

Cuidado com falsas promessas

Estudo brasileiro constata que 95% das publicações sobre produtos de beleza sul-coreanos em rede social contêm alegações improcedentes. Dermatologistas alertam que misturar substâncias pode causar lesões na pele

» PALOMA OLIVETO

Fenômeno nas redes sociais, vídeos sobre os cosméticos sul-coreanos e a cobijada “pele de vidro” — cútis clara, lisa e muito hidratada — alcançam milhões de usuários, inclusive no Brasil, onde a participação dos produtos de beleza do país asiático saltou de 0,5% em 2023 para mais de 7% até maio deste ano. O problema é que, segundo um estudo apresentado no Congresso da Academia Europeia de Dermatologia e Venereologia (EADV) em Viena, na Áustria, 95% dos posts no TikTok sobre a rotina do chamado K-beauty têm pelo menos uma alegação falsa.

Além disso, o trabalho alerta para a falta de informações básicas de segurança nesses vídeos, destaca a autora principal, Maria Lúcia Paysano, médica residente em dermatologia no Instituto de Dermatologia Professor Rubem David Azuly, da Santa Casa de Misericórdia do Rio de Janeiro. No mesmo congresso médico, a dermatologista Ouissal Horni, do Hospital Universitário Mohammed VI, no Marrocos, apresentou um trabalho sobre as complicações dermatológicas de produtos virais nas redes sociais.

O problema não são os produtos de beleza sul-coreanos, mas as alegações falsas e equivocadas dessas postagens, feitas, na maioria das vezes, por leigos, mostram os dois estudos. Na pesquisa brasileira, a equipe de Paysano analisou vídeos relacionados às rotinas populares de cuidados com a pele no universo K-beauty, publicados em maio de 2026. Utilizando uma conta neutra, sem histórico de engajamento prévio para minimizar a interferência do algoritmo, os autores selecionaram as publicações mais populares em cinco termos de busca relacionados a esses cosméticos.

Segurança

Após as exclusões, 38 vídeos foram analisados quanto às alegações dermatológicas, informações de segurança, qualidade e confiabilidade, utilizando duas ferramentas de avaliação. Quase 95% das publicações continham pelo menos uma afirmação enganosa, enquanto 84% não levavam em consideração os diferentes tipos de pele, 45% promoviam combinações excessivas de ingredientes ativos sem as devidas orientações de segurança e 32% prometiam resultados instantâneos.

“O que mais nos surpreendeu foi a ausência constante de informações básicas de segurança”, observa Maria Lúcia Paysano. “Apenas um dos 38 vídeos mencionou o risco de irritação, apenas dois abordaram a proteção solar, nenhum mencionou o risco de dermatite de contato e nenhum recomendou consultar um dermatologista.”

Todos os vídeos foram classificados como não confiáveis ou pouco confiáveis, e nenhum citou uma fonte ou referência externa. Quase 82% foram criados por influenciadores não médicos, 11% por marcas de beleza e 8% por outros criadores de conteúdo de beleza; nenhum foi produzido por dermatologistas. “Nossos resultados mostram uma clara discrepância entre a popularidade desse conteúdo e a qualidade das informações fornecidas”, diz Paysano. “Seguir essas rotinas

Palavra de especialista

Tratamento individualizado

Os cosméticos coreanos têm tecnologia, pesquisa e ingredientes muito interessantes. O problema não está na origem dos produtos, mas na ideia de que existe uma rotina universal capaz de funcionar para todas as pessoas. A pele é um órgão vivo e precisa ser tratada de forma individualizada. Vejo pacientes que utilizam diversos ativos ao mesmo tempo porque acreditam que isso vai acelerar os resultados. Na prática, o excesso pode causar irritação, sensibilização, descamação e até piorar quadros como acne e rosácea. Em dermatologia, muitas vezes, menos é mais. As tendências podem ser uma porta de entrada para o autocuidado, mas não substituem o conhecimento científico. O objetivo não deve ser reproduzir uma rotina que viralizou na internet, e sim construir

Arquivo pessoal



um tratamento compatível com a realidade da sua pele.

Carla Vidal, médica dermatologista em São Paulo (SP)

Duas perguntas para

TAINAH DE ALMEIDA, DERMATOLOGISTA DA CLÍNICA INOVADERM (DF)

O que explica a febre de produtos de beleza coreanos?

A Coreia do Sul se tornou uma grande referência mundial em tecnologia, beleza e cuidados com a pele, tanto pela capacidade de inovação da indústria cosmética quanto pela própria cultura de prevenção e cuidado contínuo. O K-Beauty ajudou a popularizar conceitos muito interessantes na rotina de pele, como uma limpeza mais gentil, hidratação em diferentes texturas e múltiplas etapas, o cuidado com a barreira cutânea e, claro, a fotoproteção rigorosa. Além disso, existe um investimento muito grande em tecnologia de formulação, sensorial dos produtos e novos ingredientes, o que torna esses cosméticos bastante atraentes para o consumidor. E as redes sociais potencializaram ainda mais esse fenômeno. Conceitos como o chamado glass skin, ou “pele de vidro”, são extremamente visuais e funcionam muito bem em plataformas como TikTok e Instagram. O problema começa quando uma filosofia de cuidado é transformada em uma espécie de receita: “Use todos esses 10 produtos coreanos e você terá esta pele”. Nem todo produto coreano é necessariamente

melhor simplesmente por ser coreano, assim como nem todo ingrediente que viraliza possui o mesmo nível de evidência científica de ativos já consagrados e bem estudados. Existem ativos utilizados no K-Beauty com dados científicos robustos, enquanto outros mais novos ainda têm evidências limitadas. Portanto, é importante separar o que é marketing e tendência passageira do que já é consolidado.

