

ANA FERNÁNDEZ GIL, FARMACÉUTICA EN VALLADOLID

“Tener una piel bonita no es sólo sinónimo de belleza, sino de salud”

PARA EL CUIDADO CORPORAL, ES RECOMENDABLE SEGUIR HÁBITOS DE VIDA SALUDABLES EN LO QUE A ALIMENTACIÓN, EJERCICIO FÍSICO Y DESCANSO SE REFIERE. ES ESENCIAL UNA RUTINA DE HIGIENE E HIDRATACIÓN/NUTRICIÓN DIARIA, QUE VARIARÁ DEPENDIENDO DE LAS NECESIDADES DE LA PIEL Y DEL ÁREA IMPLICADA. EN ALGUNOS CASOS, SE ACOMPAÑARÁ EL TRATAMIENTO CON NUTRICOSMÉTICOS.



La edad media de la población va en aumento y la promoción de la salud y el bienestar van acorde a este crecimiento. **Ana Fernández Gil**, farmacéutica en Valladolid, más conocida como 'Anita Farma', explica que esto incluye, entre otras muchas cosas, el cuidado de la piel tanto facial como corporal. *“La farmacia somos el canal perfecto para cubrir las necesidades de la población en dermatocosmética”,* alega. *“Con conocimientos sobre la fisiología de la piel y sus anejos, y formación en galénica, formas farmacéuticas y formulación, somos el eslabón que aúna salud y belleza”,* afirma.

“Al igual que hacemos a diario en nuestros mostradores, debemos preguntar sobre sus posibles problemas de salud, medicación o suplementos orales, alimentación, condiciones de vida (estrés, ejercicio físico, descanso, etc.), etcétera, y una vez que tenemos toda la información podemos darle nuestro mejor consejo farmacéutico”. De esta manera, considera que el abordaje del cuidado corporal desde la farmacia ha de ser *“global o integral”.*

Anita Farma indica que las principales consultas sobre el cuidado corporal que se encuentran en el mostrador son la falta de firmeza, piel de naranja, retención de líquidos, mala circulación, xerosis o piel seca, atopía, psoriasis, úlceras por presión en pacientes encamados o con movilidad reducida y manchas, tanto hipo como hiperpigmentadas. Contesta que es "uno de los principales problemas que nos encontramos en la población mayor de 65-70 años y en mujeres tras la menopausia".

Las claves

Para hacer una buena recomendación dermo, lo necesario es "tener conocimientos sobre el ámbito a tratar", realizar una serie de preguntas

"HAY PERSONAS QUE SÓLO SE ACUERDAN DEL CUIDADO DE SU PIEL CUANDO LLEGA EL CALOR Y VAN A TENERLA MÁS VISIBLE"

al interlocutor que permitan al farmacéutico "conseguir información", tener un "surtido adecuado" para acompañar las recomendaciones higiénico-dietéticas con "productos eficaces" y tener claro en qué casos hay que "derivar directamente al médico".

Para ello, los farmacéuticos tienen disponibles una amplia gama de productos tópicos, nutricosméticos e, incluso, dispositivos o aparatología. Recuerda que el fotoprotector es el dermocosmético que no debería faltar nunca en nuestra rutina anual: "Es el mejor seguro de salud para nuestra piel, pues es la mejor prevención frente al cáncer de piel. Y, si tenemos en cuenta que aproximadamente el 80% de las manchas, arrugas y falta de firmeza están causadas por la exposición al sol, podemos concluir que también es el mejor antiedad que existe".

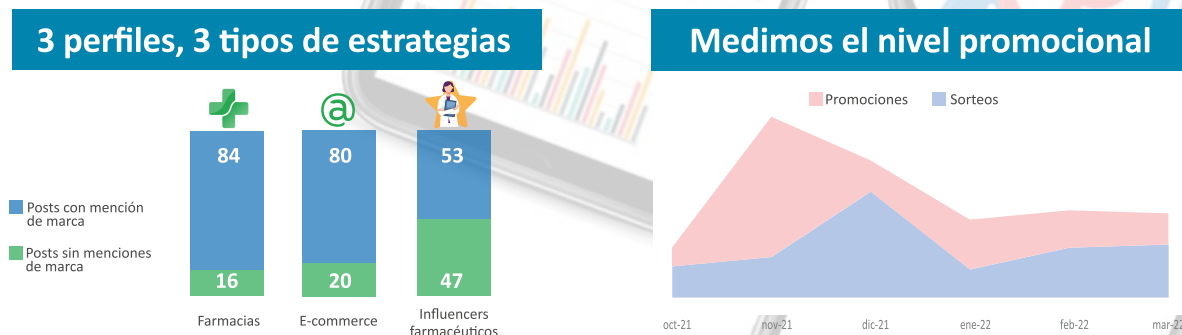
Le preguntamos si en los meses de invierno solemos descuidar más nuestra hidratación corporal. Dice que, en España, a diferencia de otros países vecinos como Francia, "aún nos cuesta cuidar de nuestra piel a lo largo del año". En ese sentido, "hay personas que sólo se acuerdan de su cuidado cuando llega el calor y van a tenerla más visible". Sin embargo, "el cuidado de la piel es esencial durante todo el año, pues es nuestro primer escudo de defensa frente a todo tipo de agresiones externas como microorganismos, impactos o temperaturas extremas". Asevera que "tener una piel bonita no es sólo sinónimo de belleza, sino de salud".

Respecto a la nutricosmética, Anita Farma opina que cada día somos más conscientes de la importancia de un cuidado global, y del 'todo suma'. Comenta que "el consumidor actual es consciente de ello y trata de abordar su objetivo atacando por todos los frentes". La cosmética nos ayuda a embellecer nuestra piel y anejos desde el exterior, pero "no debemos olvidar que la piel es una barrera que nos protege del exterior y evita que los cosméticos penetren y lleguen al torrente sanguíneo". Es decir, si queremos lucir una piel sana y bonita es importante el descanso, la hidratación, una alimentación sana y equilibrada, los cuidados dermocosméticos y, además, puede ser necesario añadir una ayuda extra que es la nutricosmética. Así, "nuestra piel es 'alimentada' desde el exterior y desde el interior". Nuestro estilo de vida cada vez más demandante, el estrés, la sobrecarga laboral, la contaminación a la que estamos expuestos y la pobreza en nutrientes de la alimentación, "hace que sea necesario recurrir a la nutricosmética". Siempre defiende "un cuidado global y multifactorial para lograr los mejores resultados". +

Social Farma Tracking

La Herramienta de Social Listening Farmacéutico que te ayuda a definir y optimizar tu estrategia en RRSS

SHOPPERTEC LANZA EL PRIMER PANEL DE RECOMENDACIÓN EN RRSS DEL SECTOR FARMA



El 44% de los post que publican los perfiles farmacéuticos se recomienda de forma exclusiva una única marca

+1000 marcas

+700 laboratorios

+170 categorías

shopperTec
Insights & Solutions

917 434 691
contact@shoppertec.com

¡Síguenos en LinkedIn!



¡Contáctanos!



¡Visita nuestra web!

