

Desodorantes y antitranspirantes

Antitranspirantes y desodorantes

También podéis consultar esta página

<http://www.cancer.gov/espanol/recursos/hojas-informativas/riesgo-causas/antitranspirantes-desodorantes>

¿Qué son los antitranspirantes y los desodorantes?

Los antitranspirantes y los desodorantes son productos de higiene personal diseñados para controlar la transpiración y el olor corporal. Los antitranspirantes y los desodorantes contienen ingredientes que controlan la transpiración y el olor corporal de forma segura y efectiva. Pueden conseguirse con facilidad en el mercado como aerosol, en barra, crema o a bolilla.

¿Existe alguna diferencia entre un antitranspirante y un desodorante?¹

Los términos “antitranspirante” y “desodorante” con frecuencia se utilizan de forma intercambiable pero, en realidad, se refieren a productos diferentes. Los antitranspirantes controlan la transpiración y el olor corporal de dos formas: en primer lugar, evitan que la transpiración llegue a la superficie de la piel y, en segundo lugar, eliminan las bacterias que producen olor corporal mediante ingredientes antimicrobianos. Los desodorantes difieren de los antitranspirantes ya que solo contienen agentes antimicrobianos para prevenir el mal olor; no controlan el flujo de transpiración. Los antitranspirantes y los desodorantes a menudo contienen fragancias que ayudan a cubrir el mal olor corporal.

¿Cómo actúa un antitranspirante?¹

Cuando se aplica un antitranspirante sobre la superficie de la piel, sus principios activos, por lo general sales de aluminio, se disuelven en la transpiración o la humedad en la superficie de la piel de la axila. La sustancia disuelta forma un gel, el cual crea un pequeño “tapón” temporal cerca de la parte superior de la glándula sudorípara, lo que reduce en gran medida la cantidad de transpiración que se segrega a la superficie de la piel. Al bañarse y ducharse se eliminará el gel antitranspirante. La repetición de la aplicación de antitranspirantes puede ser beneficiosa para ayudar a reducir la transpiración y mantener la frescura durante todo el día. Los antitranspirantes reducen la transpiración axilar, pero no afectan la capacidad natural del cuerpo de controlar su temperatura (termorregulación).

Desodorantes y antitranspirantes



¿Qué ingredientes tienen los antitranspirantes y los desodorantes?

Los antitranspirantes y los desodorantes contienen diversos ingredientes para minimizar la transpiración y ayudar a que las personas se sientan frescas y que huelan bien.

- **Alcohol**

El alcohol es un ingrediente que está presente en algunos productos a bolilla, en aerosol y en gel. Los principios activos de los antitranspirantes y los desodorantes a menudo se disuelven en alcohol, ya que este se seca con rapidez una vez que se aplica en la piel y proporciona una sensación inmediata de frescura.

- **Sales de aluminio**

Las sales de aluminio son el principio activo en los antitranspirantes. Actúan para reducir el flujo de transpiración de la glándula sudorípara a la superficie de la piel. Es muy probable que los productos en aerosol o a bolilla contengan clorhidrato de aluminio, mientras que es más probable que las barras, los geles y otros productos sólidos contengan una sal de aluminio llamada Tetraclorohidrex de Aluminio Zirconio. Estas sales ofrecen un medio seguro y efectivo para controlar el sudor.

El cloruro de aluminio es una sal de aluminio fuerte que se utiliza para tratar a las personas con hiperhidrosis leve a moderada o transpiración excesiva. Puede producirse inflamación de la piel como un efecto secundario, pero se puede controlar si se siguen las instrucciones del producto con cuidado y se usa un emoliente para proteger la superficie de la piel.²

[Averigue la diferencia entre un antitranspirante y un desodorante >>](#)

Desodorantes y antitranspirantes

¿El aluminio que contienen los antitranspirantes y los desodorantes afecta la salud? >>

- **Agentes antimicrobianos**

La piel alberga bacterias naturales que se alimentan de la transpiración pero que, como resultado, producen malos olores. En las zonas cubiertas, como las axilas, existen aproximadamente 1 millón de bacterias por centímetro cuadrado. Al reducir la cantidad de bacterias en la piel, también se puede reducir el olor corporal. Los agentes antimicrobianos matan las bacterias y además retrasan su crecimiento para que usted permanezca sin olor por más tiempo.

Las sales de aluminio presentes en los antitranspirantes son agentes antimicrobianos naturales, por lo que también matan las bacterias en la piel. Hay disponibles desodorantes de alta eficacia sin sales de aluminio, los cuales dependen del uso de agentes antimicrobianos específicamente desarrollados, tales como triclosán o polihexametileno biguanida.

