

En la piel del más joven



LOS JÓVENES ESTÁN MUY PENDIENTES DE SU IMAGEN Y RECLAMAN SOLUCIONES A LOS PROBLEMAS QUE EMPIEZAN A MANIFESTARSE SU PIEL Y CABELLO. LOS MÁS COMUNES: EL EXCESO DE GRASA, LA CASPA O LA EXCESIVA SUDORACIÓN. LA HIGIENE PASA A SER PRIMORDIAL EN ESTA ETAPA.

En palabras del **Dr. Juan Arenas**, Asesor Médico de Eucerin, *“la higiene, como en cualquier tratamiento facial, es fundamental. Así como las pieles secas no requieren de una higiene exhaustiva, en las pieles grasas ésta limpieza debe convertirse en un hábito imprescindible. Por eso, recomiendo por las mañanas y por las noches limpiar la piel con jabones sintéticos o Syndets o bien con geles de limpieza específicos”*.

Pautas para una piel sin impurezas

La llegada de la primavera trae consigo un aumento de las temperaturas pero también de los problemas asociados a alergias e impurezas en la piel. A diferencia del invierno donde las pieles secas sufren mucho la deshidratación y la sensibilidad, el buen tiempo agrava las pieles grasas y con impurezas. Ese

aumento de la temperatura estimula la producción de sebo y dilata los poros, por lo que la piel está más expuesta a la contaminación y suciedad del ambiente pudiendo causar infecciones y obstrucciones que dan lugar a los temidos granitos, espinillas, puntos blancos y negros o brotes de acné.

El Dr. Juan Arenas recomienda estas pautas para evitar los brotes agudos en pieles con tendencia acnéica: hay que evitar exponerse al sol mientras se lleve maquillaje. No usar toallitas desechables para limpiar la cara, (en muchas ocasiones no suelen estar limpias y depositan más suciedad al rostro). No manipular las impurezas (tocando los granos y espinillas) o comer determinados alimentos de alto valor calórico. Por el contrario es aconsejable exfoliar la piel periódicamente y beber al menos dos litros de agua al día, además de usar productos cosméticos específicos a cada problema.

Cuidar el cabello, ahora que es joven

Aunque es pronto para hablar de caída en materia de cabello es bueno recordar aquello de "más vale prevenir...". Según un informe elaborado por la American Hair Loss Association, difundido por Laboratorios Genové, el 40% de los diagnósticos de alopecia se producen en mujeres. Además una de cada tres tienen problemas con la caída del cabello. Para prevenirla, nos dan una serie de consejos prácticos para mantener en forma el cabello y cuidarlo de la mejor forma posible. Son consejos muy útiles para los más jóvenes:

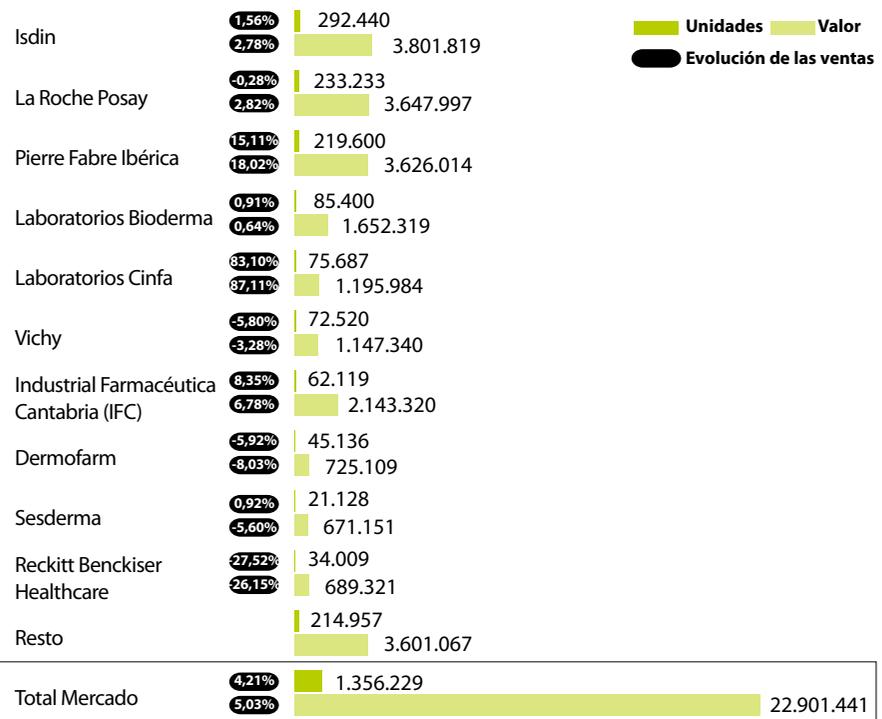
1. Evitar dormir con el pelo mojado:

durante el transcurso de las horas de la noche, si el cabello está mojado no se airea lo suficiente y puede estropearse. La propia humedad que se genera en estas condiciones puede provocar la aparición de patógenos e infecciones focalizadas en el cabello.

