

**TENDENCIAS**

# ¿Qué tan perjudicial puede ser no desmaquillarse antes de dormir?

Si bien no hacerlo no genera un daño grave ni irreparable, sí podría alterar el aspecto de la piel y causar incluso conjuntivitis.

Ignacio Arriagada M.  
 Medios Regionales

**M**aquillarse la cara y utilizar los cosméticos preferidos con cierta periodicidad es un acto muy habitual en las mujeres, puesto que, entre otras virtudes, potencia su apariencia y permite expresar a cabalidad el estilo personal. Y aunque esta tarea no supone, en parte, un gran esfuerzo, lo que sí genera muchas veces desidia es desmaquillarse. ¿Las razones? Cansancio, pereza, costumbre o incluso descuido ocasional.

Otro factor habitual que incide es la falta de conocimientos sobre las consecuencias de no quitarse el maquillaje. En esa línea, este medio contactó a una especialista en el área para ahondar en este tema.

“Más que ser perjudicial para la salud, el no desmaquillarse puede generar un efecto sobre la apariencia de la piel. El maquillaje cubre los poros y desarrolla la aparición de comedones o los famosos puntos negros



SHUTTERSTOCK

NO QUITARSE EL MAQUILLAJE DEL ROSTRO ES, EN ALGUNAS OCASIONES, UNA TAREA QUE GENERA PEREZA EN ELLAS.

y eso da un aspecto de piel más sucia o preponderante a acné”, parte explicando a este medio Pilar de la Sotta, dermatóloga de Clínica Universidad de los Andes.

Si bien De la Sotta sostiene que mantener el maquillaje en el rostro podría alterar solo el aspecto de la piel, hay otros órganos y vellos

que podrían verse en riesgo.

“En las zonas más sensibles, como alrededor de los ojos, el dejarse la máscara de pestañas puede generar irritación. También, puede afectar la base de las pestañas o alrededor de los ojos, irritando o produciendo conjuntivitis”, advierte.

Consultada la experta si además de la piel el no desmaquillarse compromete otras funciones, aseguró que no.

La frecuencia con la que una mujer debe maquillarse para evitar problemas en la piel ha sido un tema de debate constante. Sin embargo, para la dermatóloga

no existe una restricción sobre cuánto uno puede o debiese hacerlo, “pero sí, lo ideal es hacerlo con productos de buena calidad, que sean adecuados al tipo de piel. Por ejemplo, que no sean muy grasos, en caso de las pieles grasas; que presenten componentes humectantes para pieles más

secas y las que presentan mayor sensibilidad, se deben ocupar productos hipoalérgicos”.

## CÓMO DESMAQUILLARSE

Quitarse correctamente el maquillaje y utilizar los productos adecuados para el tipo de piel es trascendental para mantenerla sana, radiante y evitar cambios en su apariencia.

Por ello, la especialista Pilar de la Sotta dice que “lo ideal es usar productos específicos desmaquillantes según el tipo de piel y el maquillaje que se use”.

A lo anterior especifica que “si es una piel seca-sensible, se debe usar productos más oleosos o menos agresivos. En el caso de la máscara de pestañas, si es resistente al agua requiere desmaquillante con más oleoso e incluso aceites tipo vaselina líquida para poder retirar. En el resto de la cara lo ideal es usar jabones suaves o aguas micelares junto con un algodón. También hay productos en espuma y muchos formatos más que pueden ser adecuados”.