

Unghiile au nevoie de protectie, ele fiind un barometru al starii generale de sanatate a organismului.

Petele albe si neregularitatile suprafetei unghiei pot fi datorate unor traumatisme, unor afectiuni sau unei carente de zinc. Aceasta poate fi combatuta cu ajutorul unui supliment de zinc.

Unghii normale sunt cele puternice, flexibile, de culoare roz-natural.

Recomandari pentru intretinere: un gel sau o crema pentru cuticule, un lac protector de baza si o oja intr-o nuanta deschisa, pastelata.

Unghii uscate sunt cele lipsite de luciu, albicioase, care se rup, se despică ușor, se pateaza si cresc cu neregularitati.

Recomandari pentru refacere: acestea au nevoie sa fie hranite si este bine sa se foloseasca un ulei special imbogatit cu vitamina E precum si un lac de baza cu proprietati hidratante.

Unghii fragile sunt cele subtiri, moi, care cresc foarte incet.

Recomandari pentru intarirea lor: un lac sau un gel special si o crema de maini, respectiv picioare, care sa contina agenti fortifianti necesari unghiilor.

Unghii deteriorate sunt cele roase sau afectate de diferite activitati profesionale sau munci casnice.

Recomandari pentru refacerea lor: tratamente intensive(bai cu ulei cald si vitamina A uleioasa sau impachetari cu parafina) si o protectie permanenta a mainilor cu ajutorul manusilor de menaj.