

QUÈ ÉS EL MASKNE

2 febrer, 2021

L'ús perllongat de la mascareta, afegit a factors ambientals com la humitat, poden crear problemes cutanis, com l'aparició de brots d'acne. Sense dubte, la mascareta és una important aliada en la lluita contra la Covid-19, però també pot convertir-se en una enemiga per la nostra pell. El seu ús regular està provocant un nou problema en moltes persones: el maskne, que es tracta del nou acne provocat pel fregament de la mascareta tant al voltant del nas, com en la boca, barbata o pòmuls.

En les pells sanes resideix de forma natural un bacteri anomenat Cutibacterium acnes, i l'alteració del seu equilibri afavoreix l'aparició dels brots d'acne. Amb l'ús perllongat de la mascareta, la respiració creu un clima càlid i humit que provoca l'augment de la població bacteriana. També ajuda a aquests factors com la societat en les mascaretes, el seu fregament constant o l'ús de certs cosmètics agressius per la pell.

El maskne, que és una combinació entre 'mask' i 'acne', en anglès, també pot constituir en reaccions al·lèrgiques o irritació a conseqüència de l'estat d'oclusió que implica tenir una mascareta per moltes hores.

Com es pot evitar

Per evitar que aparegui el maskne és important rentar-se la cara dia i nit, el que ajudaria a eliminar l'excés de greix. També és important conèixer el nostre tipus de pell per mantenir-la ben hidratada amb la finalitat de conservar en un bon estat la funció barrera que aquesta exerceix. Per últim, altre dels consells que llencen els experts és reduir l'ús de maquillatge mentre s'utilitza la mascareta perquè, sumant la humitat, pot afectar a la producció de greix i, d'aquesta manera, conduir a la seva obstrucció.

Tractament

En cas que aquest problema cutani ja s'hagi manifestat, si es tracta d'un cas sever, és millor anar al dermatòleg perquè recomani un tractament personalitzat. Però si és un cas lleu, es pot combatre amb una bona rutina i utilitzant els productes adequats. El més important és mantenir una correcta higiene, rentant o canviant les nostres mascaretes freqüentment, utilitzar tovalloles de microfibra per evitar més fricció en la nostra pell, canviar amb regularitat la funda del coixí i evitar al màxim tocar-se la cara.

Al costat de aquests hàbits, existeixen cosmètics elaborats amb ingredients que poden ajudar a tractar el 'maskne'. Amb aquests, podem crear una rutina molt efectiva. Als matins es comença a utilitzar un rentador suau amb pH neutre, i a les nits, el millor serà la doble neteja, especialment si s'ha utilitzat maquillatge. Així, el més adequat seria emprar un rentador de base oliós, per eliminar tot el possible la societat, i després retirar-lo amb el rentador utilitzat al matí.

Per atacar als grans directament, és beneficiós un bon exfoliant, però perquè la pell no pateixi més ni es propagui la infecció, és millor oblidar-se dels clàssics exfoliants mecànics i optar pels químics, com el BHA (un àcid) o àcid salicílic. Això si, abans d'utilitzar aquests àcids és fonamental saber com i quan aplicar-los. Per exemple, s'ha d'aplicar crema solar en el nostre rostre durant set dies després d'utilitzar-los. Això no obstant, el protector solar també és recomanable utilitzar-lo sempre per evitar les manxes que puguin sorgir a causa de l'exfoliació, ja que les mascaretes no protegeixen la pell al 100% dels rajos solars.

De manera puntual, també es poden utilitzar productes específics per la desaparició de grans de manera localitzada que no només els assequi, sinó que els tracti. Amb els exfoliants i el fregament de la mascareta, la pell es pot tornar més sensible. Per això, perquè no desprengui, és necessari cuidar-la amb productes que ajudin a hidratar-la i recuperar-la, com sèrums compostos per centella asiàtica,

pantenol, àcid hialurònic, àloe vera, niacinamida o ceramides.