

Fecha: 28-03-2026
Medio: La Tercera
Supl.: La Tercera
Tipo: Noticia general
Título: ¿Hay diferencias entre la piel de un hombre y una mujer?

Pág.: 29
Cm2: 830,0
VPE: \$ 8.257.716

Tiraje: 78.224
Lectoría: 253.149
Favorabilidad: ☐ No Definida



PIEL MÁS GRASA Y BRILLANTE

La piel de los hombres tiene más glándulas sebáceas y, por lo tanto, más poros que las mujeres, y en ambos casos son mayores en ellos que en ellas.

La producción de sebo también duplica a la de las mujeres, de manera que la piel masculina tiene un aspecto más grasoso y brillante que la femenina, con propensión a la formación de impurezas y una mayor probabilidad de generar acné.

Sin embargo, Francisco Chávez, aclara que el sebo no es lo mismo que la grasa. "El material sebáceo lo producen las glándulas sebáceas. Se trata de una secreción que, entre otras cosas, incluye algunos derivados de lípidos, pero también tienen algunas células de descamación, incluso ciertas bacterias", dice el dermatólogo.

【 BIOLOGÍA DERMATOLÓGICA 】

¿Hay diferencias entre la piel de un hombre y una mujer?

Un dermatólogo explica qué tan distinta puede ser la piel según el género de cada persona y si deben cuidarse de maneras diferentes de acuerdo a su sexo. **Por: Cristóbal Bley**

Desde el punto de vista biológico, la primera gran diferencia entre las pieles de un hombre y una mujer es que la masculina tiende a ser más gruesa que la femenina.

Ello se debe principalmente a una mayor densidad de colágeno y elastina, proteínas que proporcionan soporte estructural y elasticidad a la piel.

Debido a esto, la piel masculina es alrededor de un 20% más gruesa

que la femenina, lo que además le da un aspecto más compacto y firme.

Es la razón por la que es menos propensa a desarrollar arrugas prematuras y podría, en general, tener una apariencia más firme.

Al microscopio, explica Francisco Chávez, dermatólogo y académico de la Facultad de Medicina de la Universidad San Sebastián, las características de la piel en

hombres y mujeres son similares. "Sin embargo, la capa superficial de la piel, la epidermis, se ha descrito un poco más gruesa en hombres que en mujeres. Debido a la testosterona, además, la piel masculina tiene mayor producción de material sebáceo", dice.

Aparte de tener una estructura más fina, la piel de las mujeres posee una distribución más uniforme de la grasa subcutánea, volviéndola menos sebosa pero más propensa a la deshidratación como también a desarrollar más arrugas finas a lo largo del tiempo.

de mujeres debe ser igual: esto es, incluir una limpieza facial nocturna e, idealmente, utilizar alguna crema hidratante en las noches, que puede ir cambiando en su composición dependiendo de la edad de la persona". Señala que no es lo mismo una crema hidratante para una persona de 20 años que para una de 50, independiente del género. "Pero más allá de eso, lo recomendable es hacerse una limpieza de cara nocturna y posteriormente aplicar una crema hidratante", dice el especialista.

Agrega que en las mañanas es suficiente con el lavado de la ducha, aunque posteriormente sugiere usar una crema hidratante con protector solar.

A nivel corporal, aconseja hidratarse la piel todos los días con una crema corporal. "La piel tiende a researse y eso mismo puede generar picazón, lo que los médicos llamamos prurito".

Diferencias en el cuidado

Pese a estas distinciones, Chávez insiste en que no hay grandes diferencias biológicas entre la piel de hombres y mujeres. Por lo mismo, los cuidados dermatológicos no tienen por qué ser tan distintos. "Básicamente, el cuidado tanto de hombres como

RIESGO DE SUFRIR ENFERMEDADES

El dermatólogo Francisco Chávez dice que hay algunas enfermedades a la piel que tienen mayor predominancia según el género. Por ejemplo, las autoinmunes, como el lupus sistémico, el lupus eritematoso sistémico o la dermatomiositis, se dan mucho más

frecuentemente en mujeres, como también la rosácea. Por el contrario, el acné es más frecuente en los hombres, debido al carácter más seboso de su piel. "También hay una patología que se llama dermatitis seborreica, que en general afecta al cuero cabelludo y a

la piel de la cara, muy asociada al estrés, que es bastante más frecuente en los hombres que en las mujeres". Pero la gran mayoría de las patologías asociadas a la piel, psoriasis y las dermatitis, tienen la misma prevalencia en ambos géneros.