

VOGUE



© Jonathan Daniel Pryce

ROSTRO

Hay un mito sobre la pantalla del móvil y tu piel que deberías desterrar, según un dermatólogo

—
POR ANA GÁNDARA

21 DE NOVIEMBRE DE 2019

Además del efecto de la luz azul sobre nuestro rostro, también existe la creencia de que los dispositivos poseen bacterias que pueden afectar negativamente a nuestra piel. No obstante, los expertos señalan que esto no es del todo cierto



En torno a las nuevas tecnologías existe una cierta mitología en la que es muy complicado distinguir lo que es real de lo que es pura fantasía. Cada poco tiempo, somos impactados con nueva información sobre los *smartphones* y compañía, afirmaciones que nos creemos sin pestañear y que, en realidad, nadie nos garantiza que sean ciertas. En lo que concierne a nuestra piel, el tema de conversación más habitual es **la luz azul y los daños que puede causar sobre el rostro**, algo para lo que cada vez se lanzan más cosméticos con efectos equivalentes a la protección solar. Pero hay una convicción un poco menos popular pero bastante extendida que dice que **la pantalla sucia del móvil puede causar acné por el contacto directo con la cara, debido a las bacterias que pueden estar presentes**. No obstante, esto no es tan literal (ni acertado) como podríamos creer.

Tal como explica el **doctor Jose Luis Ramírez Bellver, dermatólogo especialista en acné, alopecias y cáncer de piel de Clínica Dermatológica Internacional**, parte de esta creencia se basa en una realidad: "**Los teléfonos móviles pueden actuar como reservorio de bacterias presentes habitualmente en nuestra piel**. Un estudio en un hospital de la India reveló que más del 90% de los móviles del personal sanitario estaba contaminado por bacterias presentes también en la mano con la que se usaban esos teléfonos". Pero, y aquí viene lo importante, lo cierto es que "**en personas sanas esto no debe suponer ningún problema**, salvo que presentáramos alguna herida en la piel y, al entrar en contacto con ella, pudieran actuar como fuente de una posible infección", señala el especialista.

“

No hay ningún estudio ni ningún dato de peso científico a día de hoy que relacione el contacto con las pantallas y el desarrollo de acné

Si bien es verdad que "puede acumular restos de cremas o maquillajes, también entra en contacto con el textil de los bolsillos o con cualquier cosa que llevemos en el bolso y no es raro que lo dejemos boca abajo sobre mesas de bares o restaurantes y que, si están sucias, también son una fuente potencial de suciedad en la pantalla", no es probable que estas impurezas estén dañando la piel del rostro cuando hablamos por teléfono. Aunque, tal como señala el dermatólogo, "sólo disponemos de limitada evidencia científica al respecto", sí que apunta una serie de consecuencias que se pueden percibir por el uso de esta tecnología, pero se trata de **casos muy concretos y que, en realidad, no tienen que ver con el acné**. "Lo que parece más frecuente y está más documentado es la **aparición de determinados eccemas (o dermatitis) en pacientes alérgicos a algunas sustancias presentes en los dispositivos móviles**, como el níquel, el cromo, los pegamentos o incluso directamente por las pantallas táctiles, algo que se resuelve cuando estas personas dejan de estar en contacto con ellos", explica.

Así que, si no presentamos ninguna de esas alergias, podemos estar bastante tranquilos con el uso del móvil. Eso sí, Bellver matiza que "en llamadas muy largas, **si el terminal se calienta, este contacto con una fuente de calor de manera continuada puede afectar negativamente a la piel**, por lo que parece recomendable emplear manos libres o auriculares para llamadas de larga duración", pero, evidentemente, estos posibles daños no tendrán nada que ver con las bacterias. Tal como afirma el especialista, "**no hay ningún estudio ni ningún dato de peso científico a día de hoy que relacione el contacto con las pantallas y el desarrollo de acné**", pero señala que "otra situación sería que, en teoría, en gente con acné activo, sería posible un empeoramiento de éste debido al contacto con un medio 'sucio' o el aumento de lesiones inflamatorias si se está mucho tiempo en contacto con una fuente de calor como puede ser un móvil". Pero, según aclara el dermatólogo, la solución no pasaría realmente por dejar de hablar por teléfono, sino que "a día de hoy esto es más teórico que real y, en todo caso, **se evitaría simplemente con una limpieza facial adecuada**", algo que, de manera independiente, ya deberíamos cumplir a diario.

"Sobre una piel sana no debería causar ningún problema grave, aunque sí que sería posible el desarrollo de lesiones irritativas (enrojecimiento o picor)", señala Bellver. Por tanto, sólo en casos muy concretos tendríamos que tener cuidado con el uso del *smartphone*, ya que **"si padecemos alguna patología (como dermatitis o rosácea), al igual que podría ocurrir con el acné, el calor podría empeorar la situación** y, en casos excepcionales, incluso producir alguna sobreinfección de las lesiones preexistentes". No obstante, el especialista afirma que no es mala idea mantener la pantalla medianamente limpia, pero recalca que **"es más importante realizar una adecuada limpieza facial diaria por la mañana y por la noche**, con los productos adecuados para cada persona si ésta presenta alguna patología cutánea, o con un gel o jabón limpiador neutro de manera general". Pero, lo que queda claro, es que el *smartphone* debería desaparecer de nuestra lista de sospechosos habituales cuando tenemos un brote de acné.

