

Romero y crecimiento sin mitos

CUIDADO REAL. SIN PROMESAS MÁGICAS.

El romero en infusión hervida no tiene evidencia sólida para asegurar crecimiento del cabello. Cuidar tu imagen también es reconocer los límites de lo que sabemos.

Aceite no es lo mismo que infusión

- Un estudio pequeño sobre aceite de romero no demuestra la eficacia de una infusión doméstica ni de una mezcla de ingredientes. No permite prometer resultados con agua de romero.

Evita mezclas que te pueden dañar

- No recomendamos hervir romero, laurel, jengibre, ajo y cebolla en un litro de agua y dejarlo reposar dos semanas: no hay conservación controlada y existe riesgo de contaminación e irritación.
- No agregues líquidos caseros a un champú comercial: puedes alterar su conservación y favorecer contaminación.
- El ajo puede causar quemaduras en la piel. No uses estas recetas caseras como tratamiento.

Lo que sí puedes cuidar

- La limpieza, el acondicionador y evitar tensión o calor excesivo ayudan a prevenir la rotura; no aceleran el ritmo de crecimiento determinado genéticamente.
- Si tienes pérdida significativa del cabello o entradas progresivas, consulta un dermatólogo para conocer el diagnóstico y las opciones con evidencia.

Nota de salud y fuentes

Información educativa general. No sustituye el consejo médico ni un diagnóstico de dermatología. Sigue las instrucciones de cada producto y suspende su uso si causa irritación.

AAD · Cuidado y lavado del cabello

FDA · Seguridad microbiológica de cosméticos

Calle Sabana Larga, al lado de Detape, Moca.