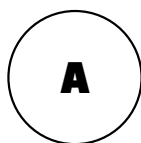


CUANDO EL COLORETE NO PINTA NADA

PARA IMITAR A MAMÁ O
PARA PARECERSE A
SPIDERMAN. A LOS
NIÑOS LES ENCANTA
DISFRAZARSE Y
JUGAR A SER OTRO,
PERO CONVIENE
TENER CUIDADO A
LA HORA DE APLICAR
COSMÉTICOS EN SU
CARA Y ELEGIR BIEN
LOS PRODUCTOS.
CUANTOS MENOS AÑOS
TIENEN, MÁS SENSIBLE
ES SU PIEL A LOS
AGENTES EXTERNOS.



Lydia Craven, una niña de tres años de Illinois (EE UU), sus padres le regalaron un set de maquillaje infantil. Probó el juego y en menos de 24 horas estaba hospitalizada por una fuerte reacción alérgica. Las fotos que viralizó su familia por Facebook en marzo para concienciar sobre la importancia de leer las etiquetas de estos productos son impactantes. Apenas podía abrir los ojos de lo hinchados que estaban. Los labios aparecían llenos de llagas y erupciones, y le ardía tanto la piel que debían ponerle compresas frías cada 30 minutos. Tardó dos semanas en recuperarse. El kit contenía seis sustancias químicas que pueden causar reacciones alérgicas de gravedad en pieles sensibles.

Jugar con maquillajes y pinturas no es una práctica inocua. A los más pequeños les parece fascinante asemejarse a sus superhéroes, personajes de dibujos animados y animales preferidos. En cualquier fiesta, si no llegan a disfrazarse, al menos se pintan la cara para parecerse a ellos. Por eso cogen sus cosméticos de juguete y se maquillan, se esmaltan las uñas y hasta se atreven con un tatuaje temporal. No ven el riesgo que estos juegos pueden suponer, a pesar de estar formulados para el público infantil y cumplir tanto la normativa española de cosméticos como la de juguetes.

“Estas pinturas están pensadas para ser fácilmente retiradas y deben ser hipoalérgicas, pensando en la piel de los niños”, sostiene el dermatólogo pediátrico Francisco Javier del Boz. Pero, ¿qué quiere decir hipoalérgico? Según explica la Asociación Nacional de Perfumería y Cosmética (Stanpa), significa que tiene un reducido potencial de causar reacciones alérgicas. También que el fabricante ha puesto más énfasis en la selección de ingredientes y en las pruebas para reducir aún más la probabilidad de provocar reacciones adversas.

Por tanto, es posible que estos maquillajes produzcan problemas cutáneos como la dermatitis de contacto (alérgica o irritativa), sobre todo en niños con piel sensible (atópicos). Eccemas o zonas de piel roja, formación de pequeñas vesículas, hinchazón y picor son los síntomas que alertan de ellos.



El riesgo de intoxicación es mucho mayor en los menores de tres años, ya que tienen una epidermis muy fina y poca grasa subcutánea.

Productos como lacas de uñas o pintalabios contienen sustancias químicas (colorantes, conservantes, fragancias o disolventes) que pueden ser alergénicas y/o irritantes, recuerda Del Boz: “Deben evitarse en niños, sobre todo en los pequeños”. Los tatuajes temporales también tienden a originar reacciones alérgicas relacionadas con los aditivos añadidos a la henna para aumentar su durabilidad, en especial la parafenilendiamina. Y pueden suponer un peligro serio, ya que estas reacciones podrían “condicionar problemas posteriores con tintes textiles o capilares”, añade el especialista.

HASTA LOS 6 AÑOS, CUIDADO.