2. Aclarar bien el cabello después de pasar por la piscina:

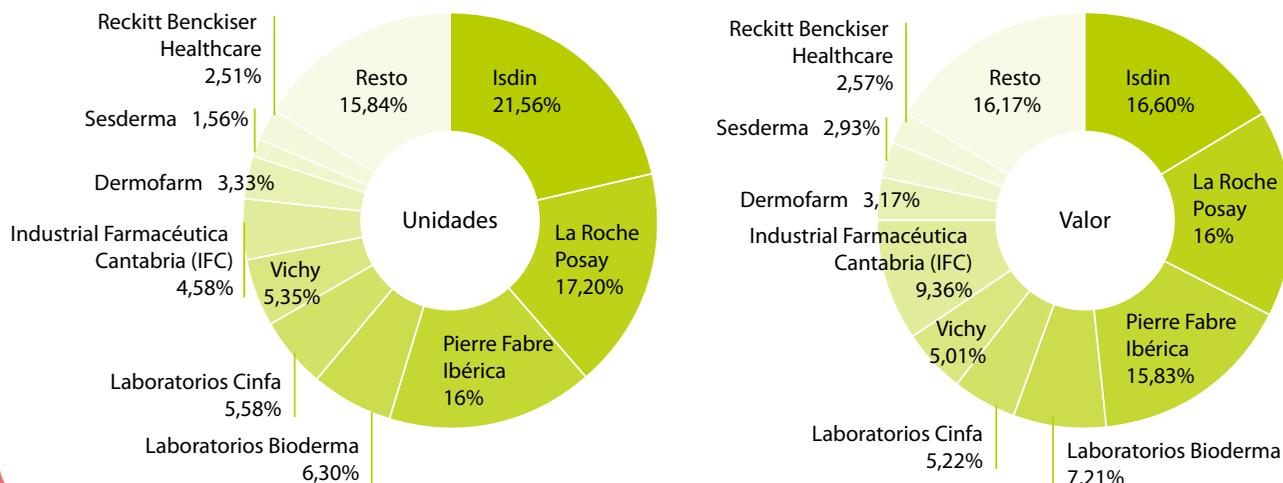
el cloro de las piscinas es un desinfectante potente que deja el cabello áspero, sin brillo y puede provocar su caída. La mejor solución para combatir esta causa es realizar un buen aclarado con agua abundante una vez hemos salido de la piscina para después hidratarlo con champú y mascarilla.

MERCADO CUIDADO FACIAL ANTIACNÉ. Ventas. (Febrero 2015 -Marzo 2016)



La llegada de la primavera trae consigo un aumento de los problemas asociados a alergias e impurezas en la piel más joven

MERCADO CUIDADO FACIAL ANTIACNÉ. Cuota de mercado. (Febrero 2015 -Marzo 2016)



Nota: El ranking está formulado basándonos en las unidades vendidas

Fuente: hmR Elaboración: IM Farmacias

La higiene es el gesto fundamental para mantener la piel sana. Los expertos recomiendan limpiarla por las mañanas y por las noches con jabones sintéticos o Syndets, o bien con geles de limpieza específicos

3. Cuidado con el uso del casco: Debemos prestar una especial atención a la hora de ponernos y quitarnos el casco cuando vamos en moto. Si realizamos este movimiento de forma brusca, se genera una fricción física que se traduce en una caída del cabello. Además, en los días calurosos se produce una mayor sudoración que se acumula en el cuero cabelludo, lo que se traduce en un exceso de grasa y ausencia de oxigenación.

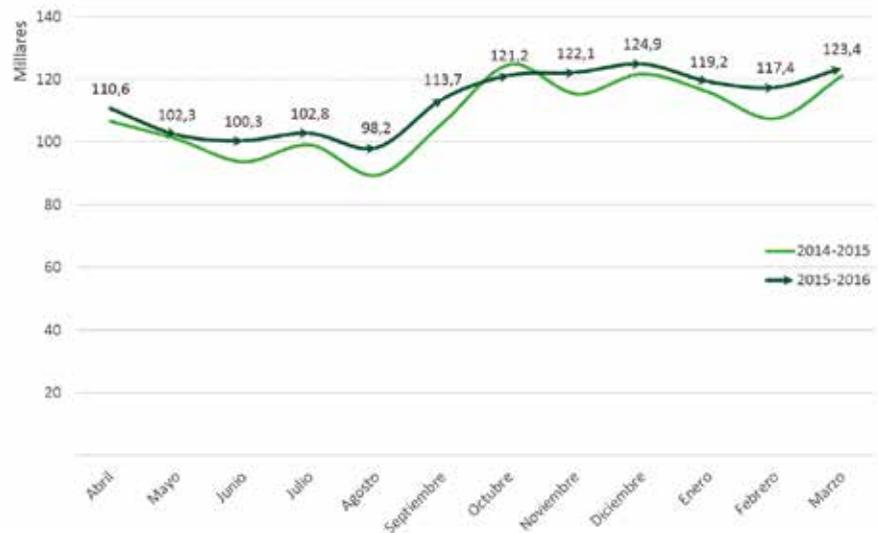
4. No dormir con el pelo recogido: en caso de tener el pelo largo, la presión de las gomas u horquillas debilitan el cabello, provocando un aumento de la presión. Si se descansa con el pelo suelto, se favorece la transpiración y oxigenación del mismo.

