

Pele de vidro

Manter uma rotina de cuidados com a pele está cada vez mais comum entre os homens, especialmente com a tendência glass skin

POR GIOVANNA KUNZ

Durante muito tempo, o universo dos cuidados com a pele foi associado quase exclusivamente às mulheres. Entre os homens, falar sobre hidratação, protetor solar ou rotina de skincare ainda soava estranho, algo reservado ao campo da vaidade, não da saúde. Essa percepção, no entanto, tem mudado. Movidos pelas redes sociais e pelo desejo de se cuidar sem tabus, cada vez mais homens têm adotado rotinas de cuidado simples e eficazes. E um dos símbolos dessa nova era do autocuidado masculino é a chamada glass skin, ou “pele de vidro”, tendência que valoriza o brilho natural e a textura uniforme da pele.

A dermatologista Nandara Paiva explica que, antes de pensar em estética, é importante entender as características biológicas da pele masculina. “As principais diferenças entre a pele masculina e a feminina estão na estrutura, oleosidade e espessura. A pele do homem é mais espessa, e também tem mais colágeno. Além disso, há uma produção maior de sebo por causa da testosterona, o que a deixa mais oleosa e com tendência a poros dilatados e acne”, afirma.

Segundo a médica, essa diferença hormonal é o principal motivo pelo qual os cuidados devem ser personalizados. “Nas mulheres, a pele costuma ser mais fina e sensível às variações hormonais, à poluição e aos cosméticos. Já os homens precisam de produtos que controlem a oleosidade sem ressecar demais. Por isso, é essencial que a escolha dos cosméticos leve em conta o tipo e a necessidade da pele de cada pessoa.”



O modelo Ebeneze Brown está entre os nomes mais pesquisados quando o assunto é glass skin

Envelhecimento mais lento

A dermatologista Regina Buffman complementa que essa composição mais espessa e oleosa também interfere na forma como a pele masculina envelhece. “A pele dos homens envelhece de maneira mais lenta, justamente porque é mais rica em colágeno. Mas quando os sinais surgem, aparecem de forma mais abrupta. Além disso, a maior produção de sebo pode causar brilho excessivo, acne e poros dilatados, exigindo uma rotina equilibrada que evite tanto a oleosidade quanto o ressecamento”, explica.

Para as especialistas, o segredo está na constância e na simplicidade. “O essencial é manter uma rotina simples, mas constante”, recomenda Regina. “Três passos já fazem grande diferença: limpeza com um sabonete adequado ao tipo de pele, hidratação leve e uso diário de protetor solar. Esses hábitos previnem o envelhecimento precoce, controlam a oleosidade e reduzem irritações causadas pelo barbear. O ideal é escolher produtos com textura fluida ou em gel, que não pesem na pele e sejam de rápida absorção.”

Nandara Paiva reforça a importância de desmistificar o uso de hidratantes entre homens. “Hidratar é essencial, mesmo nas peles oleosas. Quando a gente entrega água, é diferente de entregar óleo. A hidratação ajuda a equilibrar a pele, evitando que ela produza ainda mais sebo para compensar o ressecamento”, explica. Segundo ela, a rotina básica deve incluir limpeza duas vezes ao dia, hidratação e proteção solar.

O barbear é outro ponto de atenção. A prática, tão rotineira para muitos homens, pode ser uma das principais causas de irritação e inflamação. “O atrito da lâmina

remove parte da camada protetora da pele, o que pode causar irritação, foliculite e pelos encravados”, alerta Regina. “O ideal é preparar a pele antes, lavando o rosto com água morna e usando um creme ou espuma de barbear que facilite o deslize da lâmina. Após o barbear, é importante aplicar um hidratante calmante ou pós-barba sem álcool, preferencialmente com ativos como aloe vera ou pantenol, para restaurar a barreira cutânea.”

Homens negros

Mais recentemente, o termo glass skin ganhou força nas redes sociais, impulsionado por influenciadores e criadores de conteúdo que compartilham suas rotinas de skincare. A expressão, popularizada inicialmente na Coreia do Sul, descreve uma pele viçosa, uniforme e com brilho natural, como se fosse feita de vidro. Atualmente, o conceito está em alta entre os homens negros, que compartilham vídeos com os cuidados diários que eles têm com a pele.

Para Nandara, o impacto da glass skin entre homens negros ultrapassa o campo estético. “A glass skin é tipo uma pele de vidro, uma pele bonita, com textura uniforme. Acho que fez tanto sucesso nas redes porque é mais do que uma questão estética, é uma questão de autoestima. É um movimento de empoderamento masculino, que agora vem com muito mais força. Os homens estão se orgulhando da pele deles, especialmente depois desse movimento de autoaceitação e orgulho racial. Esse brilho é justamente um sinônimo do que os negros são: potência, vitalidade, beleza.”