Con los más pequeños es mejor no usar ninguno de estos productos, algo que ya advierten muchas etiquetas. La piel de los menores de tres años es muy vulnerable a cualquier agente externo debido a su fina epidermis y su poca grasa subcutánea. Presenta una gran permeabilidad, ya que la superficie del tejido cutáneo respecto al peso corporal es tres veces mayor que en los adultos. Todo ello hace que el riesgo de toxicidad sea mucho mayor. Además, su pH es neutro (7) y, por tanto, con menos acidez que el de un adulto (5,5), lo que la hace más sensible a las irritaciones e infecciones.

Con el resto de los niños, y teniendo en cuenta que hasta los seis años su piel no se asemeja a la de un adulto (y hasta la pubertad las glándulas sebáceas no están del todo activas), hay que tomar precauciones tanto al comprar como al aplicar estos productos. Aunque no es común, los controles de seguridad pueden fallar. La Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición (AECOSAN) no ha recibido desde 2013 notificaciones acerca de productos de estas características que pudieran entrañar riesgos para los niños. Sin embargo, en agosto pasado saltaron las alarmas cuando el Sistema Europeo de Alerta Rápida (RAPEX) ordenó retirar del mercado unos estuches de maquillaje infantil que contenían restos de amianto (un material cancerígeno) en República Checa, España y Portugal.

INGREDIENTES QUE CONVIENE EVITAR.

Aunque los productos estén de acuerdo con la legislación, resulta vital fijarse en el etiquetado y en la lista de los componentes para descartar posibles reacciones. Además de las fragancias y los parabenos, en la aparición de dermatitis de contacto pueden influir el conservante kathon CG (metil-

(Sigue en la página 60)



Leer antes de aplicar

.....
Para la Asociación Española de Fabricantes de Juguetes (AEFI), la clave para detectar si un cosmético es o no seguro está en el etiquetado. Toma nota de estos consejos:

Asegúrate de leer toda la información contenida en la etiqueta. **Ten en cuenta las recomendaciones de seguridad y de edad.** Tómatelas en serio. No compres aquellos que no tengan el **marcado CE** en el juguete o en su embalaje y tampoco los que no especifiquen la **dirección del fabricante.**

Revisa la lista de ingredientes que debe aparecer en el etiquetado, en especial si tu hijo tiene **alergia** a alguna sustancia o fragancia. En caso de que estos no aparezcan detallados, no adquieras el producto.

Conserva el envase o soporte del etiquetado, por si se produce alguna reacción alérgica y debes informar de su composición.

Compra en **comercios de confianza** y conserva el **tique de compra**, que necesitarás en caso de hacer alguna reclamación.

Deben incluir las precauciones de empleo y advertencias de uso con el uso explícito de la palabra "Advertencia", el número de lote de fabricación y el país de origen (si es de fuera de la UE). A estas pautas habría que añadir los consejos de los profesionales médicos, como que se utilicen productos de maquillaje de calidad, a ser posible comprados en farmacias o que sean **dermatológicamente probados o hipoalergénicos.**



+

Una fantasía segura. Imitar a héroes del cine o del cómic no debería suponer un riesgo. Al comprar maquillaje infantil conviene ser muy selectivo.



El experto

Francisco Javier del Boz

“Deberían evitarse en personas de piel sensible o con alergias conocidas”



¿Conlleva jugar a maquillarse algún peligro para la salud de la piel de un niño? Puede comportar riesgos como el desarrollo de dermatitis, sobre todo dependiendo de la composición química de las pinturas.

¿Qué sucede en caso de dermatitis atópica o de enfermedades más habituales de la piel de los menores, como el impétigo? Los niños con dermatitis atópica son más propensos a presentar reacciones cutáneas con relación a maquillaje; estas reacciones (eccemas) pueden ser de tipo irritativo o constituir una auténtica alergia. Si se padece una infección como el impétigo, maquillar las lesiones podría favorecer su resistencia al tratamiento y su diseminación a otras zonas.

¿Qué supone el maquillaje para el acné de un preadolescente? En la piel de esta franja de edad, la oclusión de los poros por el maquillaje puede favorecer el desarrollo o

empeoramiento de un acné.

