

Sección de Dermatología

CURAS CON PIJAMA HÚMEDO

Material:

- 2 pijamas de algodón, uno húmedo (usado y ajustado) y otro más holgado y seco
- Lavadora con centrifugado
- Crema de tratamiento y crema hidratante

Instrucciones:

- Realizar baño de 5 minutos con agua tibia antes de la terapia
- Aplicar la crema de tratamiento mezclada a partes iguales con la hidratante corporal
- Colocar el pijama previamente lavado a 30º y centrifugado (sin jabones ni suavizantes, se puede usar sólo el aclarado). No tiene que estar mojado sino **húmedo**.
- Colocar el 2º pijama seco sobre el primero (En verano si hace mucho calor no es necesario)
- Dejar puesto el pijama toda la noche, dormir como de costumbre con sábanas, mantas etc.