Quais problemas a combinação excessiva de ingredientes ativos pode acarretar para a pele?

Esse talvez seja um dos maiores problemas das rotinas copiadas das redes sociais. Hoje temos acesso muito fácil a retinoides, diferentes tipos de ácidos, vitamina C, niacinamida, esfoliantes e diversos outros ativos. Isoladamente, muitos deles podem ser excelentes. O problema é acreditar que usar todos ao mesmo tempo fará ainda melhor. Na prática, acontece o contrário: quando associamos vários produtos potencialmente irritantes ou aumentamos a frequência de uso, podemos ultrapassar a tolerância da pele. Isso pode causar ardência, vermelhidão, descamação,

sem orientação individualizada pode contribuir para irritação, esfoliação excessiva, surtos de acne ou ruptura da barreira cutânea, principalmente quando vários ingredientes ativos são combinados.”

A dermatologista Letícia Aguiar, de Londrina (PR), conta que ingredientes como PDRN (polidesoxirribonucleotídeo) e

exossomos, originalmente utilizados em procedimentos estéticos injetáveis, passaram a aparecer, também, em cosméticos de prateleira e afirma que o uso exige avaliação individual. “Alguns desses ingredientes têm respaldo científico interessante, mas isso não significa que servem para todo mundo, na mesma concentração e da mesma forma. O

Shopkit/Divulgação



O problema não está nos produtos sul-coreanos — muitos deles validados por estudos científicos —, mas nas recomendações feitas em redes sociais por pessoas não especializadas

Hay Torres/Divulgação



sensibilidade, ressecamento e comprometimento da barreira cutânea. E a inflamação decorrente desse excesso pode acabar piorando doenças, como acne e rosácea, e causando e manchas. O estudo chama atenção justamente para isso: o problema não é o K-Beauty. Muitos dos seus princípios (como cuidado com a barreira, hidratação, prevenção e fotoproteção) são extremamente interessantes. O risco aparece quando esses conceitos são transformados pelas redes sociais em fórmulas universais, com excesso de produtos, promessas imediatas e pouca preocupação com segurança e individualização.(PO)

consumidor está aderindo à tendência baseado em vídeo de rede social, sem entender que cada pele responde de um jeito diferente”, alerta.

Lesões

Em um estudo separado, a médica

marroquina Ouissal Horni destacou os riscos de se seguirem as tendências virais sem avaliação prévia. A pesquisa, observacional, foi realizada com 94 pacientes que desenvolveram uma condição de pele nova ou tiveram piora em lesões preexistentes após o uso de produtos cosméticos/dermatológicos da K-beauty promovidos nas redes sociais.

Os esfoliantes químicos contendo alfa-hidroxiácidos (AHAs) ou beta-hidroxiácidos (BHAs) foram os produtos mais frequentemente relatados pelas participantes (34% dos casos), seguidos por retinoides de venda livre (27%), séruns de vitamina C (14%) e cosméticos contendo niacinamida (11%). Quase metade (48%) dos pacientes adotou rotinas completas de cuidados com a pele diretamente inspiradas em conteúdo de mídias sociais, enquanto 63% estavam usando simultaneamente mais de três ingredientes ativos para cuidados com a pele.

“O que foi particularmente impressionante não foi simplesmente a popularidade desses produtos, mas como estavam sendo usados”, comentou, em nota, Ouissal Horni. “Muitos pacientes estavam reproduzindo rotinas complexas de cuidados com a pele, envolvendo vários ingredientes ativos simultaneamente, frequentemente baseadas em conselhos de influenciadores sem formação médica.”

As reações variaram desde dermatite de contato irritativa (42%) e início ou agravamento significativo da acne (28%) até surtos de rosácea ou dermatite semelhante à rosácea (12%), hiperpigmentação pós-inflamatória (11%) e queimaduras químicas superficiais (7%). “A combinação de vários ingredientes ativos pode sobrecarregar a barreira cutânea, já que alguns apresentam efeitos irritantes sobrepostos”, afirmou Horni. “Nossa mensagem é simples: ‘Viral’ não significa necessariamente seguro, validado ou adequado para todos.”

MUDANÇAS CLIMÁTICAS

El Niño ameaça milhões de crianças

Milhões de crianças e adolescentes enfrentam riscos à saúde devido ao El Niño na América Latina, alertou o Fundo das Nações Unidas para a Infância (Unicef), em um relatório. O documento calcula que 25,8 milhões de meninos e meninas no continente estão vulneráveis devido à

seca ou à chuva excessiva associadas ao fenômeno, que caminha para se tornar o mais intenso já registrado. O impacto mais severo está previsto para acontecer entre outubro e dezembro.

“Os efeitos são cada vez mais visíveis e severos e ameaçam empurrar os pequenos

para situações de maior vulnerabilidade, além de aprofundar as desigualdades”, disse Roberto Benes, diretor regional do Unicef para a América Latina e o Caribe. O relatório cita insegurança alimentar com risco de desnutrição, maior ocorrência de incêndios e isolamento em comunidades

ribeirinhas e mais dificuldade de acesso à água, entre os desafios que as crianças enfrentam no continente latino.

Furacões

Segundo Benes, a temporada de furacões também está sendo influenciada pelo fenômeno. “Uma única tempestade de grande magnitude pode causar destruição generalizada e alterar a vida de

centenas de milhares de crianças”, afirmou. O oficial do Unicef pediu o reforço da preparação, proteção dos serviços essenciais e garantia de que as crianças recebam o apoio necessário.

Em um comunicado, o organismo informou que solicitou US\$ 53,8 milhões (R\$ 279 milhões) para responder às emergências causadas pelo El Niño na América Latina. Porém, até 30 de junho, arrecadou apenas metade do valor.