

Manos y pies en el punto de mira



TAN IMPORTANTE ES CUIDAR SU PIEL COMO MANTENER SANA Y EN FORMA CADA UÑA DE LAS MANOS Y LOS PIES. LA FARMACIA CUENTA CON TODO LO NECESARIO PARA MANTENERLOS IMPECABLES.

Si hay una época del año en el que las manos y los pies se sienten más observados es, sin duda, en primavera y verano. Menos ropa y zapatos más ligeros los sitúan en el punto de mira. Hay que pasar la prueba de enseñarlos y por eso son muchas personas entran en la farmacia en busca de consejo y solución a los problemas más frecuentes que afectan a ambos. Repasamos los más habituales que sufre los pies con la ayuda de los expertos de Sholl.

Evitar los molestos callos

Se producen por un exceso de crecimiento de la capa córnea debido a la fricción o sobrecarga continua. Puede llegar a ser muy dolorosa. Aparecen sobre los dedos, en la punta o en la planta. Para prevenirlos es importante eliminar la causa de presión o

roce. Pueden aliviarse con apósitos, protectores de dedos y parches protectores.

Atención a los juanetes

Son una desviación del primer metatarso hacia el interior y del primer dedo hacia el exterior. Se pueden detectar vigilando cualquier signo de inflamación o pérdida de flexibilidad en la articulación. Encuentran alivio con protectores de juanetes, correctores del primer dedo. Parches recortables y parches protectores especiales para juanetes.

Eliminar durezas

Son fragmentos de piel dura y engrosada que producen dolor y sensación de quemazón por la presión de las fibras nerviosas. Para

evitar que aparezcan hay que hacer uso de zapatos adecuados que no presionen el pie y realizando un cuidado regular de los pies. La exfoliación con piedra pómez o limas especiales contribuye a eliminar la piel muerta. Hay que llevarla a cabo al menos 2 veces por semana y mantener la piel hidratada a diario. Productos recomendados: lima para callos y durezas. Almohadillas plantares. Parches protectores de durezas. Piedra antidurezas.

Aliviar la incomodidad plantar

Suele darse en el calzado dada la inmensa variedad de formas y medidas del pie. Es más acusada en el caso de los tacones altos y muy altos. Se puede prevenir eligiendo un zapato con ajuste de forma lo más adecuada posible. Contribuyen a aliviar esta incomodidad las plantillas que amortigüan. Miniplantillas de gel invisible para la zona plantar o talón.

Combatir el mal olor

Las altas temperaturas y la falta de ventilación provocan que el pie sude y como consecuencia sufra un exceso de humedad. Si esto no se combate el sudor entra en contacto con las bacterias naturales de la piel que se descomponen y acaban causando el mal olor. Se puede prevenir realizando una higiene adecuada y un secado meticuloso del pie. Ayuda usar calcetines de fibras naturales y ventilar el calzado para eliminar la humedad. En caso de zapatillas de deporte, es convenientes alternar su uso para ventilar el mal olor. Son recomendables los polvos absorbentes del mal olor así como los sprays desodorantes para piel y para calzado.

Son fragmentos de piel dura y engrosada que producen dolor y sensación de quemazón por la presión de las fibras nerviosas

Hidratar la piel seca y agrietada de los pies

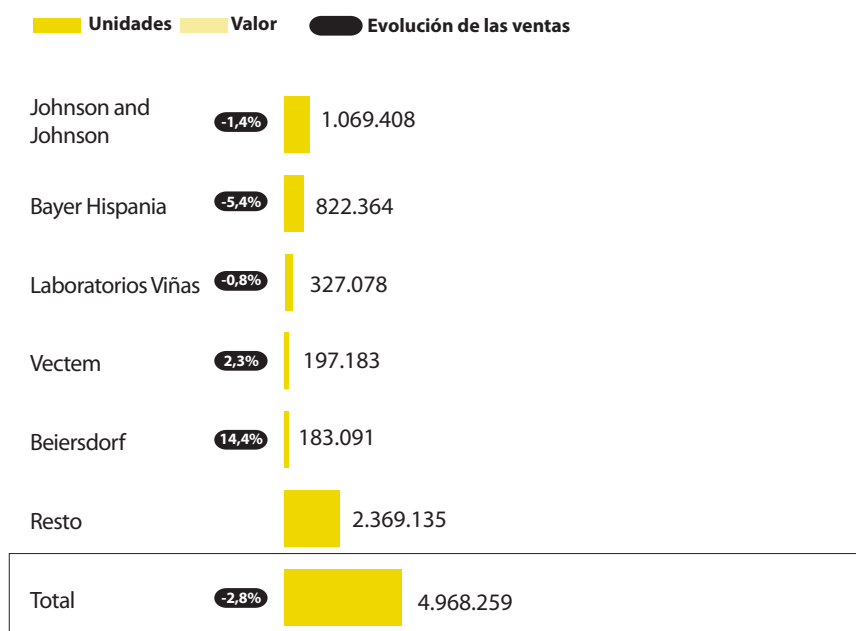
Cuando la piel pierde el contenido de factores de Hidratación Natural (FHN), lípidos y composición acuosa se produce una pérdida de agua que degenera en una piel seca, áspera y agrietada. Se puede prevenir realizando

