

Conchita Sisí, directora de Salud en Mente, analiza

¿Cómo afecta el fenómeno “Sephora Kids” al bienestar psicológico de las menores?

- La sobreexposición a redes sociales está creando ideales de belleza en niñas pequeñas que las mueve a seguir rutinas de *skincare* y maquillaje poco apropiadas para su edad
- Estos ideales de belleza tienen un impacto significativo en su imagen, distorsionándola y afectando a su autoestima
- La autoaceptación, trabajar la autoestima y reeducar sobre el uso de redes sociales son aspectos necesarios para que las niñas menores de edad no caigan en estos movimientos

Madrid, 5 de abril de 2024.- En los últimos meses, ha salido a la luz un fenómeno entre niñas de menos de 12 años, que las ha convertido en adictas consumidoras de productos de cuidado facial, maquillaje y belleza.

Grandes empresas farmacéuticas de otros países europeos, como Suecia, ya están poniendo restricciones de edad para la venta de sus productos para intentar controlar estos movimientos y evitar el uso prematuro de este tipo de cosméticos.

La psicóloga Conchita Sisí, directora de la clínica [Salud en Mente](#), ofrece un análisis sobre los peligros que esta moda puede ocasionar en el bienestar emocional de las niñas, y que puede llegar a afectar a su autopercepción. Además, ofrece una serie de consejos para afrontar este problema.

- **Sobreexposición a redes sociales y a ideales de belleza inalcanzables:** Según Conchita Sisí, el principal problema es el nivel alarmante de sobreexposición a ideales de belleza al que se enfrentan las niñas.
- **Distorsión de sí mismas:** Esto conlleva, a su vez, un impacto significativo -y no siempre positivo- en su autoimagen, generando una distorsión en la percepción que tienen de sus propios cuerpos.
- **Necesidad de un perfeccionismo inalcanzable:** La necesidad, cada vez mayor, de perfeccionismo, baja autoestima y una alarmante y creciente necesidad de

consumo relacionada con la búsqueda de esos estándares que, en la mayoría de las ocasiones, son inalcanzables, sobre todo teniendo en cuenta su edad.

¿Cómo se debe afrontar esta situación?

Para abordar este tema, que está teniendo cada vez más repercusión y mayor preocupación, desde Clínica Salud en Mente “aconsejamos trabajar la autoaceptación, la autoconfianza y la autoestima desde una edad temprana en el núcleo familiar, pidiendo ayuda y asesoramiento a profesionales”, comenta Sisí.

¿Prohibir o reeducar?

En un principio, la reducción o la paralización de la actividad en redes sociales por su supuesta influencia negativa podría parecer una solución obvia. Sin embargo, en un trabajo continuo con los padres, la solución debería ir dirigida a la reorientación de su uso. Es decir, la atención cuidadosa y el control parental de forma positiva sobre el uso de las redes sociales. Además, conviene visibilizar las cuentas o perfiles que promueven el movimiento "body positive" y muestran rutinas de cuidado corporal acorde con las edades de las espectadoras.

Sobre Conchita Sisí y Clínica Salud en Mente

[Conchita Sisí Martín](#) es psicóloga, especializada en psicología infantil y del adulto joven, residente en Madrid. Cuenta con gran preparación profesional en el ámbito de la psicología, incluyendo su Grado en Psicología Clínica, un Máster en Psicología General Sanitaria, varios cursos de manejo del estrés, así como de técnicas de intervención, y un Doctorado en Ciencias de la Salud, entre otros.

Aunque está preparada para atender en diversos campos de la salud mental, Conchita es experta en tratar trastornos de ansiedad, trastornos del estado de ánimo y estrés, en niños y adultos jóvenes.

Con el fin de crear un entorno de seguridad y confianza para el paciente, puso en marcha su Clínica Salud en Mente, ofreciendo consultas tanto presenciales como online.

Para más información:

Actitud de Comunicación:

Mirella Palafox: mirella.palafox@actitud.es

Tel.: 91 302 28 60