



ZERO HORA

SAÚDE

AO VIVO

| "Chamada Geral": últimas do RS, Copa do Mundo, trânsito e mais

| Petróleo

Ácidos, retinoides e mais Notícia

Cosmetcorexia: por que meninas estão obcecadas com a pele e como lidar com o fenômeno

Piora na acne está entre os riscos do uso excessivo e inadequado de cosméticos por crianças e adolescentes; especialistas ainda destacam o impacto na saúde mental

16/06/2026 - 09h57min

Atualizada em 16/06/2026 - 20h41min



ISADORA GARCIA

[Enviar email](#)[Ver perfil](#)**Ler resumo**

Cosmeticorexia e a obsessão precoce pelo skincare em crianças e adolesc...
GZH

1:54

Vídeos de **skincare e maquiagem** publicados por crianças e adolescentes têm chamado a atenção de especialistas. Nas redes sociais, são frequentes os conteúdos de rotinas de cuidados com a pele e de "**arrume-se comigo**", **muitas vezes envolvendo o uso de múltiplos cosméticos**.

Uma rápida pesquisa no TikTok já mostra alguns exemplos. Em vídeo de 2025, uma mini influenciadora com cerca de 10 anos mostra a maquiagem que fez para ir à escola, **usando base, contorno, blush, sombra, lápis de boca, batom e rímel**.

LEIA TAMBÉM



Com argentino em alta, Grêmio voltas aos trabalhos e inicia intertemporada

Prevenção ao bullying na era da NR-1

Em outro perfil, em 2023, uma influenciadora digital com cerca de 12 anos mostrou como se arrumaria para o aniversário da irmã: só no preparo da pele ela utilizou oito produtos no rosto.

A médica dermatologista Flávia Reginatto, pesquisadora de saúde da criança e do adolescente, traz um **alerta sobre esse cenário**:

— Hoje, vemos crianças pequenas, de oito, nove, 10 anos, realizando rotinas de skincare com múltiplos produtos e muitos deles de **forma inadequada**, desenvolvidos para adultos e que **não são necessários nessa faixa etária**.

Entre especialistas, esse **comportamento tem sido associado ao que vem sendo chamado de cosmeticorexia**, termo utilizado para descrever a preocupação excessiva com a aparência da pele e o uso inadequado ou exagerado de cosméticos desde cedo.

LEIA TAMBÉM



"Por muito tempo, achei que ser uma pessoa plural significava que eu estava perdida", reflete Mari Krüger

Quais produtos de pele não devem ser usados por crianças e adolescentes?



Ácidos, retinoides, produtos clareadores e esfoliantes não devem ser usados por crianças e adolescentes.

Ermolaev Alexandr / stock.adobe.com

Flávia, que também é integrante da seção gaúcha da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD), reforça quais produtos **não devem ser usados** por crianças e adolescentes:

- ácidos esfoliantes (como os ácidos glicólico, salicílico e mandélico)
- retinoides
- produtos clareadores
- esfoliantes físicos
- produtos com múltiplos ativos combinados

Ela explica que os cosméticos de uso adulto são feitos para uma **espessura de pele própria desta faixa etária**. Considerando a pele de crianças e adolescentes, ainda que esses produtos fossem adequados, não resultariam no efeito desejado.

Ao mesmo tempo, as peles mais jovens têm uma **capacidade maior de absorção**. É neste sentido que o uso excessivo e

incorreto de cosméticos pode causar problemas como:

- irritação na pele
- dermatite de contato
- vermelhidão
- ardência
- descamação
- sensibilidade aumentada ao sol
- alteração da barreira da pele
- piora da acne

Crianças e adolescentes podem fazer skincare?



Dermatologistas orientam que crianças e adolescentes foquem na proteção ao sol e nos cuidados básicos com a pele.

Pixel-Shot / stock.adobe.com

A dermatologista ainda explica que não é porque certos produtos não podem ser usados que o **cuidado com a pele** deve ser deixado de lado. Pelo contrário: a atenção à saúde vale para todas as idades. De modo geral, a **proteção contra o sol** é ponto-chave.

Segundo Flavia, para **crianças**, a rotina básica já é suficiente, como:

- limpeza suave do rosto
- hidratação nos dias em que a pele estiver mais ressecada
- proteger do sol, seja com protetor solar, seja escapando dos horários inadequados de exposição

Para **adolescentes**, as recomendações são as mesmas, com o acréscimo da indicação para limpezas adequadas ao tipo de pele. Tratamentos específicos para acne devem ser orientados e realizados apenas quando necessário, como orienta a dermatologista:

— Hoje o tratamento da acne tem um escalonamento. Começamos com algum medicamento e, depois, vamos aumentando conforme a necessidade de cada paciente. Então, o tratamento tem de ser feito sempre por um dermatologista.

LEIA TAMBÉM



Frio aumenta o risco de infarto e AVC? Entenda os sinais de alerta e como prevenir



"É um direito dizer 'não' ao tratamento": nova lei federal dá mais poder aos pacientes

O que explica a obsessão com a pele?