¿Recomendaría el empleo de maquillaje para niños?

En dermatología recomendamos su uso a niños y adolescentes con trastornos en la piel que afectan a su calidad de vida y que pueden ser disimulados en mayor o menor medida con determinados productos. Esta técnica, llamada “maquillaje o camuflaje terapéutico o corrector”, puede constituir una herramienta terapéutica complementaria, no invasiva, económica y fácilmente reproducible.

¿Quiénes deberían evitarlo? Personas de piel sensible, como es el caso de niños más pequeños o de piel atópica, o con alergias conocidas.

¿Cómo se debería aplicar el maquillaje para un uso seguro? Lo más importante es la elección de los productos, que deben ser hipoalérgicos, libres de grasa y, si es posible, contener protección frente a las radiaciones ultravioleta si van a usarse durante el día. Asimismo, conviene intentar que la aplicación sea limitada en el tiempo, procurando retirar el producto lo antes posible y de una forma adecuada, con productos desmaquillantes suaves específicos.

*Dermatólogo infantil y miembro de Grupo Español de Dermatología Pediátrica, que depende de la Academia Española de Dermatología y Venereología.

(Viene de la página 58)

cloroisotiazolinona y metilisotiazolinona), la citada para-fenilendiamina, el formaldehído y sus liberadores, como diazolidinil urea o -2-Bromo-2-nitropropano-1,3-diol, o la lanolina (cera a raíz de lana de oveja). Los aceites minerales, conocidos como *paraffinum*, *petroleum* o *paraffinum liquidum*, hacen la piel más vulnerable a afecciones como el acné.

De todas formas, los expertos recomiendan usar ciertos productos para minimizar los riesgos. Es preferible emplear maquillajes con base de agua sólidos y de colores claros, porque los oscuros contienen más metales pesados, según afirma el estudio *Pretty Scary 2. Desenmascarando los químicos tóxicos del maquillaje infantil* (octubre 2016), del Fondo contra el Cáncer de Mama estadounidense.

En cualquier caso, antes de su aplicación general siempre conviene probar el cosmético en la muñeca para descartar posibles efectos como picores o rojez. La Sociedad Española de Inmunología Clínica, Alergología y Asma Pediátrica también cree necesario hidratar bien con cremas para pieles atópicas antes y después de maquillarles. También retirar la pintura lo antes posible con ayuda de agua y jabón neutro o una leche desmaquillante hipoaérgica y apta para niños. Además, los dermatólogos consideran que se deben evitar los productos muy grasos o maquillajes excesivos, así como su uso diario.

Si a pesar de todas estas precauciones se produce una reacción, lo mejor es retirar el producto y no usarlo más. Para calmar el picor hay que hidratarse la piel con cremas sin color ni olor, o aplicar compresas o trapos húmedos sobre la piel afectada. El pediatra o dermatólogo aconsejará lo más adecuado en cada caso, por lo que conviene guardar el envase, y si persiste, el médico empleará corticoides tópicos de baja potencia por periodos cortos y antihistamínicos orales.

Además, es importante comunicárselo al fabricante para que tenga constancia de que alguien ha experimentado una reacción adversa a su producto.

COSMÉTICA EN CHICAS, MEJOR TARDE.

Estas recomendaciones también han de tenerlas presentes las chicas más jóvenes que se inician en los cosméticos. Muchas de ellas quieren parecer mayores antes de tiempo influenciadas por los estímulos de la moda, las redes sociales, sus propias madres y amigas, pero deberían iniciarse en esta práctica "cuanto más tarde mejor", advierte Del Boz.

En torno a los 13 años, el mayor problema que conlleva la aplicación de maquillaje es la oclusión de los poros, que puede favorecer el desarrollo o empeoramiento del acné. De ahí que sea conveniente elegir productos hipoaérgicos, fluidos, que no bloqueen los poros, estén libres de grasa e incluyan protección solar. Y, por supuesto, no descuidar la limpieza. Los dermatólogos recuerdan que aplicar desmaquillantes suaves tras su uso y exfoliaciones también suaves de forma periódica ayuda a cuidar la piel.



