



13/08/2013

[Grito de Mujer](#)

El pecado de no desmaquillarse



Quien no haya dejado pasar una noche sin desmaquillarse que tire la primera piedra. Cuidado, hay efectos adversos en la piel desde la primera noche: patologías, alergias y envejecimiento prematuro.

Abigail Campos

09 de agosto de 2013

08:00 h.

**Grito de Mujer**

Festival Internacional de Poesía

Festival Internacional de Poesía

[Hora Insular](#)[RELÓJES](#) [FICHA](#)[Para no perder el Norte](#)

CTFW

Loading...

Dicen que lo primero que hacen las japonesas al llegar a casa es desmaquillarse a fondo. Las españolas, posiblemente, sean de las que lo dejan para lo último. Un día porque es tarde y da pereza, otro porque hemos salido y quizá volvemos con una copa de más, las más despistadas porque se olvidan que a primera hora se dieron un poco de colorete y máscara de pestañas...

El caso es que a veces el maquillaje se queda ahí hasta el día siguiente.

Suprimir ese hábito sencillo tiene, sin embargo, efectos nocivos para la piel que son apreciables desde la primera noche.

El desmaquillado es la base de cualquier tratamiento y el momento más importante para llevarlo a cabo es la noche, no solo para eliminar los residuos del maquillaje, sino también los de la polución y los propios desechos celulares.

[Bitacoras 2012](#)[Buscar este blog](#)

Cargando...

[Páginas vistas en total](#)[Archivo del blog](#)[agosto 2013 \(110\)](#)[julio 2013 \(228\)](#)[junio 2013 \(195\)](#)[mayo 2013 \(257\)](#)[abril 2013 \(264\)](#)[marzo 2013 \(224\)](#)[febrero 2013 \(271\)](#)[enero 2013 \(341\)](#)[diciembre 2012 \(293\)](#)[Huequitos de Sol](#)

Por la noche es cuando se produce la regeneración celular.

Si no tenemos la piel limpia en este momento el envejecimiento de la piel será más acelerado, aparecerán arrugas prematuras y falta de luminosidad, advierte **Gema Cabañero**, responsable del centro de estética avanzada que lleva su nombre.

El diario británico *Daily Mail* llevó a cabo recientemente un sencillo experimento (no científico): **una redactora estuvo un mes sin desmaquillarse por la noche, aplicándose crema encima y volviéndose a pintar a la mañana siguiente**. Según los expertos con los que consultaron, un mes después de semejante locura, **su piel había envejecido 10 años**. Los **efectos nocivos dependen**, en todo caso, de varios factores, según explica la doctora Minia Campos, dermatóloga de la Asociación Española de Dermatología y Venerología (AEDV).

Esos factores son la **calidad de los cosméticos** (se compran en perfumerías y farmacias, pero también en bazares y mercadillos), los **hábitos de maquillaje** (de las que van como una puerta desde primera hora a las que solo se aplican una hidratante con color), **el tipo de productos** (algunos, sobre todo los destinados a ojos y labios, tienen mayor fijación), y también **si la piel de la persona que comete el pecado de no desmaquillarse está sana o tiene algún tipo de patología o alergia previa tal como acné, cuperosis, rosácea o eccemas** (estos tres últimos muchas veces se engloban en la categoría de piel sensible).



Así puede quedar tu piel si no te desmaquillas. Tú decides.

Foto: Daily Mail

En el acné, la oclusión de los poros por los cosméticos favorecerá la aparición de comedones y la inflamación, por lo que tras pocos días empeorará visiblemente.

El mismo efecto puede ocurrir por usar un cosmético inadecuado para el acné aunque se desmaquille adecuadamente detalla Campos-. En cuperosis y rosácea, los pacientes se quejan de que "no toleran" la mayoría de los cosméticos. Estas pieles reaccionan con dilatación de vasos, rojeces y a veces también con lesiones elevadas frente a los cosméticos que les resultan "demasiado fuertes".