El alcohol también es efectivo para matar bacterias, por lo que los productos desodorantes y antitranspirantes que contienen alcohol (o etanol) pueden reducir el olor corporal al combatir las bacterias que producen olor.

El jabón y el agua no son completamente efectivos para matar y eliminar las bacterias de las axilas. Es por eso que muchas personas usan un antitranspirante o un desodorante como parte de su rutina diaria para controlar el olor corporal y la transpiración.

- **Fragancia y acondicionadores para la piel²**

En la mayoría de los desodorantes y los antitranspirantes se utilizan perfumes y fragancias con el fin de cubrir el olor corporal y brindar una sensación de frescura a la persona. Prácticamente todos los productos antitranspirantes y desodorantes contienen algo de aceites emolientes para aliviar y suavizar la piel. En los productos a bolilla y en barra, los aceites también brindan una sensación de “deslizamiento” cuando se aplica el producto.

Los productos humectantes que se utilizan en los antitranspirantes por lo general son glicerina o aceites de vegetales, como aceite de girasol (*helianthus annuus*). La mayoría de los antitranspirantes también contendrá un aceite para evitar que el producto se seque y se convierta en depósitos; de esta forma se minimizan los residuos del producto en la piel y la ropa. La sílice, un mineral natural, también se utiliza en los antitranspirantes y los desodorantes para absorber esta oleaginosidad y que la piel no se sienta demasiado grasosa luego de la aplicación.

- **Sustancias portadoras**

A fin de que los antitranspirantes sean aplicados de forma efectiva en la piel, deben ser almacenados en algún tipo de estructura portadora, ya sean los líquidos que se utilizan en los aerosoles o los sólidos que se utilizan en las barras. El agua se utiliza en una variedad de antitranspirantes como transportadora de otros ingredientes, ya que incorpora fluidez a los productos a bolilla y en crema, y ayuda a que el producto se esparza por la piel. En los productos en aerosol, los principios activos se almacenan en un líquido neutro que les permite ser rociados con facilidad en la piel. Este líquido (comúnmente ciclometicona) a menudo se combina con una sustancia mineral un poco más densa similar a la arcilla (hectorita de disteardimonio) que proporciona estructura al antitranspirante y evita que los ingredientes más pesados se precipiten al fondo. Del mismo modo, los productos desodorantes y antitranspirantes sólidos contienen un agente que proporciona estructura y evita que los ingredientes se separen. Esta

Desodorantes y antitranspirantes

estructura puede brindarse con una combinación de ingredientes que incluye aceite de ricino hidrogenado, grasas y glicerol (triglicéridos) y alcohol estearílico.

Algunos productos antitranspirantes también incluyen un ingrediente llamado *diestearato de PEG-8*, que permite sacar el producto al bañarse o ducharse al final del día con más facilidad.

- **Parabenos**

Los parabenos son un tipo de conservante que se encuentra en muchos productos de cuidado personal. La gran mayoría de los antitranspirantes y los desodorantes no contiene parabenos ya que por lo general estos productos tienen la capacidad de autoconservación.

- **Propelentes**

Los desodorantes y los antitranspirantes en aerosol están diseñados para actuar a través de una capa delgada que es impulsada hacia la piel. Para crear esta capa, los productos contienen propelentes de presión baja, media y alta que producen una dispersión intensa, pero agradable, sobre la superficie de la piel. Estos propelentes comúnmente son butano, isobutano y propano.

Seguridad de los antitranspirantes y los desodorantes¹

P: ¿Es seguro usar antitranspirantes y desodorantes?

R: Sí. Los antitranspirantes y desodorantes se han utilizado durante más de cincuenta años como un método seguro y efectivo para controlar el sudor y el olor corporal, y para sentirse fresco. Los fabricantes y organismos de control prueban y evalúan rigurosamente los antitranspirantes y desodorantes a fin de garantizar que estos productos cumplan con normas de seguridad estrictas antes de su lanzamiento al mercado.

P: ¿Existen riesgos conocidos de salud o seguridad relacionados con el uso de antitranspirantes y desodorantes?

R: Investigaciones y estudios independientes no han demostrado ningún impacto en la salud o la seguridad relacionado con el uso de antitranspirantes y desodorantes. Algunas personas experimentan sensibilidad a los antitranspirantes y los desodorantes, la cual puede ser provocada por la fragancia o el perfume que se agrega a los productos u otros ingredientes como alcohol o sales de aluminio.

P: ¿Los antitranspirantes o los desodorantes pueden producir cáncer de mama?

