

5 Kesalahan Eksfoliasi Wajah Ini Bisa Merusak Skin Barrier

Category: Gaya Hidup

written by Maulya | 05/09/2023



[Orinews.id](https://orinews.id) | **Jakarta** – Eksfoliasi wajah menjadi salah satu bagian penting basic skincare yang harus dilakukan secara rutin, karena bisa membantu wajah jadi lebih glowing.

Pasalnya, sel kulit mati yang menumpuk di permukaan wajah bisa menyebabkan regenerasi sel jadi nggak bisa berjalan dengan baik, bikin wajah jadi kusam sekaligus bisa menyumbat pori-pori.

Namun, dalam melakukan eksfoliasi ada beberapa aturan yang harus dipahami agar hasilnya maksimal. Jangan sampai melakukan eksfoliasi secara sembarangan karena efeknya bisa merusak skin barrier, lho! Apa saja sih kesalahan yang sebaiknya dihindari?

1. Overexfoliating

Eksfoliasi wajah memang bisa membantu menjaga kulit agar tetap cerah dan glowing. Namun, bukan berarti semakin sering melakukan rutinitas yang satu ini, maka hasilnya makin maksimal. Salah banget! Baik itu physical maupun chemical exfoliating memiliki aturan pakai yang harus diterapkan dengan baik.

Jadwal eksfoliasi yang dianjurkan adalah 1-2 kali dalam seminggu. Pemakaian produk eksfoliasi yang terlalu sering bisa menyebabkan wajah kemerahan, iritasi, bahkan merusak skin barrier. Hal ini karena sifat eksfoliator yang bisa membuat kulit jadi lebih tipis dan sensitif, sehingga risiko kerusakan skin barrier makin besar.

2. Tidak Memilih Produk Eksfoliasi Sesuai Jenis Kulit

Nggak semua produk eksfoliasi bisa digunakan untuk semua jenis kulit. Jadi, pastikan kenali dulu jenis kulitmu dan temukan karakteristik bahan aktif yang aman untuk kulit, sehingga tidak menimbulkan iritasi apalagi rusaknya skin barrier.

Jika memiliki jenis kulit normal hingga berminyak, cenderung bisa menggunakan produk eksfoliasi apa saja baik itu chemical maupun physical. Namun, pemilik kulit kering dan sensitif sebaiknya pilih chemical exfoliator yang lembut untuk kulit seperti AHA atau BHA. Hindari pemakaian scrub, karena sifat produk yang terlalu abrasif berisiko merusak skin barrier.

Salah satu jenis AHA yang direkomendasikan untuk eksfoliasi adalah glycolid acid. Ukuran molekulnya jauh lebih kecil sehingga membuat bahan aktif ini dapat meresap ke dalam jaringan kulit yang lebih dalam. Glycolic acid juga memiliki beberapa manfaat, seperti mencerahkan dan meratakan warna kulit, membersihkan sekaligus mengecilkan pori-pori, serta membuat tekstur kulit lebih halus. Jadi, jika ingin menggunakan chemical exfoliation, disarankan untuk menggunakan produk yang memiliki kandungan glycolic acid.

3. Menggunakan Scrub dalam Kondisi Kulit yang Kering

Coba ngaku dulu, siapa nih yang sering melakukan eksfoliasi dengan scrub dengan kondisi kulit yang kering? Eits, jangan diteruskan karena ternyata bisa menyebabkan masalah pada kesehatan kulitmu.

Jika menggunakan scrub, pastikan basahi dulu wajah dengan air. Setelah itu, aplikasikan scrub dan pijat kulit wajah secara merata. Cara ini sangat penting, karena menggunakan scrub pada kulit kering bisa membuatnya lebih rentan mengalami iritasi.

4. Tidak Menggunakan Pelembab Setelah Eksfoliasi

Setelah melakukan eksfoliasi wajah, jangan lupa lakukan berbagai rutinitas skincare lainnya agar memberikan hasil yang maksimal. Salah satunya adalah menggunakan produk yang

melembapkan wajah seperti moisturizer atau pelembap.

Hal ini penting karena setelah proses eksfoliasi terjadi, kulit akan cenderung lebih kering dan sensitif. Kondisi ini bisa membuat lapisan pelindung kulit atau skin barrier terancam. Nah, pemakaian pelembap sangat dianjurkan untuk mengembalikan kelembapan sehingga skin barrier pun tetap bekerja dengan baik.

5. Skip Pemakaian Sunscreen

Jangan lupa untuk menggunakan sunscreen secara rutin. Terutama setelah melakukan eksfoliasi wajah di malam sebelumnya. Setelah eksfoliasi, kulit cenderung lebih sensitif, terlebih dengan paparan sinar matahari. Jika mengalami paparan berlebihan, skin barrier juga rentan mengalami kerusakan.

Jadi, penting untuk selalu menggunakan sunscreen yang bisa melindungi kulit dari radiasi sinar matahari dengan baik. Aplikasikan ulang setiap 2 jam sekali demi perlindungan yang lebih optimal.

|Sumber: Fimela