Por último, existen personas que reaccionan produciendo eccemas, bien porque su barrera cutánea es débil (dermatitis atópica), bien porque son alérgicas a uno o varios de los componentes de los cosméticos (los más frecuentes, perfumes y conservantes como el kathon). En el eccema, la inflamación mantenida puede terminar formando manchas.

El hecho de **no desmaquillarse puede desenmascarar alguna de estas patologías que hasta el momento habían permanecido ocultas y estaban sin diagnosticar**.

Existen teorías que afirman que los cosméticos sobre la piel fijarían los contaminantes ambientales sobre la piel, que podrían absorberse y generar radicales libres de oxígeno y envejecimiento del colágeno y fibras elásticas. Esto es plausible científicamente pero no está suficientemente demostrado, apunta la experta de la AEDV.

En los casos con una patología de base, una sola noche sin desmaquillar haría evidentes las consecuencias nocivas. En pieles sanas, el efecto es más a medio o largo plazo.

Lo más inmediato es la obstrucción de poros, dando lugar a un aspecto de falta de luminosidad y a la aparición de antiestéticos puntos negros

. Además, si no nos desmaquillamos correctamente, dificultamos la efectividad de los productos tratantes que apliquemos a continuación.

Los efectos nocivos aparecen muy rápido, en una piel normal comenzarían a verse desde la primera semana, agrega Cabañero.

Reconozcamos que a veces da pereza desmaquillarse por la cantidad de pasos que conlleva: Leche desmaquilladora (mejor para pieles secas), agua micelar (para mixtas o grasas), tónico, jabones neutros ¿Qué es lo más adecuado?

No nos llamemos a engaño: **Para eliminar una cantidad media de maquillaje, un solo producto es suficiente**, remarca la dermatóloga Minia Campos.

Y habrá quien piense, por una vez a la semana sin desmaquillar tampoco pasa nada

Contribuyentes

- dime jose sin tilde
- CARLA BRUNI

Presentación

Loading...

Huequitos de Sol



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 3.0 Unported License.

Melodía para Disfrutar



Music Playlist at MixPod.com

- noviembre 2012 (201)
- octubre 2012 (202)
- septiembre 2012 (149)
- agosto 2012 (172)
- julio 2012 (201)
- junio 2012 (151)
- mayo 2012 (211)
- abril 2012 (175)
- marzo 2012 (206)
- febrero 2012 (157)
- enero 2012 (161)
- diciembre 2011 (160)
- noviembre 2011 (111)
- octubre 2011 (143)
- septiembre 2011 (161)
- agosto 2011 (137)
- julio 2011 (173)
- junio 2011 (222)
- mayo 2011 (234)
- abril 2011 (239)
- marzo 2011 (289)
- febrero 2011 (232)
- enero 2011 (339)
- diciembre 2010 (288)
- noviembre 2010 (212)
- octubre 2010 (239)
- septiembre 2010 (283)
- agosto 2010 (278)
- julio 2010 (266)
- junio 2010 (241)
- mayo 2010 (70)
- abril 2010 (36)
- marzo 2010 (95)
- febrero 2010 (68)
- enero 2010 (66)
- diciembre 2009 (49)
- noviembre 2009 (142)
- octubre 2009 (65)
- septiembre 2009 (58)
- agosto 2009 (117)
- julio 2009 (167)
- junio 2009 (34)
- mayo 2009 (87)

badge

9008
Top Blogs

Blogger

Habría quien piense, por una vez a la semana sin desmaquilar tampoco pasa nada.
Pues no es así. Habría sutiles efectos secundarios de deterioro incluso para una piel sana, que no realizase cuidados reparadores el resto de los días, que se apreciarían entre seis y doce meses después.

Publicado por **CARLA BRUNI** en 14:44

Reacciones: divertido () interesante () guay ()

No hay comentarios:

[Publicar un comentario en la entrada](#)

[Página principal](#)

[Entrada antigua](#)

Suscribirse a: [Enviar comentarios \(Atom\)](#)

Libertad



Solo tú puedes luchar

Un sentimiento