5. Seguir una dieta saludable: el consumo de frutas y verduras ricas en vitaminas y sales minerales o el hierro que podemos encontrar en las carnes rojas pueden ser nuestros mejores aliados a la hora de combatir la pérdida de cabello. Reforzar nuestra dieta con algún complemento alimenticio que contenga este tipo de propiedades también puede ayudarnos a frenar la caída del cabello.

6. Regular la frecuencia del corte de pelo: cada cabello suele crecer una media de 1 cm de forma mensual, motivo por el que los expertos recomiendan cortarlo cada 2 o 3 meses para mantener las puntas sanas y aportar vitalidad y fuerza.

EVOLUCIÓN DE VENTAS MERCADO CUIDADO FACIAL ANTIACNÉ.

Sell Out Unidades



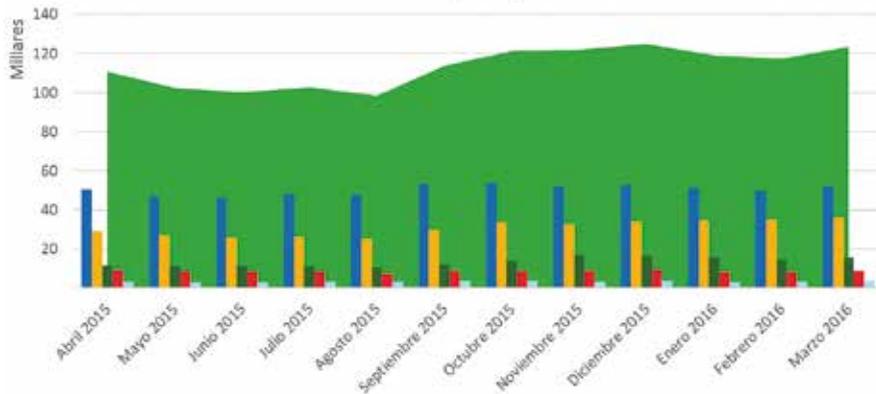
Sell Out Valor



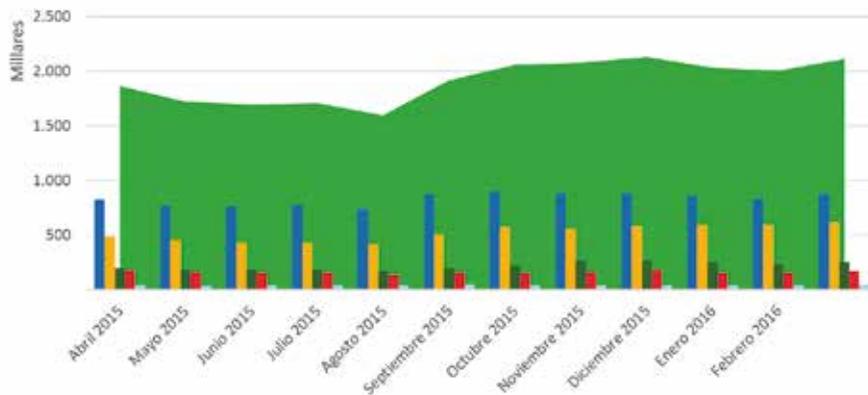
Fuente: hmR

EVOLUCIÓN DE VENTAS MERCADO CUIDADO FACIAL ANTIACNÉ Y TOP 5 SUBMERCADOS Marzo 2016.

Unidades



Valor



Fuente: hmR

Cuando el problema de caída del cabello se manifieste en etapas posteriores hay que tener presente que no existen las fórmulas milagro ni productos que ofrecen soluciones mágicas en unos pocos días. Por eso es importante confiar en productos desarrollados por expertos en dermatología con efectos fortalecedores para el cuero cabelludo.

Buen olor, buena imagen

Sudamos para regular la temperatura corporal, ya que cuando lo hacemos reducimos el exceso de calor. También interviene en la eliminación de sustancias nocivas para la salud. El problema es que el sudor huele mal. La sudoración es algo natural, especialmente al hacer ejercicio, una actividad muy común entre los más jóvenes. También sudamos cuando hace calor o cuando pasa algo que provoca una respuesta emocional. En este último caso la sudoración suele limitarse a las manos, pies, cara y axilas. En general los hombres sudan más que las mujeres (hasta tres veces más, se ha concluido). Pies aparte, la zona del cuerpo que peor huele a causa del sudor es la axila. Las causantes del olor axilar son las bacterias presentes en la piel de forma natural. Estos micro-organismos se alimentan del hierro presente en el sudor, que además las ayuda a reproducirse. De ahí que, a más sudor, mayor olor corporal. Los desodorantes para paliar el mal olor se diferencian entre sí por su formulación y presentación pero todos garantizan una gran eficacia y protección mínima de 24 horas, algunos incluso hasta 48 horas. Las fórmulas más apreciadas son las que no manchan los tejidos. +