



Lucir una mirada intensa sin riesgo para los ojos

Maquillarse correctamente puede prevenir enfermedades en ojos y piel

 Bárbara Urías
estar bien

Aprender a maquillarse es muy importante, no sólo estéticamente hablando, ya que un mal uso de los productos cosméticos puede provocar problemas como conjuntivitis o dermatitis. Si bien es cierto que estos productos son cada día menos agresivos y más seguros, tenemos que seguir teniendo cuidado cuando cada mañana comenzamos ese ritual frente al espejo.

¿Qué pautas hemos de seguir? La primera y más importante medida de prevención: no compartir maquillaje, en especial los lápices de ojos y máscara de pestañas. Este mal hábito, junto con el de no llevar a cabo una limpieza exhaustiva de la piel antes de dormir, pueden hacer que una infección leve acabe siendo crónica. Otro consejo de los expertos es no aplicar estos productos en exceso, no sólo por evitar problemas de salud, sino porque su exceso además hace que resulte incómodo. Mantener limpios los utensilios, no dejarse guiar sólo por un precio competitivo al escogerlos, que sean los más adecuados para cada persona según la



recomendación de los expertos; y como dice el Doctor Fernando Llovet, director Médico de la Clínica Baviera: "asegurarnos de que han pasado los controles establecidos y de que especifiquen su composición" es fundamental.

En lo que a los ojos respecta, una de cada cuatro mujeres sufre problemas por estos motivos, y aún más si utilizan lentillas, ya que pueden incluso desarrollar intolerancia a las mismas. Es en estos casos en los que es esencial apren-

der a aplicarlo: de pestañas hacia afuera, recomiendan los maquilladores. Por último, no debemos olvidar que el maquillaje también tiene fecha de caducidad, normalmente de un año.

¿Cuáles son estas consecuencias negativas? El uso incorrecto puede provocar irritación, conjuntivitis, blefaritis, orzuelos, lagrimeo excesivo, dermatitis, eccemas... pero utilizando la cosmética con cuidado no pasará de ser ese gran aliado que ha sido siempre.