



Vida
Sana



Compartir en
Familia

Redacción

Desodorante, afeitado, depilación? ¿cuándo deben empezar con estas rutinas?

La pubertad es una etapa del desarrollo humano en la que se producen una serie de cambios físicos y psicológicos que debemos de ayudarles a gestionar. Es la primera fase de la adolescencia y el paso de la infancia a la edad adulta, por lo que sucede entre los 10 y los 15 años.

En esta etapa, por lo tanto, a las chicas y chicos les empieza a salir vello en distintas partes del cuerpo, y se empiezan a producir importantes cambios físicos. A las chicas les

crecen los pechos, se les redondean las caderas y les llega la primera menstruación; mientras que a los chicos se les ensancha la espalda y les cambia la voz.

Todas estas modificaciones hacen que, entre otras cosas, las chicas, y cada vez con mayor frecuencia también los chicos, quieran empezar a depilarse, ya que el vello de todo el cuerpo se vuelve más abundante, incluida la zona superior del labio y las piernas. Ni depilarse ni afeitarse es algo necesario, sino que responde más bien a los dictados de la moda y la sociedad, pero lo normal es que cuando notes que a tu hija o a tu hijo se le oscurece la zona superior del labio le indiques que ha llegado la hora de depilarse o afeitarse.

Este momento puede llegar antes o después en cada chico o chica ya que no todos tienen el mismo desarrollo y a unos puede salirles el vello con 10 años y otros no tener nada de pelo hasta los 15. Como la imagen corporal es muy importante a esta edad y los amigos tienen una gran influencia en la vida de los adolescentes, es conveniente que estés pendiente de cuándo ha llegado ese momento para tu hijo o hija.

Para los chicos es más sencillo en cuanto a que una cuchilla es suficiente para rasurarse el vello del rostro. Cómprale una adecuada e indícale cómo quitarse el vello sin hacerse daño.

Las chicas, en cambio, tienen muchas más zonas que depilarse y más opciones: cera fría y caliente, cuchilla, crema, máquinas eléctricas, láser? Esto último no es conveniente tan pronto ya que es mejor esperar a que acabe la adolescencia, los cambios hormonales y crezca todo el vello.

En cuanto a los cambios de higiene, cuando los niños son pequeños, las glándulas apocrinas (las que se encuentran en las axilas y la ingle) no producen sudor. Pero con los cambios hormonales de la adolescencia estas glándulas entran en funcionamiento y las bacterias que están en la piel de la zona empiezan a descomponer el sudor, momento en el que pueden aparecer los malos olores y, por lo tanto, se recomienda empezar a usar desodorante.

Los más adecuados son con pH neutro e hipoalergénico. Es importante que se lave bien antes de ponérselo y que se cambie de ropa a menudo.

EXPERTO:
Compartir en Familia
Redacción

Compartir en Familia es una web divulgativa dirigida a los padres y madres. Un proyecto que te ayudará a saber más sobre la educación de tus hijos.

