

# Más allá del afeitado



UN GESTO BÁSICO COMO LA HIGIENE DIARIA CONVIVE HOY CON OTROS MÁS SOFISTICADOS COMO PUEDE SER EL CUIDADO DE UN TATUAJE. TODA UNA REVOLUCIÓN EN EL CUIDADO MASCULINO, MÁS ALLÁ DEL AFEITADO O DE SU PREOCUPACIÓN POR EL CABELLO.

Aunque sean precisamente estos dos apartados: afeitado y cabello donde el hombre gasta más tiempo y energía, la farmacia constata su interés por conocer todo lo que la dermocosmética puede ofrecerle. Sigue su preferencia hacia los productos de fácil y rápida aplicación, pero se muestra atento y curioso hacia los productos específicos. Un ejemplo es el auge de los tatuajes y la importancia de su mantenimiento. También el imparable aumento de la práctica deportiva está impulsando el consumo de nuevos productos de cuidado personal.

## Tatuajes estéticos y terapéuticos

El tatuaje está en boca de todos y presente más que nunca en la piel. Famosos como David Beckham, Robbie Williams, Angelina Jolie, Eminem, Johnny Depp, Lenny Kravitz, Lady Gaga, Rihanna, Katy Perry, etc., han ayudado a su popularidad y han hecho del tatuaje una nueva forma de expresión. Las zonas favoritas son los brazos, tobillos y espalda. Al otro lado de su función estética existe una razón terapéutica, nos recuerda el **Dr. Juan Arenas**, de Eucerin. Hablamos de la *"micropigmentación terapéutica destinada a mujeres que tras el cáncer de mama*

necesitan borrar de alguna manera las huellas de la enfermedad. Los tatuajes en la areola de los pezones en las mastectomías o para borrar cicatrices cada vez son más necesarios y más habituales en las clínicas dermatológicas y estéticas". Estéticos o terapéuticos, la piel pigmentada tras un tatuaje requiere un especial cuidado. Cuando el tatuaje es reciente es crucial tratar esta zona con dermocosméticos muy hidratantes para acelerar su proceso de regeneración y curación. Pasada esta etapa también es importante mantener la piel elástica e hidratada.

## Higiene y exfoliación, gestos básicos

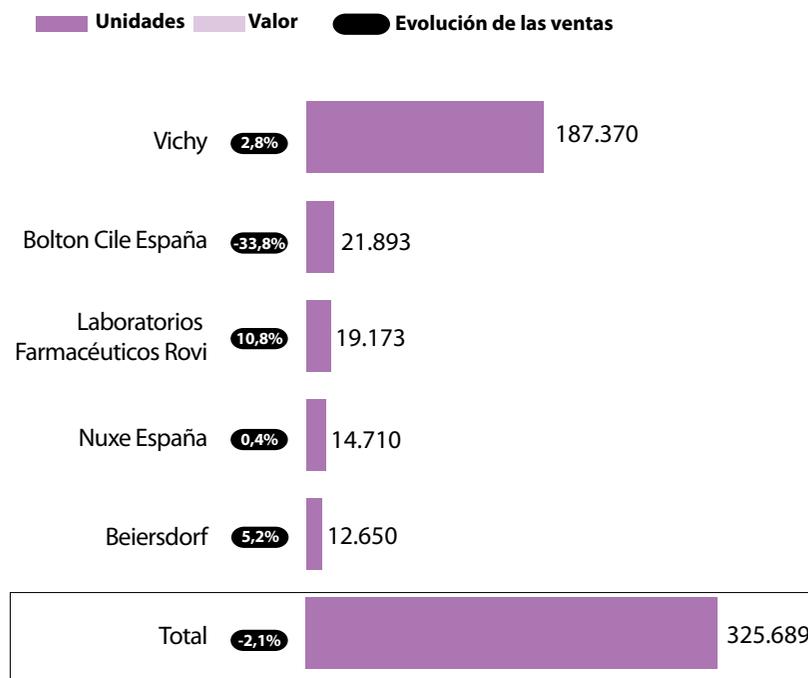
El uso de jabones agresivos en la ducha diaria (con exceso de perfume, espuma, pH inadecuado...) puede deteriorar el manto ácido de la piel dando paso a una gran sequedad e irritación con sensación de tirantez, y dejando a la vez la piel desprotegida frente a las agresiones externas. Esta elección inadecuada se manifiesta en forma de picor escozor, descamación y deshidratación. La solución pasa por el uso de limpiadores que restablezcan y mantengan las condiciones cutáneas fisiológicas normales. Una forma de contribuir a renovar la piel o de mejorar zonas con tendencia acnéica como espalda y pecho –frecuentes en el hombre- es exfoliándola periódicamente. Debido a su efecto renovador, la exfoliación transforma visiblemente la textura de la piel. Al eliminar las células muertas que obstruyen la superficie, la piel estará mucho más oxigenada y receptiva para recibir los principios activos de cualquier tratamiento posterior. Baño o ducha, hay que recordar que la temperatura ideal del no debe ser superior a los 37°C.

