UM GUIA DAS MÁSCARAS FACIAIS



De tecido, em gel ou minerais: saiba escolher a máscara ideal para o seu rosto e aprenda os cuidados essenciais de aplicação recomendados por dermatologistas

POR ANA MILETTI*

Nos rituais modernos de autocuidado, que se tornaram quase obrigatórios na rotina, as máscaras e argilas faciais ganharam um espaço de destaque. A união entre ingredientes naturais e inovações da cosmetologia promove muito mais do que um simples momento de relaxamento: oferece tratamentos intensivos e direcionados para cada tipo de pele e necessidade.

Esse boom do autocuidado ganhou ainda mais força nas redes sociais, onde o visual marcante das máscaras e o efeito instantâneo das argilas conquistaram os feeds do Instagram e do TikTok. Criadores de conteúdo compartilham transformações visuais em vídeos curtos, tornando o momento de aplicação um verdadeiro espetáculo estético.

Apesar de frequentemente compartilharem o mesmo espaço na prateleira e no feed, as máscaras de tecido (sheet masks), as argilas e as fórmulas em gel cumprem papéis profundamente distintos na rotina de skin care. "Máscara facial é uma forma de apresentar um cosmético: as hidratantes, esfoliantes e absorventes, com mecanismos diferentes", explica a dermatologista Luanna Portela.

"Nas argilas, predomina a adsorção, isto é, a retenção de substâncias na superfície das partículas minerais. Isso ajuda a remover parte do sebo e de resíduos superficiais, reduzindo o brilho e deixando uma sensação de limpeza. O efeito depende da área superficial das partículas, da mineralogia e da concentração utilizada", detalha Luanna. Ela reforça que, como a ação da argila em si é predominantemente superficial, não há evidências clínicas robustas que comprovem desintoxicação profunda, estimulação de colágeno de forma relevante ou tratamento da flacidez.

Já as máscaras de tecido, embebidas em séruns concentrados, agem por oclusão: o tecido cria uma barreira física que impede a evaporação rápida dos ativos, garantindo hidratação e luminosidade instantânea ideal para dias de pele cansada. Por fim, as máscaras em gel trazem uma textura leve, refrescante e de rápida absorção, perfeitas para acalmar a pele sensibilizada pelo Sol ou por ácidos, repor a água sem pesar e devolver o viço natural sem adicionar oleosidade.

"Isso não significa que toda máscara tenha apenas efeito momentâneo: ativos associados podem trazer benefícios com o uso repetido. Entretanto, as máscaras são complementares e não substituem o tratamento de acne ou outras doenças da pele", observa a dermatologista.

Samara Kouzak, também médica dermatologista, alerta, porém, que o uso excessivo de máscaras, principalmente as absorventes ou esfoliantes, pode provocar ressecamento, irritação e comprometimento da barreira cutânea. "Para as máscaras de argila, recomendo, em geral, uma frequência de uma vez por semana, pois isso costuma ser suficiente e há boa tolerância. Em algumas peles mais oleosas, pode-se considerar até duas aplicações semanais, desde que não haja sinais de irritação", ensina. As máscaras hidratantes podem ser utilizadas com maior frequência, dependendo da formulação e da necessidade individual, embora a aplicação diária, geralmente, não seja necessária.

Uma função para cada argila

Nesse sentido, cada composto carrega benefícios diferentes. Por exemplo, as argilas são constituídas por minerais específicos. A branca destaca-se por ser, frequentemente, rica em caulinita e com baixa presença de pigmentos de ferro. Fórmulas à base de caulim podem oferecer uma limpeza mais suave. Em contrapartida, a argila verde é uma das favoritas para a pele oleosa e acneica por conter ilita, esmectitas e cloritas — composições que têm capacidade de adsorção e podem ser úteis para a oleosidade —, mas que também podem causar ressecamento.