

ESTÁN DE MODA PERO...

Cosméticos caseros con ingredientes naturales: ¿son seguros para la piel?

Crema de cuerpo con aguacate, limpiadoras de aloe vera o incluso cremas con protección: todo hecho de forma artesanal y en casa



11/08/2019 05:00

La **idea del "hazlo tú misma"** arrasa, es un hecho: las redes rebosan de fórmulas creadas en casa para limpiar la piel, hidratarla, reafirmarla, **tratar el acné** o, incluso, eliminar estrías.

[LEER MÁS: Si tienes la piel con granitos, no vas a volver a usar una mascarilla que no sea esta]

Las recetas simples y sencillas de toda la vida -**dos bolsitas de manzanilla o un par de rodajas de pepino** sobre los ojos para relajarlos- se han visto desbordadas por un nuevo (y desafortunado) culto a lo creado por una misma, en casa, **con ingredientes naturales y sin 'química'**, por favor.



Ingredientes naturales como semillas. (Unsplash)

Las cremas con aspecto de mermelada y colores intensos nos encantan, **confiamos plenamente en la piña para eliminar granitos** o el limón para cerrar los poros. Pero, ¿qué dice la piel? Estos cosméticos de aspecto tan natural como la vida misma, ¿son tan inocentes como parecen?

La **doctora Constanza Bahillo, directora de la Unidad de Dermatología de Face Clinic** (faceclinic.es), explica que **"vivimos momentos de quimifobia**, un rechazo absoluto a sustancias y principios químicos que nos lleva a buscar alternativas en los productos naturales".

"Hay un boom tremendo de activos naturales como **el aceite de aguacate o el coco**, por ejemplo, que se ponen de moda y, de pronto, comienzan a atribuírseles un montón de beneficios para la piel que en realidad no son tales y no están avalados por ningún estudio clínico", añade la experta. Y la cosa podría quedar ahí, pero el problema es que **"la mayoría de sustancias derivadas de las plantas o frutas pueden provocar reacciones irritativas o alérgicas en pieles sensibilizadas"**.

El **doctor José Luis Ramírez Bellever, de la Clínica Dermatológica Internacional**, agrega: **“Aplicar aloe vera directamente de la planta sobre la piel no es una buena idea** porque en la corteza hay unas sustancias que pueden provocar dermatitis irritativa o de contacto, y se encuentra en el origen de una inflamación que requiere de la exposición solar para que se produzca”.

“Los cosméticos -explica la doctora Bahillo- **tienen que cumplir una normativa muy exigente** que garantice que tanto los componentes como las cantidades empleadas no supongan un riesgo para la salud”.

[LEER MÁS: ¿Te preocupan los granos? Los trucos para combatir los brotes de acné adulto]

Muchos de esos componentes a los que la gente teme tanto son conservantes que se ocupan de **evitar la proliferación de bacterias** y de mantener estable el producto, algo de lo que los cosméticos elaborados en casa no pueden garantizar.