

Campaña de cuidado capilar en la oficina de farmacia

VUELVE A PENSAR
EN TU PELO

Con la colaboración de:

LABORATOIRES

KLORANE

BOTÁNICA DE PRECISIÓN



CONSEJO GENERAL
DE COLEGIOS OFICIALES
DE FARMACÉUTICOS

El cabello ejerce un papel fundamental en la imagen física de una persona, por tanto, **es importante cuidarlo y mantenerlo sano**. Un **cabello cuidado es un fiel reflejo del estado de salud de la persona**.

Los problemas capilares, cuyas manifestaciones y etiologías son muy variadas, suponen especial causa de preocupación, y **representan a menudo motivo de consulta en la oficina de Farmacia**.

El farmacéutico, como experto en Dermofarmacia, es un profesional perfectamente **capacitado para informar** a la población general sobre los diferentes tipos de cabello que existen, así como de los cuidados generales que cada uno de estos tipos requiere y aconsejar a los usuarios sobre el uso **de los productos adecuados para cada caso**.

Para ello, **el Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos pone en marcha la campaña sanitaria "Cuidado capilar en la farmacia"**, con el fin de mejorar el conocimiento de la población sobre este tema.

Campaña cuidado capilar



CONSEJO GENERAL
DE COLEGIOS OFICIALES
DE FARMACÉUTICOS

Consejos para un cabello sano y saludable

Lo mejor es utilizar productos para prevenir pero, si ya es tarde, debemos realizar un tratamiento más intensivo:

- Es esencial utilizar a diario un **champú con ingredientes reparadores**. Para cada tipo de cabello existen diferentes soluciones a base de plantas y derivados que nos ayudarán a reparar la estructura capilar.
- **Aplicar un acondicionador o una mascarilla nutritiva** nos ayudará a mejorar la textura y la suavidad de nuestro pelo.
- **Aclarar nuestro pelo con agua tibia** ayudará a que se reseque mucho menos, principal problema en verano.
- **Utilizar peines de madera** hará que nuestro pelo recupere su brillo y suavidad natural haciendo que crezca más sano y fuerte.
- **Evitar peinados tirantes y productos que contengan alcohol en su composición** tales como espumas, lacas o gominas hará que nuestro pelo se debilite menos.
- **Una dieta equilibrada**, rica en frutas y verduras, nos aportará todas las vitaminas y minerales que nuestro pelo necesita para lucir perfecto. Tomar **levadura de cerveza** puede ayudar al cabello debilitado.
- También podemos aprovechar la vuelta de las vacaciones para darle un **repaso a nuestro look con un nuevo corte de pelo** y acabar así con las castigadas puntas.



Las plantas...tus mejores aliadas

Cada cabello tiene unas necesidades en función de su tipo. **Las plantas medicinales pueden ayudarnos a mejorar la salud de nuestro cabello**, existiendo en la farmacia diferentes soluciones a base de ellas para cada tipo de cabello.

- **Cabello teñido o canoso:** el aciano, el granado, la henna, la camomila o la salvia pueden ayudar a mantener y fijar el color.
- **Cabello seco:** la semilla de avena, las flores de milenrama, el mango, el karité o el dátíl del desierto pueden ayudar a limpiar el cabello con suavidad y a restaurar su estructura de forma rápida.
- **Cabello graso:** el zumo de limón, o de cidra, el vinagre, las hojas de ortiga, el cleome o los frutos de sabal pueden ayudar a eliminar el exceso de secreción sebácea y a disminuir la producción de andrógenos activos.
- **Caída del cabello:** el ginseng, el té, la quinina o el romero pueden ayudar a estimular el crecimiento del cuero cabelludo y a la renovación celular.
- **Cabello con caspa:** la capuchina, el mirto, el tomillo, la menta o la peonía pueden ayudar a controlar la aparición de la caspa.



Consulta a tu farmacéutico y presume de pelo

Campaña cuidado capilar



CONSEJO GENERAL
DE COLEGIOS OFICIALES
DE FARMACÉUTICOS