## Vetar el mal olor

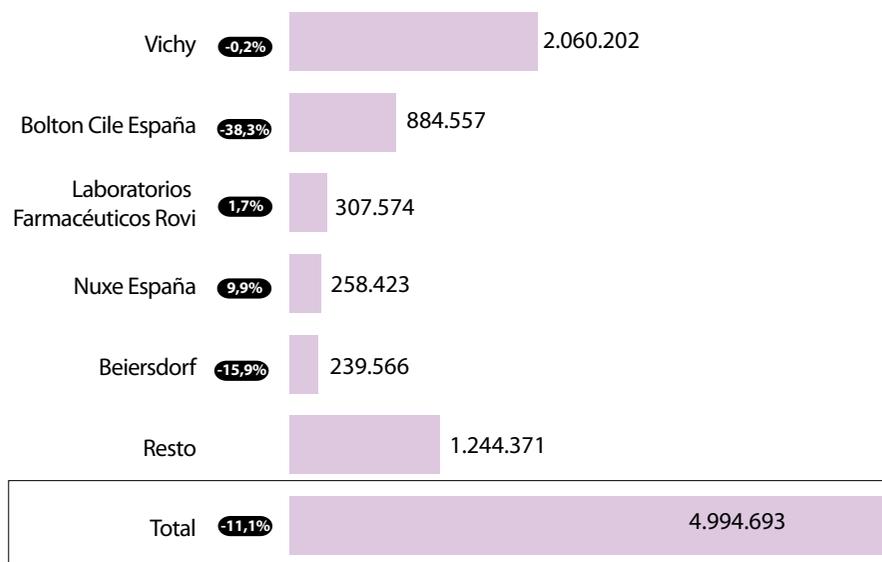
Sudar fuera del gimnasio o de la práctica deportiva no está bien visto. Además el mal olor asociado supone un problema personal y social. El proceso de transpiración es una función de las glándulas sudoríparas, las cuales, al ser estimuladas, producen una solución salina (el sudor) que a través de los poros se deposita en la superficie de la piel. Las causantes del olor son las bacterias presentes en nuestra piel de forma natural. Estos micro-organismos se alimentan del hierro que contiene el sudor, que además las ayuda a reproducirse. De ahí que, a más sudor, mayor olor corporal. En la adolescencia los cambios hormonales incrementan la producción de sudor y también del mal olor corporal pero se suda a lo largo de toda la vida, en mayor o menos medida. La solución se encuentra en el

uso de desodorantes y antitranspirantes. Los desodorantes actúan eliminando las bacterias mediante agentes bactericidas como el etanol (alcohol), el farnesol y el triclosan. Los antitranspirantes reducen la transpiración a través del clorhidrato de aluminio, capaz de absorber la humedad.

