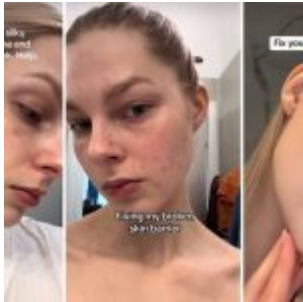


Tendência coreana de ‘pele de vidro’ apresenta riscos, dizem especialistas

Category: GERAL,MUNDO

escrito por Maria Luiza | 9 de outubro de 2026



Greta Costioli já foi conhecida como a "garota da pele de vidro" no TikTok. Seguindo a tendência de beleza coreana, Costioli aplicava várias camadas de produtos tônicos, sérums, essências e hidratantes, em busca de uma pele extremamente viçosa.

Costioli, de 29 anos, disse que desde a adolescência aplicava hidratante extra por causa de sua pele naturalmente seca. Quando a tendência da "pele de vidro" se popularizou nas redes sociais, ela aderiu completamente, chegando a experimentar um método que exigia sete camadas diferentes de tônico hidratante.

Pode parecer exagerado, mas esse tipo de rotina elaborada de cuidados com a pele tem se tornado cada vez mais popular no TikTok e no Instagram, onde influenciadoras de beleza frequentemente se filmam usando produtos para alcançar a pele brilhante, quase refletora, conhecida como "pele de vidro". Celebridades como Kylie Jenner e Hailey Bieber amplificaram a tendência, publicando seus rituais que resultaram em uma pele viçosa semelhante.

A tendência da pele de vidro tem suas raízes na cultura de beleza sul-coreana, onde o termo é usado para descrever uma

tez excepcionalmente lisa e sem poros visíveis. A expressão parece ter surgido no início e meados da década de 2010 e teve um grande aumento de popularidade no final de 2025 e início de 2026, de acordo com o Google Trends . Quem segue as rotinas complexas afirma que sua pele se beneficia das camadas de hidratação, e os espectadores ficam fascinados pelos vídeos com efeito ASMR, nos quais influenciadoras tocam seus rostos com os dedos e ferramentas de beleza para alcançar a pele perfeita.

De acordo com a Academia Americana de Dermatologia, certos aspectos da rotina para uma pele perfeita, como hidratação e uso de protetor solar, são passos positivos para uma pele saudável. No entanto, o uso excessivo de produtos pode causar problemas como poros obstruídos, irritação e acne, segundo a associação.

Devido à crescente popularidade dessa tendência, dermatologistas alertam que a aparência de pele de vidro pode ser irrealista e que as rotinas de cuidados com a pele por trás dela não são adequadas para todos os tipos de pele.

Especialistas também apontam que muitos dos vídeos contêm conselhos de influenciadores sem formação médica, resultando na falta de informações básicas de segurança. Uma nova pesquisa apresentada em 29 de setembro no Congresso da Academia Europeia de Dermatologia e Venereologia (EADV) de 2026 constatou que quase 95% dos vídeos mais virais sobre essa tendência continham afirmações enganosas.

“Esperávamos encontrar algumas lacunas na qualidade das informações, mas fiquei surpresa com a consistência delas”, disse a Dra. Maria Lúcia Paysano, coautora principal do estudo e residente em dermatologia no Instituto de Dermatologia Professor Rubem David Azulay, no Brasil, em um e-mail.

Os autores do estudo analisaram os vídeos mais populares em cinco termos de busca relacionados a cuidados com a pele na

Coreia. Após as exclusões, 38 vídeos foram avaliados quanto às alegações dermatológicas e informações de segurança usando a Escala Global de Qualidade e o DISCERN modificado, uma ferramenta utilizada para avaliar a qualidade e a confiabilidade das informações de saúde.

Dos 38 vídeos analisados, apenas um mencionou o risco de irritação, dois abordaram a proteção solar e nenhum mencionou o risco de dermatite de contato ou recomendou a consulta a um dermatologista, segundo o estudo. Cerca de 45% recomendaram a combinação de vários ingredientes ativos sem orientações de segurança, e 32% prometeram resultados imediatos. No geral, nenhum dos vídeos foi produzido por dermatologistas, de acordo com o estudo.

“Podem surgir problemas quando rotinas complexas e padronizadas incentivam o uso de múltiplos ingredientes ativos sem considerar o tipo de pele individual, a tolerância ou o risco de irritação. Uma rotina de cuidados com a pele deve priorizar a saúde da pele e a função de barreira, em vez de simplesmente tentar reproduzir uma aparência viral”, disse Paysano.

Resumindo, é possível exagerar. Para Costioli, que compartilha sua jornada de cuidados com a pele nas redes sociais, sua rotina para uma pele de vidro funcionou bem inicialmente, mas logo ela começou a ter reações adversas.

“No começo, minha pele adorou, porque tenho pele seca e ela absorve muito bem os produtos de cuidados com a pele. Recebi muitos elogios, tanto online quanto offline, sobre como minha pele estava bonita”, disse Costioli em um e-mail. “No entanto, eu acabava comprometendo minha barreira cutânea com frequência, simplesmente porque estava usando produtos demais.”

Para ela, uma barreira cutânea rompida se manifestava como pequenas protuberâncias vermelhas no rosto, que duravam alguns

dias. Mas, se ela continuasse com a rotina extensa de cuidados com a pele, as protuberâncias se tornariam mais agressivas. “Não era algo que eu pudesse manter, então tive que reduzir as etapas da minha rotina de cuidados com a pele”, disse ela.