R: No existen pruebas científicas convincentes que respalden la afirmación de que el riesgo de desarrollar cáncer de mama aumenta con el uso de antitranspirantes o desodorantes. Por el contrario, existen pruebas sólidas para demostrar que los antitranspirantes son productos de uso diario seguros y efectivos. Se han llevado a cabo numerosos estudios de investigación que analizan la relación entre los antitranspirantes, los desodorantes y el cáncer de mama. No obstante, ninguno de estos estudios ofrece pruebas concluyentes de que los antitranspirantes o los desodorantes aumentan el riesgo de desarrollar cáncer de mama.

Desodorantes y antitranspirantes

P: ¿El uso de antitranspirantes impide que elimine las toxinas nocivas a través de la transpiración?

R: No. Los especialistas en este campo se oponen a la noción de que los antitranspirantes impiden la eliminación de toxinas, en función de dos datos:

- El hígado y los riñones eliminan aproximadamente el 95% de las toxinas del cuerpo.

El cuerpo transpira para controlar la temperatura y no para eliminar toxinas; la transpiración está compuesta principalmente por agua.

- Los antitranspirantes no alteran de manera significativa la capacidad general del cuerpo de transpirar.

La transpiración es producida por entre 2 y 5 millones de glándulas sudoríparas ubicadas en todo el cuerpo, y los antitranspirantes y los desodorantes solo afectan a las que están ubicadas en las axilas. De modo sorprendente, existen relativamente pocas glándulas sudoríparas en las axilas y estas producen solo aproximadamente un 1% de la transpiración del cuerpo. El hecho es que estamos más atentos a esta zona ya que la transpiración debajo del brazo no se puede evaporar tan fácilmente como en otras partes del cuerpo. Los antitranspirantes actúan al disolverse en la transpiración para producir una capa delgada sobre la piel que reduce temporalmente la transpiración axilar, pero no altera la transpiración del resto del cuerpo de forma significativa.

P: ¿Es cierto que los ingredientes de los antitranspirantes y los desodorantes pueden penetrar la piel, acumularse en el tejido mamario, y potencialmente dañar el ADN y producir cáncer de mama?

R: Algunas veces, en artículos e informes se insinúa que los ingredientes de los antitranspirantes o desodorantes antitranspirantes o los desodorantes, como las sales de aluminio, podrían dañar el ADN de las células, pero no existen pruebas de que este elemento se acumule en el tejido mamario o de que pueda afectar el ADN humano.

Estudios confiables han demostrado que la cantidad de aluminio a la que el cuerpo podría estar expuesto por la aplicación en la piel es muy baja. De hecho, el aluminio se encuentra de forma natural en la tierra y el agua y es absorbido por los alimentos; por lo tanto, está presente en una amplia variedad de alimentos y en agua potable. El cuerpo absorbe una pequeña cantidad de este elemento y la mayoría se excreta rápidamente por la orina.

P: ¿Los antitranspirantes y los desodorantes contienen parabenos y estos están relacionados con el cáncer de mama al alterar los niveles hormonales?

Los parabenos son un tipo de conservante que se encuentra en muchos productos de cuidado personal. La gran mayoría de los antitranspirantes y los desodorantes no contiene parabenos ya que por lo general estos productos tienen la capacidad de autoconservación.

En una investigación reciente (Witorsch y Thomas 2010), se analizó si los parabenos producían cáncer de mama². Los investigadores establecen que existen pruebas limitadas para respaldar esta noción y que las propiedades de los parabenos que afectan las hormonas son muy bajas, tanto en los productos cosméticos como en el cuerpo. Los niveles de parabenos detectados en el tejido mamario han tenido varios órdenes de magnitud más bajos que los necesarios para producir cualquier efecto hormonal.

P: ¿El aluminio que contienen los antitranspirantes puede producir cáncer de mama al afectar los niveles de estrógeno?

Desodorantes y antitranspirantes

R: No existen pruebas de que el aluminio pueda alterar los efectos de esta hormona en las personas, o que el aluminio en los antitranspirantes esté vinculado con el cáncer de mama. Muchos estudios confiables han demostrado la seguridad de los ingredientes de los antitranspirantes para la salud de los seres humanos.

El estrógeno puede fomentar el crecimiento de las células de cáncer de mama, pero se pueden explicar los niveles en aumento de esta hormona en los países desarrollados por factores como consumir una dieta alta en calorías o tener pocos hijos, y no por el uso de antitranspirantes o desodorantes.

P: ¿El aumento de cáncer de mama en los países desarrollados se relaciona con el aumento en el uso de antitranspirantes?

R: No. La prevalencia del cáncer de mama está aumentando en los países desarrollados; no obstante, existen diversos estudios científicos que relacionan este aumento con otros factores diferentes al uso de antitranspirantes. No existen pruebas de que los antitranspirantes sean la causa.