## MERCADO CUIDADO PIEL MASCULINA. Ventas unidades. TAM marzo 2018



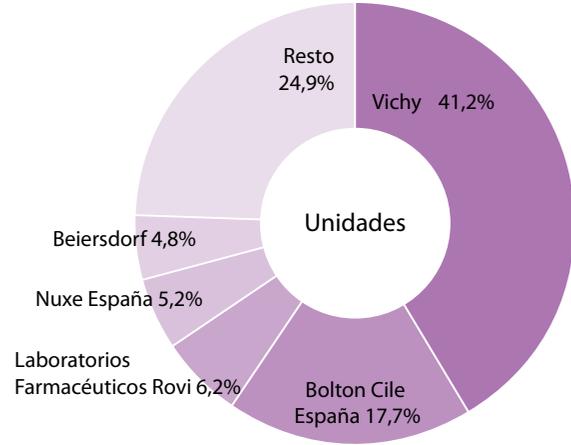
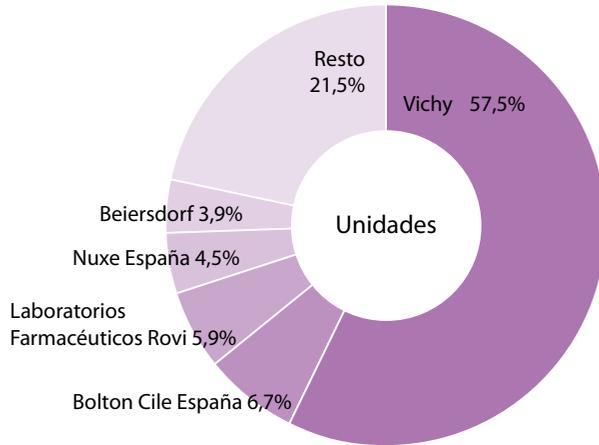
## Ventas valor. TAM marzo 2018



Fuente: HMR. Cuidado de piel masculina formada por: H15.6. - Higiene corporal del hombre (H15.6.1. - Higiene de baño hombre, H15.6.3. - Antitranspirante y desodorante hombre), H15.5. - Dermocosméticos corporales hombre (H15.5.1. - Autobronceador hombre, H15.5.2. - Reafirmante corporal hombre) y H15.2. - Dermocosméticos faciales hombre (H15.2.1. - Limpieza facial hombre, H15.2.2. - Hidratante y tonificante hombre, H15.2.3. - Antienviejimiento antiarrugas hombre, H15.2.4. - Contorno de ojos hombre, H15.2.5. - Exfoliante facial hombre) Elaboración: IM Farmacias

Ellos buscan que los  
productos sean fácil y rápida  
aplicación

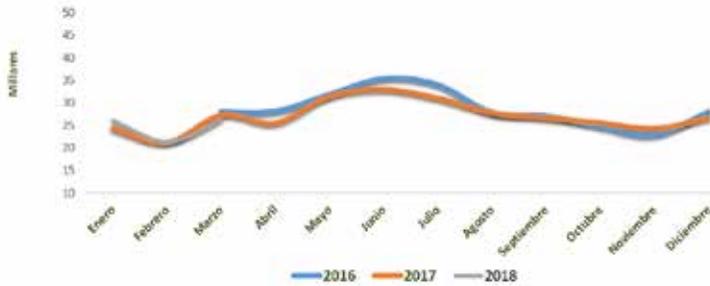
### MERCADO CUIDADO PIEL MASCULINA. Cuota de mercado (%). Ventas. TAM marzo 2018



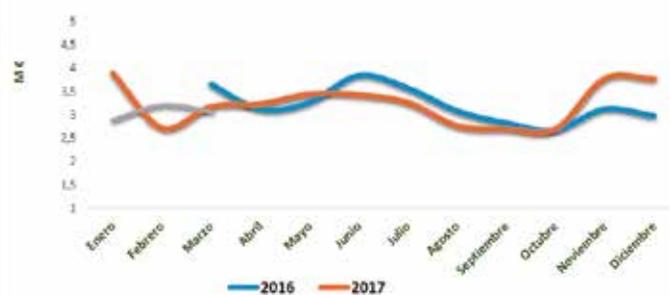
Fuente: HMR. Cuidado de piel masculina formada por: H15.6. - Higiene corporal del hombre (H15.6.1. - Higiene de baño hombre, H15.6.3. - Antitranspirante y desodorante hombre), H15.5. - Dermocosméticos corporales hombre (H15.5.1. - Autobronceador hombre, H15.5.2. - Reafirmante corporal hombre) y H15.2. - Dermocosméticos faciales hombre (H15.2.1. - Limpieza facial hombre, H15.2.2. - Hidratante y tonificante hombre, H15.2.3. - Antienvejecimiento antiarrugas hombre, H15.2.4. - Contorno de ojos hombre, H15.2.5. - Exfoliante facial hombre) Elaboración: IM Farmacias

