciados sobre lo importante que es alimentarse de acuerdo a las necesidades nutricionales que esta actividad física impone, pues 9 de cada 10 (86,2%) no siguen una dieta adaptada a las exigencias del running, según el VI Estudio CinfaSalud sobre "Percepciones y hábitos de los corredores y corredoras españoles". Una alimentación inadecuada deriva en un menor rendimiento y una pérdida de masa muscular. Los complementos especiales para deportistas se presentan en formatos para tomar antes, durante y después de la actividad física. Su objetivo principal es

Los complementos nutricionales específicos para dietas de control de peso aceleran los resultados con una más rápida combustión de grasas y eliminación de líquidos



EVOLUCIÓN MERCADO NUTRICOSMÉTICA



Fuente: hmR. Elaboración: IM Farmacias. Clase Nutricosmética formada por: H17 Dermocosmética Unisex, H16 Dermocosmética Femenina y H159 Anticaída del cabello hombre. (El ranking está formulado basándonos en las ventas)

Los preparadores solares en cápsulas ayudan a reforzar el sistema inmunitario de la piel

evitar el desgaste articular, incrementar la resistencia y energía, hidratar y en general mejorar el rendimiento deportivo.

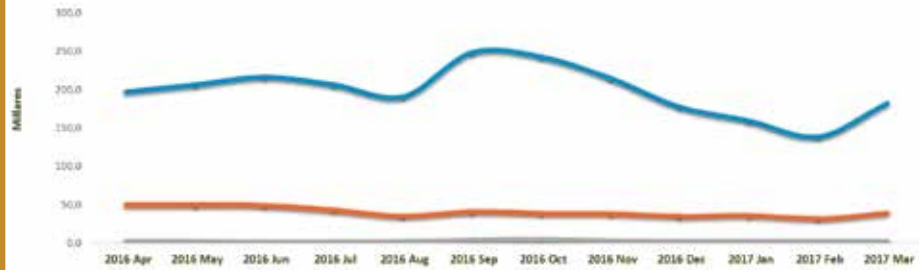
Eficacia por la vía sublingual

Una de las novedades más recientes que ha llegado a la farmacia son los complementos por vía sublingual que aportan una serie de activos de rápida absorción y que son muy cómodos en su dosificación. Estos productos argumentan su eficacia gracias a la salivación y a las glándulas de la boca que permiten el paso al torrente sanguíneo y aseguran una concentración en sangre de los activos que facilitan los resultados clínicos esperados.

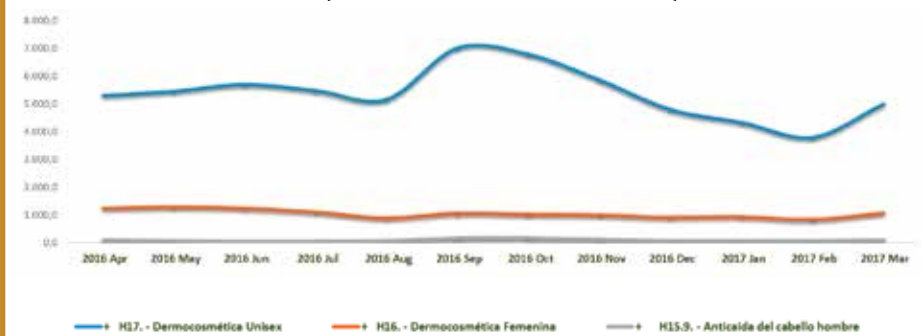
Asimismo, se evita tomar un número de comprimidos/tabletas elevado, lo que a medio plazo genera abandonos en el tratamiento. Estas fórmulas se presentan en forma de chicles, gominolas y comprimidos masticables de atractivos sabores y orientados a mejorar la piel, contribuir al sueño, mejorar la salud ocular o aportar más energía, entre otros objetivos. +

EVOLUCIÓN DE VENTAS MERCADO NUTRICOSMETICA Y TOP 4 SUBMERCADOS

Unidades (Abril 2016 - Marzo 2017)



Valor (Abril 2016 - Marzo 2017)



Fuente: hmR Elaboración: IM Farmacias. Clase Nutricosmética formada por: H17 Dermocosmética Unisex, H16 Dermocosmética Femenina y H15.9 Anticaída del cabello hombre. (El ranking está formulado basándonos en las ventas)