

SALUD / TENDENCIAS

7 enfermedades que te causará dormir con el cabello mojado. ¡No lo hagas más!

El Ciudadano · 4 de noviembre de 2015





Si creías que este era un mito, déjanos decirte que estás equivocado, el cabello es una de las partes del cuerpo que más se debe cuidar. Especialmente si lo tienes mojado, está estrictamente prohibido que te vayas a dormir con la melena mojada, sus consecuencias son muy contraproducentes y hasta pueden llegar a ser mortales en algunos casos específicos.

Te daremos una serie de prevenciones y recomendaciones que son muy importantes.

A continuación te presentamos 7 razones por las que no debes irte a dormir con el cabello mojado. Toma nota.

1.- Comezón

Dormirte con el cabello mojado puede ocasionar diferentes tipos de picazón, esto se debe a la humedad que se forma en la piel de tu cabeza.

2.- Dolor muscular

Los cambios bruscos de temperatura no solo te pueden ocasionar dolores musculares, pueden también provocarte fuertes calambres y hasta parálisis facial. Esto eventualmente puede llevarte a parálisis de todo el cuerpo y ocasionar la muerte.

3.- Caspa

La humedad en el cuero cabelludo facilita e incrementa la aparición de caspa en el cabello.

4.- Resfriado

Cuando tienes la cabeza mojada y te vas a dormir así, lo frío que se acumula por la humedad puede provocar que un cambio brusco de temperatura te ocasione un resfriado.

5.- Causa hongos

El hecho de combinar la humedad con los espacios cerrados que se forman cuando pones la cabeza en la almohada, es lo que puede provocar que nazcan hongos y otros tipos de bichos en tu cabeza.

6.- Maltrato de cabello

Las puntas del cabello se maltratan por dormirte con el cabello mojado, dañando así la salud de tu cuero cabelludo.

7.- Dolores de cabeza intensos

Cuando te vas a dormir con el cabello mojado después de darte un baño o nadar, te pueden provocar dolores de cabeza intensos y despertar con jaquecas hasta el día siguiente.

Esta información la puedes utilizar para prevenir muchos tipos de enfermedades y contratiempos, siempre debemos irnos a dormir con el cabello bien seco. Es por eso que se recomienda utilizar una toalla después de bañarse para no mojar la almohada, así como mantener nuestro espacio para dormir siempre seco. Es recomendable también tratar de mantener el cabello acondicionado, para así evitar contraer bacterias en el cuero cabelludo.

Vía: <http://abuelasabia.com>

Fuente: El Ciudadano