### EVOLUCIÓN DE VENTAS MERCADO CUIDADO PIEL MASCULINA.

Unidades



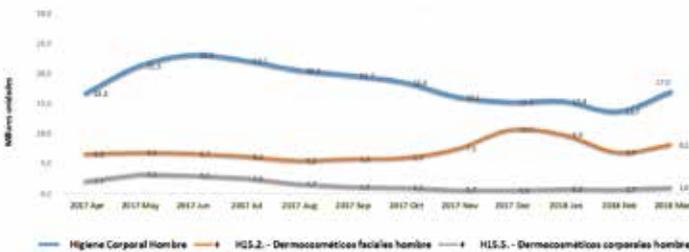
Valor



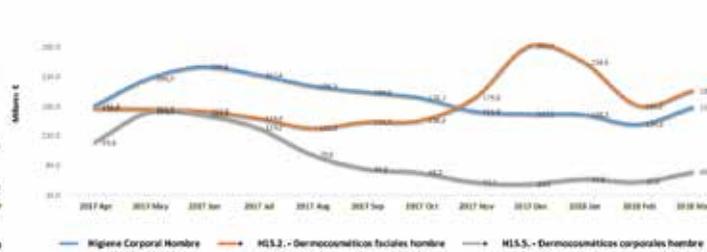
Fuente: HMR.

### EVOLUCIÓN SO MERCADO CUIDADO PIEL MASCULINA.

Unidades



Valor



\* Higiene Corporal Hombre compuesta por: H15.6.1. Higiene del baño hombre y por H15.6.3. Antitranspirante y desodorante hombre

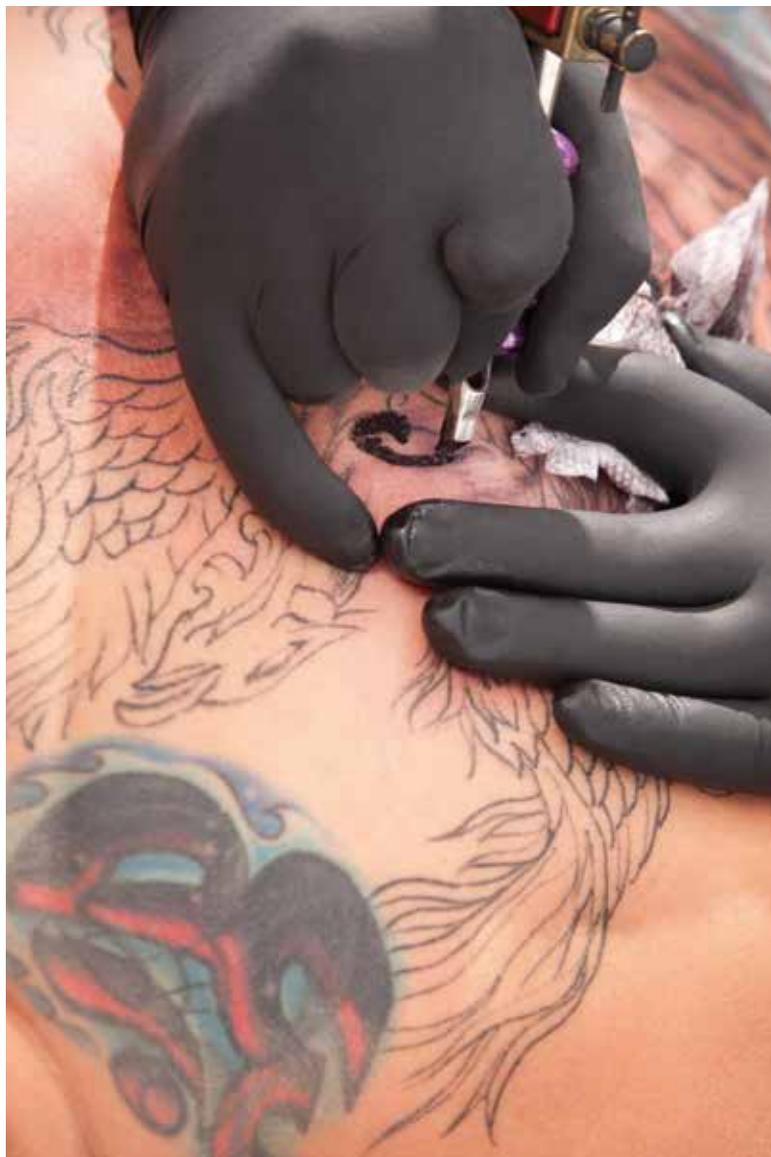
\* Higiene Corporal Hombre compuesta por: H15.6.1. Higiene del baño hombre y por H15.6.3. Antitranspirante y desodorante hombre

Fuente: HMR.