un cuidado regular de los pies, exfoliándolos al menos 2 veces por semana para eliminar la piel muerta, e hidratándolos tras la exfoliación a diario con una crema específica. Como productos aconsejados destacan las cremas para talones agrietados, mousse hidratantes y cremas exfoliantes.

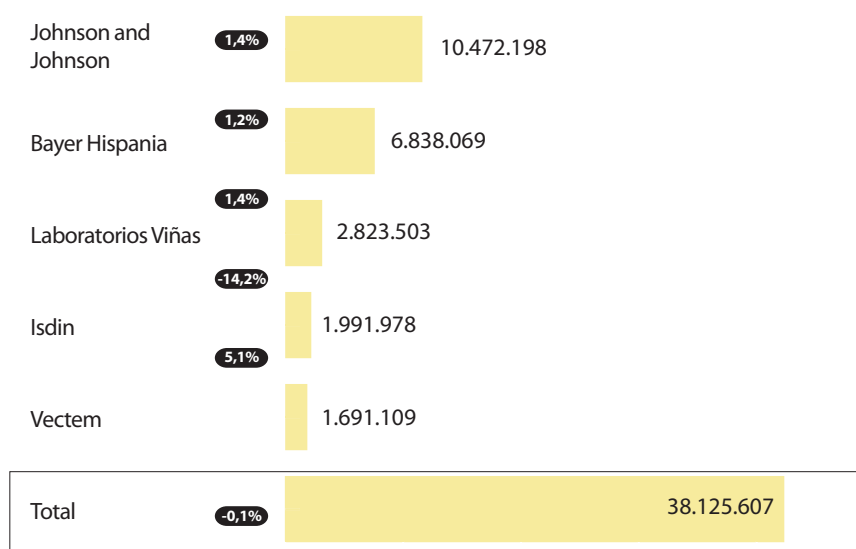
Mantener la juventud de las manos

La piel de las manos también envejece: se vuelve más laxa, pierde estructura y provoca que se acentúen más los relieves de huesos, venas y ligamentos. Además de hidratar y nutrir la piel como principio básico, hoy existe una amplia variedad de cremas de