Niñas con cara de mujer

Este mismo año, el Consejo del Audiovisual de Cataluña (CAC) detectó que el número de anuncios de juguetes que mostraban niñas que se preocupaban por su aspecto físico se había duplicado respecto al anterior. **El fomento del estereotipo tiene sus consecuencias.** Del juego simbólico que supone maquillarse a los 4-5 años, muchas menores pasan a querer hacerlo con sólo 10, y no precisamente como un juego, lo que debería ser a estas edades. **La práctica puede incluso generar dependencia,** advierte el psicólogo clínico Luis de la Herrán. Sin embargo, **la publicidad no es la única culpable** de que las niñas se inicien en la cosmética antes de los 15, la edad que muchos psicólogos establecen como límite. "Los padres somos su modelo, así

que es incoherente que una madre no salga nunca sin arreglarse y luego le diga a su hija que no se obsesione con el pintalabios", indica. Todos somos responsables de la hipersexualización de la infancia, sobre todo en el caso de las niñas, a las que empujamos a adoptar determinados roles. "Es como darle un Ferrari a un niño. **Están en una época de ensayo y error, de probar en un grupo, de ver si las aceptan o las rechazan, por lo que debemos evitar hipersexualizarlas y que piensen que su valía reside en su imagen.** Lo que piensen los demás les influye e Internet engrandece la presión. Para muestra, un dato: **más del 40% de chavales de entre 12 y 20 años manipula su imagen antes de subirla a Internet.**

7 CLAVES PARA SER ESPECIALISTA EN 'CHUCHES'

SEGURO QUE TE ENCANTAN LOS CAMELOS, LAS PIRULETAS, LAS GOMINOLAS O LOS REGALICES. PERO ¿QUÉ SABES REALMENTE DE ESTAS GOLOSINAS? CONVIÉRTETE EN UN ESPECIALISTA LEYENDO ESTOS CONSEJOS.

-1-

Una chuchería es un producto comestible, dulce y de colores y formas vistosos, pero no resulta bueno para el cuerpo.

-2-

Aunque los refrescos no se mastican como los caramelos o los regalices, pueden considerarse 'chuches' porque tienen mucho azúcar y otros ingredientes para darles color y sabor. No aportan nutrientes a nuestro organismo, pero pueden dañarlo.

-3-

Un caramelo o un osito de goma están hechos sobre todo de azúcar, un ingrediente que puede causar caries en tus dientes. Tal vez no lo sepas, pero hay alimentos muy sanos, como la fruta madura o la deshidratada (a la que se le ha quitado el agua), que también son muy dulces y no dañan tus dientes.

-4-

Otro buen consejo: nunca tomes 'chuches' antes de las comidas porque podrían quitarte el apetito: sus altas cantidades de azúcar provocan sensación de estar lleno. Si cuando te sientas en la mesa no te apetece comer, luego no tendrás fuerza suficiente para estudiar, jugar o hacer deporte.

-5-

Además de provocar caries y evitar que comas comida sana, las 'chuches' pueden hacer que engordes. Un 30% de la población padece obesidad, incluidos los niños y niñas. El sobrepeso es un 'enemigo' de nuestro corazón porque aumenta la tensión arterial, el colesterol y la probabilidad de padecer diabetes.

-6-

Entonces, ¿cuántas veces podemos comer 'chuches'?
Lo mejor es hacerlo muy ocasionalmente, el fin de semana como mucho.

-7-

Recuerda: las chucherías son productos que engordan, pero no alimentan bien. ¡Controla las que comas y nunca las tomes a diario! De esta forma cuidarás tu salud y tus dientes. Haz que la fruta sea tu 'chuche' favorita.