

L'importanza dell'igiene estetica

scritto da fmadmin | Aprile 5, 2022



Come scegliere i prodotti per la cura della persona in modo consapevole

Un mercato, quello dei prodotti per il benessere, l'igiene e la cura della persona, che in Italia vale milioni di euro: il loro utilizzo è finalizzato al miglioramento dell'aspetto e alla protezione delle superfici esterne del corpo umano e pertanto non è percepito dai più come possibile fonte di rischio per la salute.

In realtà non è così. Poiché i prodotti cosmetici per la cura della persona vengono a diretto contatto con la pelle e le

mucose e poiché gli ingredienti sono moltissimi e comprendono anche sostanze chimiche, **il loro uso rappresenta una via di esposizione a sostanze che potrebbero anche essere sensibilizzanti, irritanti, nocive o tossiche.**

Non a caso, infatti, la produzione e l'uso dei cosmetici sono regolamentati in Europa dal **Regolamento (CE) 1223/2009**, entrato in vigore in tutti gli Stati membri nel 2013, che contempla potenziali rischi che possono essere legati a diversi fattori quali, ad esempio, la **presenza di ingredienti pericolosi** per la salute, di allergizzanti e di contaminanti e la non corretta conservazione e/o l'uso improprio di essi.

Centrale quindi è la SCELTA CONSAPEVOLE del prodotto, a prescindere se esso sia uno shampoo, un bagnoschiuma o una crema e a prescindere se ci troviamo ad acquistarlo in un supermercato, in profumeria, in un centro estetico, dal parrucchiere e chi più ne ha più ne metta!

Per l'igiene della persona usiamo molti prodotti, il più di volte di natura chimica.

Ma... sappiamo cosa contengono veramente? Con che criteri li scegliamo? Come possiamo operare una scelta più consapevole ed evitare le sostanze dannose per la nostra salute?

Tante volte le nostre scelte sono condizionate da fattori quali la profumazione, la confezione, certe volte scegliamo un prodotto perché è in offerta speciale; altre volte invece ci lasciamo guidare dalla pubblicità o dal fascino delle grandi marche.

L'unico criterio che invece dovrebbe accompagnarci nella scelta di tutti i prodotti per l'igiene della persona è l'ETICHETTA.

Tante volte molti prodotti che vengono pubblicizzati come "naturali" e venduti spesso nelle erboristerie ad esempio, accanto ai tanto reclamizzati ingredienti naturali, molto spesso contengono ingredienti nocivi. Gli stessi componenti potenzialmente nocivi di molti prodotti per l'igiene della persona che si possono acquistare semplicemente nei supermercati.

Non è quindi una questione legata al luogo dove si acquistano prodotti o se essi vengono definiti "naturali" o meno.

Come si può scegliere allora un prodotto? Ti starai chiedendo...

Prendendo l'abitudine di leggere **l'INCI**, (**acronimo di *International Nomenclature Cosmetic Ingredients***) una vera e propria carta d'identità. Su di essa si trova la lista degli ingredienti che compongono il prodotto e grazie ad esso si impara a conoscere quali sono quelli da evitare.

Nella lettura dell'INCI, la cosa importante è lo scopo che la crema ha, per avere poi un effetto sulla pelle.

Ma ci sono un paio di accorgimenti che possono aiutarti nella selezione di un prodotto. Innanzitutto, la lista dell'INCI deve essere scritta dopo la parola "**ingredients**" e **non in**

ordine sparso per quanto riguarda gli ingredienti presenti in **concentrazione superiore all'1%**. In più, oltre a saper conoscere la dicitura degli ingredienti più benefici per la propria pelle, è importante anche sapere che la lista **non segue un ordine casuale** ma viene stilata in base al **peso** decrescente degli ingredienti. Cioè gli ingredienti scritti per primi sono presenti nella composizione del prodotto in **quantità maggiore**, mentre quelli che seguono sono in quantità minore.

Detto ciò, non siamo qui per fare una lista netta tra ingredienti buoni e cattivi,

ma ci teniamo a darvi dei piccoli suggerimenti per riconoscere **ingredienti sconsigliati** e più comuni divisi per categoria, in modo tale da riuscire ad evitare di acquistare un prodotto non idoneo per la pelle, tenendo sempre a mente quanto sopra citato.

PETROLATI

Si tratta di sostanze ormai ben conosciute, di **derivazione petrolifera**.

Sono **occlusivi** (non lasciano respirare la pelle) e **non sono dermocompatibili**. In etichetta vengono riportati con la dicitura:

Paraffinum liquidum, Petrolatum, Mineral Oil, Vaseline, Ceresin, Ozokerite.

SILICONI

Anche queste sostanze non sono dermocompatibili e creano un film sulla pelle e sui capelli dal **finto effetto "idratante"**.

Vengono utilizzati per garantire alla crema un tempo di assorbimento veloce e piacevole.

In etichetta vengono riportati con la dicitura:

Dimeticonol, Polydimethicone, Cyclopentasiloxane, Cyclohexasiloxane, Quaternium-80, Amodimethicone, Cyclomethicone, Trimethylsiloxysilicate, Dimethicone.

Riguardo il Dimethicone, pur essendo un siliconato, viene utilizzato anche in campo alimentare e l'azione che ha nel cosmetico, permette di ottenere un prodotto adatto alle pelli più sensibili, in quanto, garantisce il giusto livello di protezione e respirazione della pelle.

