

# Antiaging natural:

# ¡Se te va a caer el pelo!



**VICTÒRIA BARAS**  
Nutrióloga.

Experta en *antiaging*, se ha especializado en los cambios de la madurez y la menopausia. Tiene consulta en Barcelona y Cabrera de Mar. Autora del libro *Antiaging Natural. Un programa para regenerar el cuerpo y revitalizar la mente.* Ed. RBA.

[www.victoriabaras.com](http://www.victoriabaras.com)  
[consulta@victoriabaras.com](mailto:consulta@victoriabaras.com)

**M**i amiga Bab, una excelente amazona, salió a pasear una tarde en un caballo de un amigo. Pero el caballo tenía ganas de ir a cenar y se le desbocó, Bab se cayó al suelo, con lo que tuvo que ir a urgencias en ambulancia. Bab me contaba luego, mientras se recuperaba de sus heridas, que se le cayó muchísimo el cabello. ¿Qué hay de cierto en la frase “se te va a caer el pelo”? ¿Puede un susto o un disgusto provocar pérdida de cabello? La respuesta es sí. Rotundamente sí.

Hay muchas razones por las que el cabello cae: la edad, por ejemplo, con la consiguiente mengua de vitalidad; también cae en etapas de la vida en las que el organismo gasta más energía, como en embarazos o partos. Pero sobre todo el cabello cae por agotamiento y estrés o por un susto, o por un gran disgusto, que no deja de ser una forma de estrés. La circulación de la cabeza está asegurada por un gran vaso, la carótida. Así, el cuerpo se asegura que el cerebro siempre recibirá oxígeno y glucosa sin los cuales moriríamos.

**Recordemos que el cabello es un lujo, y cuando el organismo está bajo mínimos, prescinde de lo superfluo, y el cabello lo es**



## GM SERVEIS PER LA LLAR

Agencia de selecció de personal  
Servei domèstic i assistencial  
Personal intern i extern

*la teua mà dreta*

Per conèixer els nostres serveis amb més detall  
visiti la nostra web [www.gmserveis.com](http://www.gmserveis.com)

ZONA BARCELONÉS I MARESME

**INAUGURACIÓ**

GEMMA MARTÍNEZ

[www.gmserveis.com](http://www.gmserveis.com) / [gmserveis@gmserveis.com](mailto:gmserveis@gmserveis.com)

Carrer Camp, 34 - 08022 Barcelona  
Tlf. 931 771 828 / Mòbil 635 507 330

Cami església antiga 31 - 08392 Sant Andreu de LLavanes  
Tlf. 937 952 313 / Mòbil 635 507 330

Pero aparte de esa arteria, toda la zona superior de la espalda y la nuca está cableada con pequeños vasos que riegan el cuero cabelludo. La piel y el tejido que cubren el cráneo son muy finos, y tremendamente sensibles a espasmos nerviosos o cambios hormonales. Cuando nos ponemos tensos, los tejidos se contraen presionando los vasos capilares y haciendo imposible la circulación del precioso elemento que ha de nutrir los folículos pilosos. Aunque tomemos cien pastillas Antiaging para reforzar con azufre, biotina, vitaminas del grupo B, cisteína y otros aminoácidos, la nutrición del cabello, si sentimos dolor en la nuca, agarrotamiento en las cervicales y contracturas en la espalda, seguiremos sin poder alimentar de forma correcta el cabello y este se irá debilitando. Es preciso consultar a una especialista e ir al fondo del problema que nos genera estrés, y paliarlo en la medida de lo posible. La Sal de Schussler *Magnesia Phosphorica* es de gran ayuda para las contracturas. Se le llama "el 7 caliente" porque se disuelven 4 o 5 pastillitas en una taza de agua y ha de irse bebiendo lentamente cuando el agua esté todavía muy caliente. También la L- Teanina, el 5htp y otros nutrientes antiestrés podrán ayudarnos a relajar la zona y restablecer un buen flujo sanguíneo.

Otro factor desencadenante de la caída del cabello es, como hemos dicho, un shock, un susto o una gran sensación de pérdida y miedo. A nivel energético se produce un cortocircuito e inmediatamente una fuga energética, indetectable a simple vista, pero fácil de identificar por la gran sensación de fatiga y abatimiento que le sigue. Hay que cerrar esa fuga con técnicas de bioenergética. En medicina tradicional china, la energía de riñón está considerada la energía ancestral, y el riñón, elemento agua, se asocia al cabello, y a la emoción del miedo. Una caída de *chi* de

riñón redundará inmediatamente en pérdida de cabello. Podemos ayudarnos nosotras mismas a equilibrar la energía pasándonos una barrita de moxa a un centímetro de la piel, tazando espirales alrededor del ombligo abriendo cada vez más el círculo hasta llegar a las crestas ilíacas y el nacimiento del vello púbico, aproximadamente. Recordemos que el cabello es un lujo, y cuando el organismo está bajo mínimos, prescinde de lo superfluo, y el cabello, a su parecer lo es.

Por último, la rabia y la impaciencia y nerviosismo contenidos congestionan el hígado "envenenando" la sangre. Nunca insistiré suficiente en la necesidad de mantener el hígado ligero y limpio de toxinas emocionales como medida Antiaging. Lo último y más cool para lograrlo es tomar cada mañana en ayunas el zumo de un limón diluido en agua tibia mezclado con una cucharada de aceite de oliva. ¡Funciona! ●



## BIO & DECODERS

— MEJORA TU VIDA —

Terapeutas en Biodescodificación y PNL

¡Recupera tu Salud Física  
y Emocional!  
con Biodescodificación.

Esta terapia trata todo tipo de enfermedades, ya sean físicas o psicológicas, así como los desórdenes dentro de la pareja. ¿Cómo se consigue? Mediante cambios útiles, duraderos y coherentes aplicados en tu vida diaria.

C/Maignon, 50 5º 1ª - 08024 Barcelona - Metro L3 Lesseps -  
Tel. 93 285 13 53 - [www.bioanddecoders.es](http://www.bioanddecoders.es)