## Atención al cabello

Aunque el hombre también entra en la farmacia en busca de solución para terminar con la caspa, frenar el exceso de grasa o disimular las canas cada vez más evidentes, la pérdida del cabello es su principal motivo de preocupación. Hay razón para ello, porque el 40% de los españoles son calvos a los 40 años y que el 50% lo son a los 50. De ahí que la pérdida de cabello preocupe a la población masculina en edades cada vez más tempranas. Aunque la genética se impone y a la larga gana el paso del tiempo, una buena forma de frenarlo es el uso continuado de productos anticaída, ya sea de forma tópica con champús y sérums, como por vía oral aprovechando la eficacia de la nutricosmética. Ambos contribuyen al anclaje del cabello a la raíz y frenan la caída. No hay que olvidar que la clave del éxito sigue siendo la constancia de aplicación acompañada de masaje capilar para optimizar su eficacia. +



## Tatuajes: Pautas específicas

Consejos del **Dr. Juan Arenas**, *Asesor Médico de Eucerin®* tras la realización de un tatuaje para evitar infecciones.

- 1.** Dejar tapada la zona entre 2 y 4 horas para protegerlo. Si tras la realización de un tatuaje se pone plástico sobre la piel, retirar inmediatamente para evitar la acumulación de sangre y fluidos.
- 2.** Limpiar el tatuaje 2 ó 3 veces al día con agua tibia y un jabón neutro que no contenga detergentes y cuide la piel extremadamente sensible. El secado debe ser cuidadoso y sin raspar la zona.
- 4.** Hidratar la herida: Utilizar diariamente un hidratante específico sobre la zona. Su alto contenido en ingredientes hidratantes acelera el proceso de regeneración y curación de los tatuajes.
- 5.** Cuidado con el agua. La ducha diaria no es un problema pero hay que tener la precaución de no empapar el tatuaje y aclarar de prisa el jabón o champú que caiga encima. Nunca hay que pasar de manera agresiva la esponja o la toalla. Es importante no pasar mucho tiempo bajo el agua durante unas 3 semanas posteriores a la realización del tatuaje. Sumergir el tatuaje durante mucho tiempo puede dañarlo de modo irreversible. Conviene evitar bañarse en piscinas o en el mar en las 2 primeras semanas o hasta que el tatuaje cicatrice. La suciedad y las bacterias del agua pueden hacer que se infecte. O como mínimo dañarlo.
- 6.** Proteger la piel del sol: Es probable que el sol irrite la piel si el tatuaje es reciente. Y en general hace que pierda brillo o color. Se recomienda protectores solares con factor 30 ó 50 para salvaguardarlo de los rayos ultravioleta.
- 7.** Dejar el tatuaje al aire. El tatuaje es una herida por lo que hay que evitar taparlo con vendas, tiritas etc. Tras las primeras horas después de hacerlo es importante airearlo, así se evitará la infección de microbios anaerobios (los que se multiplican en heridas no lo bastante oxigenadas). Importante usar ropa cómoda y suelta que no oprima la zona del tatuaje.
- 8.** Buscar señales de alergias o infecciones. Aunque se tomen todas las precauciones hay que prestar especial atención a sarpullidos, enrojecimiento, escozor y/o picor, fiebre o si sale líquido de la herida incluso después de curada, etc. En esto casos hay que recomendar una visita al médico
- 9.** No rascarse ni arrancar las costras: Un tatuaje suele tardar 1 o 2 semanas en cicatrizar, según la zona donde esté y su tamaño.
- 10.** Pasado un mes, tu tatuaje ya habrá cicatrizado y en principio ya no debe infectarse. A partir de ahí basta no exponerlo mucho al sol y usar un protector solar.