MERCADO MANOS Y PIES. Ventas unidades. TAM marzo 2018

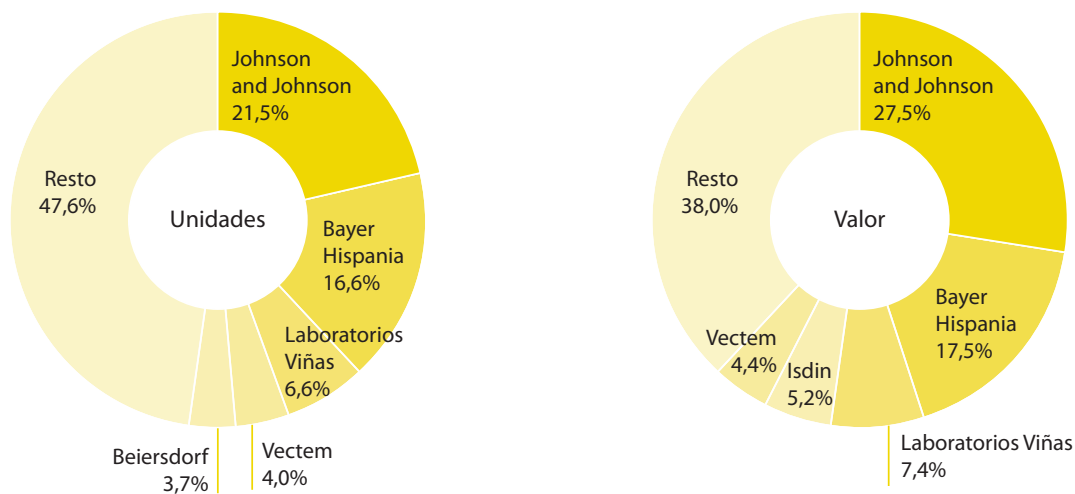


Ventas valor. TAM marzo 2018



Fuente: HMR. Manos y Pies formada por: H17.8 Dermocosmética pies (H17.8.1. - Higiene para pies, H17.8.2. - Hidratante para pies, H17.8.3. - Desodorante y antitranspirante para pies y zapatos, H17.8.4. - Exfoliante para pies, H17.8.6. - Cuidado para pies cansados y H17.8.7. - Durezas pies) y H17.5 Dermocosmética manos (H17.5.1. - Hidratante para las manos, H17.5.2. - Antienvjecimiento y antiarrugas para manos, H17.5.3. - Antimancha y despigmentante para manos y H17.5.4. - Higiene de manos). Elaboración: IM Farmacias

MERCADO MANOS Y PIES. Cuota de mercado. Ventas. TAM marzo 2018



Fuente: HMR. Manos y Pies formada por: H17.8 Dermocosmética pies (H17.8.1.- Higiene para pies, H17.8.2.- Hidratante para pies, H17.8.3.- Desodorante y antitranspirante para pies y zapatos, H17.8.4.- Exfoliante para pies, H17.8.6.- Cuidado para pies cansados y H17.8.7.- Durezas pies) y H17.5 Dermocosmética manos (H17.5.1.- Hidratante para las manos, H17.5.2.- Antienvjecimiento y antiarrugas para manos H17.5.3.- Antimancha y despigmentante para manos y H17.5.4.- Higiene de manos). Elaboración: IM Farmacias

La piel de las manos también envejece: se vuelve más laxa, pierde estructura y provoca que se acentúen más los relieves de huesos, venas y ligamentos

manos que cubren todas sus necesidades. Las hay específicas para las manchas pigmentarias epidérmicas (lentigos seniles o actínicos), que inhiben la síntesis de melanina y aclaran las manchas. Hay cremas antienvjecimiento que disminuyen las arrugas y nutren en profundidad. Para la piel de las manos más dañadas se reco-

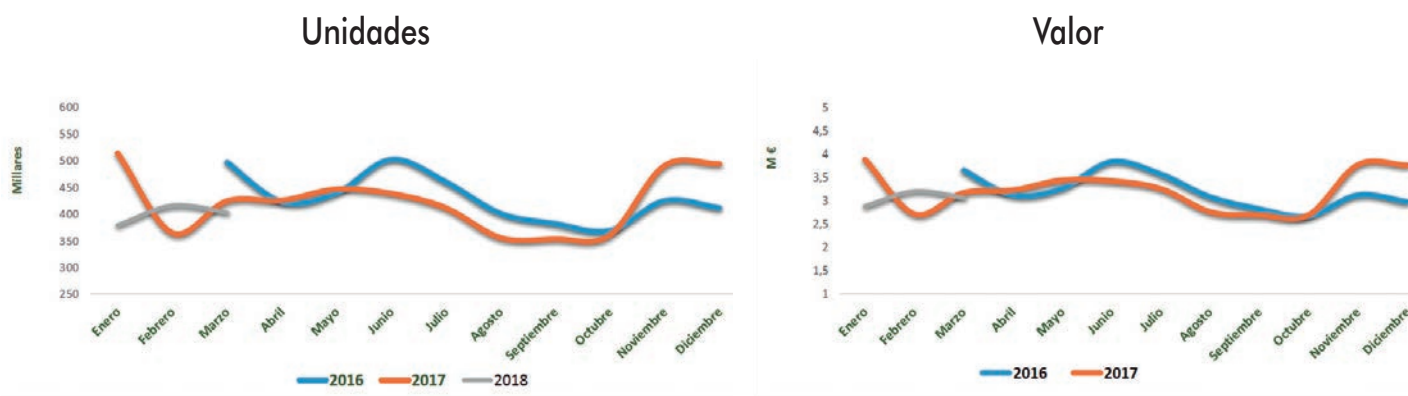
mendarán bálsamos más nutritivos que proporcionan un efecto cicatrizante, anti-inflamatorio y anti-irritante, que suelen agradecer incluso las pieles más delicadas. También las manos con sequedad crónica cuentan con soluciones tópicas para una hidratación duradera gracias a la alta concentración de glicerina.