A cosmeticorexia **não deve ser entendida como um diagnóstico.**

Em artigo publicado em 2026 na revista científica *Dermatology and Therapy*, dois pesquisadores italianos explicam que o surgimento desse "fenômeno" e obsessão com a pele está

situado em mudanças do **início do século 21** que "medicalizaram a beleza e amplificaram a exibição da aparência". Procedimentos antes feitos apenas em consultório passaram a integrar o autocuidado do dia a dia.

Ao mesmo tempo, **as mídias sociais e os influenciadores** normalizaram uma constante apresentação de si mesmos, segundo os autores do texto, o psicólogo Alberto Stefana e o dermatologista Giovanni Damiani.

"Dentro desse ambiente, pré-adolescentes e adolescentes estão especialmente expostos: evidências meta-analíticas associam maior uso ou dependência de mídias sociais (ou seja, nomofobia) à maior **comparação social online**, que, por sua vez, se relaciona ao aumento de **preocupações com a imagem corporal, menor autoimagem positiva e comportamentos desordenados** de gerenciamento da aparência", escreveram.

Zero Hora procurou a Associação Brasileira da Indústria de Higiene Pessoal, Perfumaria e Cosméticos **Abihpec** para questionar como a entidade avalia a cosmeticorexia, quais são as regras para identificação de produtos destinados a crianças e adolescentes e se há orientações ao consumidor sobre o uso desses cosméticos. **A associação preferiu não se manifestar.**

Por que a busca por uma "pele perfeita" tão cedo?

Os conteúdos aos quais crianças e adolescentes têm acesso nas redes sociais ajudam a moldar esse cenário. Imagens produzidas com **Inteligência Artificial (IA)** ou fotos com **filtros** dão uma **falsa ideia de perfeição**. Como pontua o psicólogo clínico José Hugo de Siqueira Fernandes, ao se olhar no espelho, a pessoa vê uma imagem que já não parece sufici

A psicanalista Karina Sassi, integrante da Sociedade de Psicologia do Rio Grande do Sul, avalia que esse tipo de "fenômeno" pode ser compreendido a partir de uma articulação entre **construção subjetiva, cultura e normas de gênero**.

— A chamada feminilidade convencional, fortemente organizada em torno da normatividade cis-heterossexual, exige historicamente das meninas uma **atenção maior à aparência**, à legibilidade do corpo e à adequação a determinados **ideais estéticos** — analisa.

Karina acrescenta ainda que a cor de pele não pode ser deixada de lado:

— A pele "perfeita" não é neutra. Historicamente ela vai se organizar também a partir de um ideal de brancura, de uniformidade.

LEIA TAMBÉM



Onde tem emergência em Porto Alegre? Mapa traz endereços de hospitais e prontos atendimentos



“Falta de atenção não é déficit de atenção”, diz neurologista infantil sobre diagnósticos de TDAH

Impactos na saúde mental

A preocupação excessiva com a estética também pode mexer com **saúde mental**. O psicólogo José Hugo, que trabalha com infância e adolescência, esclarece que essa situação pode levar a quadros de depressão, ansiedade, falta de autoconfiança e de autoestima, assim como a transtorno dismórfico corporal

(TDC) – quando a pessoa tem uma visão distorcida da própria imagem corporal.

A psicanalista Karina Sassi ressalta que o fenômeno da **cosmeticorexia** não pode ser analisado sem considerar o **ambiente em que se insere**, marcado por exigência de performance, comparação constante e valorização excessiva da imagem.

Como pais devem lidar com a obsessão por skincare entre crianças e adolescentes?

Uma das dicas da dermatologista Flávia Reginatto é que os pais ou responsáveis **estejam atentos aos conteúdos digitais** consumidos pelas crianças e adolescentes.

— A mensagem transmitida é de que a pele deve ser completamente uniforme, sem poros, sem textura e sem imperfeições, mas sabemos que isso não existe — completa.

Se houver interesse em rotinas de skincare, a orientação é **buscar auxílio de dermatologista ou pediatra**.

Karina Sassi explica que o **comportamento não deve ser proibido ou desqualificado**, mas, sim, compreendido. A ideia é entender o que está por trás dessa preocupação ou obsessão.

— Pode ser mais produtivo abrir um espaço para o diálogo e observar os próprios discursos que circulam no ambiente familiar: aquilo que é dito sobre corpo, aparência, valor, cuidado, sucesso e também os conteúdos e referências que os próprios adultos consomem e reproduzem — afirma.

Como orienta o psicólogo José Hugo, a família deve valorizar a beleza singular da criança ou do adolescente.

— Não nascemos autoconfiantes. **Precisamos, primeiro, de uma referência que nos diga que, sim, somos bons o suficiente e temos capacidade de fazer uma ou outra coisa — reforça.**



GZH Faz Parte Do The Trust Project

SAIBA MAIS

Mais sobre:

crianças

trends

PODE INTERESSAR

Oferecido por Taboola

A falha da memória começa quando os idosos dizem essas 3 frases. (Veja quais)

Vida & Saúde Notícias | Patrocinado

Por que Messi nunca será tão grande quanto Maradona | GZH

Homens com próstata inchada estão começando suas manhãs usando isso.

Revista Próstata | Patrocinado

Leia mais

Tati Machado e Bruno Monteiro anunciam nova gravidez

Próstata inchada: Urologista avisa que esse alimento é o verdadeiro causador.

Revista Próstata | Patrocinado

Leia mais