TENSIOATTIVI

Parliamo di sostanze di origine chimica, molto aggressive (a differenza dei tensioattivi di origine naturale o vegetale) che possono disidratare la pelle: principalmente, aggrega tutto il grasso che trova nelle impurità, compreso quello del nostro sebo, alternando le barriere cutanee. Questi si possono trovare per lo più nei detergenti, soprattutto quelli schiumogeni.

In etichetta vengono riportati con la dicitura:

Sodium Lauryl Sulfate (SLS), Amonium Lauryl Sulfate, TEA-Lauryl Sulfate, Magnesium Laureth Sulfate, MEA Laureth Sulfate, Sodium Laureth Sulfate (SLES) e Amonium Laureth Sulfate.

PARABENI

I parabeni hanno invece una storia molto lunga. La loro

funzione è quella di impedire che il cosmetico irrancidisca. Pensate che fino alla prima metà del Novecento **i parabeni erano considerati i conservanti più sicuri per i cosmetici**. Insomma, si acquistava uno shampoo solo se questo conteneva parabeni. Ad oggi, sono dannosi in quanto sono capaci di penetrare a fondo nell'epidermide ed accumularsi, andando ad influenzare il normale funzionamento delle ghiandole che producono ormoni, soprattutto gli estrogeni.

In etichetta vengono riportati con la dicitura: *Isobutyl Paraben, Butyl Paraben, Methyl Paraben, Propylparaben, Benzyl Paraben, Ethyl Paraben*.

Ma torniamo ai numeri.

L'industria cosmetica internazionale ha un valore di **oltre 260 miliardi di euro**, con un trend positivo costante nonostante la crisi economica dell'ultimo decennio, confermando le caratteristiche anticicliche dei beni di lusso, sottolinea il rapporto dell'Istituto Superiore di Sanità.

Secondo l'associazione europea "Cosmetics Europe" **i principali acquirenti di prodotti cosmetici sono in Oriente**: la Cina e la Russia sono i primi importatori, seguiti da Giappone e Corea del Sud.

L'**Europa è il maggiore produttore**, con un valore di mercato stimato superiore a 77 miliardi.

Nel Vecchio Continente l'industria cosmetica impiega **oltre lavoratori** e indirettamente ne coinvolge oltre 2 milioni, impiegati nei settori correlati; l'**Italia** occupa una posizione

di leadership nel settore a fronte di un fatturato stimato in **14 miliardi di euro e di circa 35mila lavoratori** nel settore, che diventano 200mila se si considera l'indotto.

Ma chi acquista maggiormente i prodotti per l'igiene estetica? Qual è il target di questi prodotti?

Principalmente i **bambini** e le **donne**, che usano la stragrande maggioranza (70%) dei prodotti, in particolare per le donne, quelli per il make-up, anche se, negli ultimi dieci anni, il mercato dei cosmetici no gender (senza identità di sesso) e quello dedicato specificamente agli uomini ha visto una crescita costante, soprattutto tra gli uomini con un'età compresa tra i 20 e i 40 anni.

Infine, voglio darvi un ultimo consiglio per un uso corretto e consapevole dei prodotti per l'igiene e la cura della persona:

- **Controllare attentamente l'etichetta:** è importante leggere sempre l'INCI per scegliere i prodotti senza sostanze chimiche nocive e seguire con estrema attenzione le modalità d'uso, la zona e i tempi di applicazione. Se si avverte prurito, bruciore o altri sintomi dopo l'utilizzo di un cosmetico sospenderne sempre l'uso e se i sintomi persistono, consultare un medico, un farmacista e/o eventualmente uno specialista.
- **Per evitare la contaminazione dei cosmetici:** lavare le mani prima di applicare il trucco e non dividerlo con altre persone e non aggiungere acqua o saliva per diluirlo.

- **Non usare cosmetici scaduti:** attenzione alla data di durata minima (se indicata sulla confezione con la dicitura “Usare preferibilmente entro...” seguita da mese e anno o giorno, mese e anno), che è quella fino alla quale il prodotto cosmetico, stoccato in condizioni adeguate, mantiene le sue caratteristiche iniziali. La data di scadenza non è obbligatoria a differenza del PAO: la durata del prodotto dalla sua apertura.
- **Non usare mai un prodotto cosmetico che abbia cambiato odore, colore o consistenza.**

La scelta delle aziende cosmetiche all'interno del nostro centro, viene studiata minuziosamente, non solo nella composizione dell'INCI, ma anche e soprattutto per avere un'azione specifica sul metabolismo cellulare ed essere quindi dermo-compatibile.

L'INCI è infatti, soltanto uno dei parametri da osservare attentamente per scegliere una crema che sia affine al tuo tipo di pelle.

E' fondamentale prestare attenzione alla qualità e all'utilizzo dei nostri cosmetici e trattamenti, proprio come se la nostra pelle fosse un vestito.

Indosseresti mai un vestito di plastica?

Credo di sapere già la allora ti chiedo..

Applicheresti mai una crema di scarsa qualità a base di

sostanze che occludono la tua pelle?

Immagina le reazioni che questa potrebbe scatenare..

Il concetto è lo stesso sia se parliamo di crema, sia se parliamo di un vestito da indossare