Uñas más fuertes

Para las uñas frágiles y que tienden a romperse son especialmente eficaces los productos endurecedores, que forman una película protectora, fortalecen y regeneran las uñas más débiles y quebradizas, aumentando su dureza y flexibilidad.

También los complementos alimenticios demuestran su eficacia ya que proporcionan desde el interior los nutrientes específicos para un proceso de queratinización eficaz frente a la fragilidad de las

EVOLUCIÓN DE VENTAS MERCADO MANOS Y PIES.



Fuente: HMR.

uñas. Combinan ingredientes como la Vitamina D, Vitamina B2 y Vitamina B12, ácidos grasos esenciales Omega-3, Zinc y Biotina. Como cuidados externo, **Laura López**, experta en nutricosmética de Innéov, recomienda estas cinco claves definitivas:

Alimentarse correctamente con alimentos ricos en Vitamina A, C y D, Omega 3 y Zinc como naranjas, mandarinas, aguacate, salmón, atún y espinacas ya que ayudan a fortalecer y embellecer las uñas.

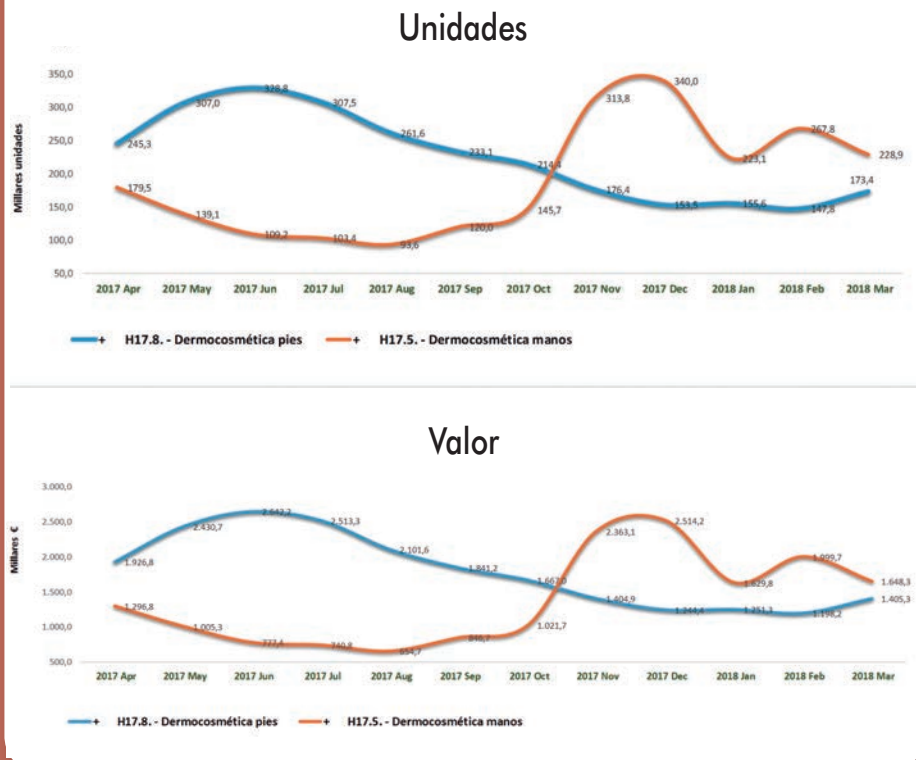
Es importante nutrir e hidratar las cutículas y las uñas todas las noches.

Antes de aplicar la laca de uñas es importante utilizar una base que la proteja de los elementos abrasivos que contienen los esmaltes y evitar así que se amarilleen.

Hay que evitar limar los laterales de las uñas. Al limarlas hay que hacerlo siempre en la misma dirección.

Hay que proteger las uñas manteniendo una medida adecuada que supere sólo unos milímetros la yema del dedo. +

EVOLUCIÓN MERCADO MANOS Y PIES. SO últimos 12 meses. Principales Clases



Fuente: hmR

1 Geolocalización

2 Redes Exclusivas

3 Reporte en tiempo real

4 Excelencia en el punto de venta

*shopper***Tec**
Outsourcing

Las 4 claves que nos diferencian
y garantizan el éxito de su negocio