

## Tomar banho muito quente faz mal para a pele?

O dermatologista **Claudio Wulkan**, da Sociedade Brasileira e Americana de Dermatologia e do Hospital Israelita Albert Einstein, responde

Por [Catherine Barros](#)

17 abr 2017, 18h06 - Atualizado em 17 abr 2017, 18h07



(Divulgação/Divulgação)

Nós, brasileiros, temos o hábito de tomar vários banhos ao dia e, principalmente, longos e quentes. Mas, atenção: a água em alta temperatura pode fazer mal, sim. “Ela remove o manto lipídico, camada que protege e hidrata a superfície da pele”, explica o dermatologista **Claudio Wulkan**, da Sociedade Brasileira e Americana de Dermatologia e do Hospital Israelita Albert Einstein.

O uso de buchas, segundo ele, pode agravar ainda mais a situação. Elas removem as células mortas, mas também gordura e a hidratação natural. Como consequência disso, a pele tende a ficar seca e com coceiras. Isso pode facilitar o surgimento de infecções cutâneas e alergias.

**Wulkan** dá algumas dicas para evitar o problema. “Somente as partes íntimas devem ser lavadas com sabonete. E se for usar bucha, opte pelas macias”, diz ele.

Outras recomendações da Organização Mundial de Saúde para o assunto são: tomar banhos rápidos, e só uma vez por dia; e trocar o sabonete em barra pelo líquido.

Fonte: [http://vejasp.abril.com.br/blog/saude/tomar-banho-muito-quente-faz-mal-para-a-pele/?utm\\_source=redesabril\\_vejasp&utm\\_medium=facebook&utm\\_campaign=vejasp&utm\\_content=banhos](http://vejasp.abril.com.br/blog/saude/tomar-banho-muito-quente-faz-mal-para-a-pele/?utm_source=redesabril_vejasp&utm_medium=facebook&utm_campaign=vejasp&utm_content=banhos)