

Claves para prevenir enfermedades en el pelo y uñas

## es conviene acudir al dermatólogo

generalmente desaparecen solos al cabo del tiempo, conviene pedir la opinión del dermatólogo. Otra caso muy común son las uñas frágiles: sus principales síntomas son un aumento de la debilidad, se muestran más quebradizas y se rompen con más facilidad de lo habitual. Este apartado viene provocado generalmente por el abuso continuado de productos químicos y de malos cosméticos. En el centro Smalia

Clinic ([www.smaliacclinic.com](http://www.smaliacclinic.com)) nos cuentan que "a partir de los 40 es frecuente la aparición de estrías longitudinales que suelen ir aumentando con la edad". En casa se pueden utilizar protectores o endurecedores -siempre y cuando que no exista ningún tipo de alergia-, así como cremas hidratantes especiales

### Lo último en tratamientos

El nuevo sistema para evitar la caída y al mismo tiempo fomentar su regeneración se llama Láser Luce LDE, que frena la alopecia y consigue que el cabello se regenere. ¿Su protocolo?, es sencillo. Se aplica un láser con unos parámetros fijados de manera digital por toda la zona del cuero cabelludo, siempre de manera uniforme. El tiempo oscila entre los 15 y los 30

### COMERSE LAS UÑAS

*Viene producido por los nervios, la ansiedad... El inconveniente radica en que, al alargar el acto en el tiempo pueden aparecer lesiones -como es la elevación de los bordes- o inflamaciones. ¿Solución? Uno de los trucos que funciona se basa en crear una pócima infalible: una cucharada de aceite de oliva mezclado con zumo de limón y aplicársela en la zona durante al menos una semana.*

## USAR PRODUCTOS ACORDES CON TU TIPO DE PELO Y DE BUENA CALIDAD SON CLAVES PARA PREVENIR LAS ENFERMEDADES DEL CABELLO

minutos aproximadamente y lo mejor que tiene es que la técnica está muy lograda -trabaja con baja frecuencia- de tal manera que no se siente ningún tipo de dolor, ni efectos secundarios. Dónde: [Corporación Capilar Haircare. www.corporacioncapilar.es](http://www.corporacioncapilar.es). Para las uñas está la manicura efervescente -traída de París- que cuenta con dos elementos protagonistas. Por un lado, los comprimidos efervescentes para limpiar las uñas y, por otro, el aceite de mirra y proteínas vegetales que las fortalece y elimina posibles imperfecciones. Después se introducen en un cóctel efervescente (un compuesto de extracto de limón, con propiedades exfoliantes y purificantes; de hiedra con acción regenerante y de cola de caballo, que las fortalece). Acto seguido se blanquean las puntas y se consigue un film protector. Para finalizar, se aplica un aceite de mirra y proteínas vegetales sobre la raíz, que añade fuerza y suavidad. Dónde: Felicidad Carrera. [www.felicidadcarrera.com](http://www.felicidadcarrera.com). Precio: 50 €.

### HONGOS EN LAS UÑAS

*Es otra causa frecuente que se manifiesta en forma de manchas de una tonalidad entre blanco y amarillo. Cuando se sufren es conveniente tener cuidado con la humedad y la higiene, ya que son altamente contagiosos y se multiplican de una uña o otra con mucha facilidad. La solución más indicada es acudir al podólogo para que limpie la zona y te recomiende el tratamiento conveniente para continuar en casa.*