Especialistas concordam que os cuidados com a pele coreanos não são o problema. A preocupação é que as redes sociais possam transformar práticas simples de cuidados com a pele em rotinas complexas e da moda, que podem não ser seguras para todos.

“A prova está no pudim: nenhum desses vídeos foi criado por dermatologistas, então não deveria ser surpresa que omissões e desinformação ocorram”, disse a Dra. Mona Gohara, dermatologista certificada e professora clínica do departamento de dermatologia da Escola de Medicina de Yale, em um e-mail. Gohara, que não participou do novo estudo, acrescentou que muitas tendências de cuidados com a pele, não apenas a pele de vidro, têm dado voz a pessoas sem formação médica.

Além disso, alcançar uma pele sem poros não é possível, pois os poros são genéticos e não respondem à aplicação de várias camadas de produtos, afirmou a Dra. Jane Yoo, dermatologista certificada e cirurgiã de Mohs, com sede na cidade de Nova York.

“Quando os pacientes tentam atingir esse objetivo, podem estar, inadvertidamente, interrompendo o ciclo da pele, já que os sinais fisiológicos de esfoliação são removidos”, disse Yoo, que é professor clínico assistente na Escola de Medicina Icahn do Mount Sinai. Yoo também não participou do estudo.

Entre os problemas de pele comuns que ela observa em seus pacientes que utilizaram produtos em excesso, estão a dermatite de contato, a rosácea e o surgimento de acne.

Pele repuxada, com coceira, sensível, inflamada, descamando ou escamosa, e vermelha ou mais escura são todos sinais de que a

barreira cutânea pode estar danificada, acrescentou Gohara. Para ajudar a pele a se recuperar, ela recomenda suspender o uso de esfoliantes, ácidos esfoliantes e retinoides, e optar por limpar a pele com um sabonete suave, de pH neutro e sem sabão, e água morna. Ela acrescentou que cremes reparadores da barreira cutânea podem ajudar, e que é importante continuar aplicando protetor solar durante o dia.

“É ótimo que os pacientes sejam instruídos sobre seus cuidados com a pele, mas não existe uma abordagem única que sirva para todos. É preciso conhecer o seu tipo de pele e consultar um dermatologista para verificar se esses produtos são adequados para você”, acrescentou Yoo.

A boa notícia é que “você pode conquistar o brilho desejado enquanto cuida da pele por baixo dele”, disse Gohara. Ela recomenda hidratar a pele com frequência, especialmente porque ela tende a ficar mais seca com a idade e as alterações hormonais. Para intensificar esse aspecto viçoso, aplique os produtos em camadas, do mais leve ao mais denso: um sérum hidratante leve e concentrado com ácido hialurônico, seguido por um hidratante e, por fim, um creme reparador da barreira cutânea.

Yoo, uma dermatologista coreano-americana, costuma dizer aos seus pacientes que eles não precisam de uma rotina complexa para a pele. Ela geralmente recomenda uma abordagem de quatro etapas, incluindo um limpador simples, um ativo, como retinol, ácido salicílico ou vitamina C, um hidratante e protetor solar.

“O segredo é conhecer a sua pele e saber o que ela tolera”, disse Gohara. “Adicione um produto de cada vez, comece devagar e use protetor solar de amplo espectro com FPS 30 ou superior todos os dias. Os danos causados pelo sol são um dos maiores inimigos da vitalidade da pele, juntamente com o estresse, a poluição, o tabagismo, a falta de sono e, sim, o açúcar.”

Fonte: cnnbrasil e Publicado Por: Jornal Folha do Progresso
09/10/2026/07:18:23

O formato de distribuição de notícias do [Jornal Folha do Progresso](#) pelo celular mudou. A partir de agora, as notícias chegarão diretamente pelo formato Comunidades, ou pelo canal uma das inovações lançadas pelo WhatsApp. Não é preciso ser assinante para receber o serviço. Assim, o internauta pode ter, na palma da mão, matérias verificadas e com credibilidade. Para passar a [receber as notícias](#) do Jornal Folha do Progresso, clique nos links abaixo siga nossas redes sociais:

- [Clique aqui e nos siga no X](#)
- [Clica aqui e siga nosso Instagram](#)
- [Clique aqui e siga nossa página no Facebook](#)
- [Clique aqui e acesse o nosso canal no WhatsApp](#)
- [Clique aqui e acesse a comunidade do Jornal Folha do Progresso](#)

Apenas os administradores do grupo poderão mandar mensagens e saber quem são os integrantes da comunidade. Dessa forma, evitamos qualquer tipo de interação indevida. Sugestão de pauta enviar no e-mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com.

Envie vídeos, fotos e sugestões de pauta para a redação do JFP (JORNAL FOLHA DO PROGRESSO) Telefones: WhatsApp [\(93\) 98404 6835](#)– (93) 98117 7649.

“Informação publicada é informação pública. Porém, para chegar até você, um grupo de pessoas trabalhou para isso. Seja ético. Copiou? Informe a fonte.”

**Publicado por Jornal Folha do Progresso, Fone para contato 93 981177649 (Tim) WhatsApp: [-93- 984046835](#) (Claro)
- Site: www.folhadoprogresso.com.br e -**

mail: folhadoprogresso.jornal@gmail.com/ou
adeciopiran.blog@gmail.com

e-mail:

[Bitcoin em reais: o que o preço atual revela sobre o momento do mercado](#)