

Как TikTok-привычки ухода за кожей у детей могут привести к необратимым проблемам с кожей



Дата публикации: 09.06.2025

Научные данные, полученные в результате нового исследования, указывают на тревожную тенденцию: дети младшего школьного возраста начали применять сложные и дорогие схемы ухода за кожей, вдохновлённые TikTok-контентом. Видеоформат «Get Ready With Me» стал крайне популярным среди подростков и даже младших детей, которые всё чаще копируют действия взрослых инфлюенсеров и [знаменитостей](#).

Исследование, проведённое дерматологами из Северо-Западного университета, показывает, что девочки в возрасте от семи до восемнадцати лет используют в среднем по шесть различных косметических продуктов ежедневно. В отдельных случаях — до пятнадцати. Сюда входят витамин С, ретинол, гиалуроновая кислота, альфа-гидроксикислоты, химические пилинги, сыворотки с активными веществами, масла, эссенции, кремы и эксфолианты. При этом большинство процедур не включают ключевой компонент — солнцезащитный крем.

Особую тревогу вызывает то, что только 26% проанализированных процедур содержат SPF-средства, хотя именно они считаются самым эффективным элементом защиты кожи в любом возрасте. Одновременное применение нескольких активных компонентов может провоцировать контактный дерматит, фоточувствительность, хронические воспаления кожи и повышенную вероятность аллергий. Такие последствия могут сохраняться на всю жизнь, ограничивая выбор безопасных средств гигиены.

Стоимость «бьюти-рутины» также удивляет: базовый набор продуктов, повторяющийся в TikTok-видео, в среднем стоит \$168 (примерно 15 000 рублей), но в ряде случаев цена комплекта превышает \$500. При этом в большинстве видео участвуют девочки с абсолютно здоровой, лишённой несовершенств кожей, что ставит под сомнение рациональность подобного ухода.

Учёные подчеркивают: популяризация чрезмерного ухода среди [детей](#) сопряжена не только с физическими рисками, но и с психологическим давлением. Видео продвигают стандарты «сияющей» и «гладкой» кожи, которые в реальности достигаются с помощью фильтров, косметики и постобработки. Это формирует у детей ложные ориентиры внешности и может способствовать развитию тревожности, дисморфофобии и неуверенности в себе.

Формат таких видео маскируется под «заботу о себе», но в действительности продвигает коммерчески выгодные модели потребления. Уход за кожей в детском возрасте не должен быть ориентирован на взрослую косметологию. Достаточно мягких увлажняющих средств, простого очищения и базового SPF-защиты при длительном пребывании на солнце.

Современные цифровые алгоритмы способны формировать не только вкусы, но и поведенческие привычки у самых юных пользователей. И если рекомендации в TikTok становятся ориентиром для того, как выглядеть и заботиться о себе, важно не только следить за контентом, но и вести с детьми честный разговор о реальности, здоровье и критическом восприятии соцсетей.