La mayoría de los científicos y los especialistas en cáncer que han investigado esta área atribuye el aumento de prevalencia del cáncer de mama en los países desarrollados a los estilos de vida “occidentales” y a factores relacionados, como:

- Dieta y estrógeno

Las dietas altas en calorías y el estilo de vida sedentario de los habitantes de países desarrollados pueden aumentar el nivel de estrógeno en las mujeres, lo cual incrementa su riesgo de desarrollar cáncer de mama. Según el informe denominado *Alimentos, nutrición, actividad física y prevención del cáncer (Food, Nutrition, Physical Activity, and the Prevention of Cancer)* del Fondo Mundial para la Investigación del Cáncer, la tendencia en los países desarrollados a niveles más elevados de sobrepeso y obesidad y a bajos niveles de actividad física afecta la salud de la población. El Fondo también indicó lo siguiente: “Evitar el tabaco en todas sus formas, junto con alimentación, nutrición, actividad física y composición corporal adecuadas, tiene el potencial de reducir, con el paso del tiempo, la gran mayoría, o tal vez toda, la carga global del cáncer”.

- Familias más pequeñas

Los niveles de estrógeno son más bajos durante el embarazo y la lactancia. Las mujeres que viven en países en vías de desarrollo tienden a tener varios hijos, lo que les ayuda a reducir el riesgo de desarrollar cáncer de mama. Las mujeres que viven en países desarrollados tienen menos hijos y tienden a tenerlos a una edad mayor, lo que puede producir niveles más altos de estrógeno y riesgo de desarrollar cáncer de mama.

- Consumo de alcohol

El aumento del consumo de alcohol, así como también el aumento de los niveles de obesidad, se ha vinculado con una mayor prevalencia del cáncer de mama.

- Examen de detección de cáncer de mama y población de edad avanzada

La disponibilidad de pruebas de detección de cáncer de mama en los países desarrollados ha permitido detectar mejor esta enfermedad. El cáncer de mama también es más común en mujeres de más de 50 años; por lo tanto, habrá una mayor prevalencia de cáncer de mama en una población de edad avanzada, como se observa en los países desarrollados.

Desodorantes y antitranspirantes

P: La mayoría de los casos de cáncer de mama se presenta en el cuadrante superior externo de la mama izquierda, el cual está cerca del área donde las personas diestras podrían aplicar en exceso el antitranspirante. Esto parece una relación posible, ¿no?

R: Se sabe que el cáncer de mama afecta principalmente la mama izquierda, pero esto no se debe a que la mayoría de las personas diestras se “aplique en exceso” antitranspirante. Una investigación exhaustiva de consumo, en la cual se colocó un dispositivo de grabación en antitranspirantes en aerosol y se midió con exactitud los volúmenes aplicados en ambas axilas, ha demostrado que no existen diferencias significativas entre las cantidades de antitranspirante aplicadas en ambas axilas, independientemente de si la persona es diestra o zurda.

La investigación realizada a fines de la década de los noventa ha atribuido la prevalencia del cáncer de mama en la mama izquierda al desarrollo en el útero, tiempo durante el cual el crecimiento temprano del corazón en el lado izquierdo del pecho implica que se necesita un suministro de sangre adicional en esta área. Las arterias, venas y vasos capilares adicionales en el lado izquierdo del pecho pueden hacer que la mama izquierda sea más vulnerable al cáncer de mama.

Además, existen pruebas sólidas de que el 60% de los casos de cáncer de mama se produce en el cuadrante superior externo de la mama. No obstante, en esta zona es donde se encuentra la mayor parte del tejido mamario, lo que explica la prevalencia de los casos de cáncer de mama en esta parte.

¿Qué opinan los especialistas sobre los antitranspirantes y el cáncer de mama?

De ser posible, etiquetar la imagen como arriba

P: ¿Por qué se les indica a las mujeres que no usen antitranspirante ni desodorante antes de realizarse una mamografía?

R: Las mujeres no deben usar ningún desodorante o antitranspirante antes de realizarse una mamografía en caso de que aparezca en la radiografía y se confunda con una anomalía en la mama.

¿Qué opinan los especialistas sobre los antitranspirantes y el cáncer de mama?

P: ¿El uso de antitranspirantes luego de afeitarse puede hacer que los ingredientes penetren en el cuerpo con facilidad y produzcan cáncer de mama?

R: La mayor parte de las pruebas científicas indican que no existe relación entre el cáncer de mama y el uso de antitranspirantes que produzca cáncer de mama luego de afeitarse. Afeitarse puede producir pequeños cortes en la piel y algunos antitranspirantes, en especial aquellos que también son desodorantes, contienen alcohol, lo cual puede producir picazón e irritación en la piel recién afeitada.