

Безопасная косметичка

Правда и вымысел о натуральной и органической косметике

Голый натурализм

Оказывается, за год в организм женщины попадает около 2,5 кг косметики! И не столько губной помады (мужчины, кстати, съедают ее не меньше!), сколько активных веществ из кремов и лосьонов, краски для волос, лаков для ногтей, всевозможных спреев. Вся эта «тяжелая артиллерия» может годами накапливаться в организме. Неудивительно, что сегодня, по оценкам медиков, каждый третий человек на земном шаре – аллергик. Одним из самых небезопасных продуктов, дающих аллергические реакции, считается крем для лица, утверждает ВОЗ. Более того, по мнению Ассоциации по охране труда и здоровья, 884 ингредиента, которые добавляются в различные косметические продукты, вызывают токсические реакции в организме. А 125 ингредиентов могут привести к раковым заболеваниям. Напуганные мрачной статистикой, покупательницы красоты из баночек и тюбиков бросаются к прилавкам с натуральной косметикой. И не подозревают, что натуральное натуральному рознь. Начнем с того, что в нашей стране на законодательном уровне не прописаны «параметры» натуральности продуктов, поэтому предприимчивые продавцы могут назвать «натуральной» даже пластмассу. Неудивительно, что любой производитель, использующий в косметическом средстве хотя бы один природный ингредиент, уже провозглашает свою косметику натуральной. При этом наличие в ее составе небезопасных для здоровья консервантов, красителей, ароматизаторов, стабилизаторов, наполнителей и других химических веществ не принимается во внимание. К примеру, неискушенного потребителя наличие в составе крема «минерального масла», как минимум, не смутит, как максимум, привлечет внимание. Минералы – это ведь что-то природное, натуральное. На самом деле минеральное масло (mineral oil) является продуктом нефтепереработки. Попадая на кожу, оно не усваивается организмом, а создает плотную пленку, которая, с одной стороны, задерживает влагу и увлажняет кожу, а с другой – не дает коже дышать, препятствуя ее нормальной работе.

Еще один компонент косметических средств – парабены, вещества-консерванты, благодаря которым бактерии не размножаются и косметический продукт не портится. В последние годы эти вещества все чаще обвиняют в канцерогенном влиянии. Производители, защищая парабены, утверждают, что концентрация последних в кремах ничтожно мала, не представляет угрозы для здоровья и может поступать в организм ежедневно в течение всей жизни. Однако не стоит забывать, что вредные вещества способны накапливаться в теле человека годами и однажды могут проявиться самым неблагоприятным образом.

Мы то, что мы едим. Это факт. Но, как показывает практика, мы еще и то, что изо дня в день наносим на кожу, вдыхаем, втираем в волосы, чем моем посуду, чистим зубы. Тысячи невидимых химических компонентов из косметических средств, шампуней, парфюмов, попадая на кожу, проникают внутрь организма и влияют на биологические процессы. Хорошо, если эти вещества не принесут вреда, но, по статистике, из 10,5 тыс. ингредиентов, разрешенных для использования в косметике, только 11% являются безопасными для здоровья человека! Что делать? Искать правильную косметику. Подсказываем: сертифицированную, органическую.

**Наш консультант –
Татьяна Белая, врач-дерматолог
высшей категории.**

Правильный выбор

В отличие от классической косметики и пресловутой натуральной с органическими средствами все максимально ясно и прозрачно. Вся органическая продукция проходит процедуру обязательной сертификации. Сегодня это единственная легальная гарантия натуральности и безопасности продукта. Существует несколько мировых систем сертификации органической и натуральной косметики:

- BDIH (Ecocontrol/Ecocert) – Германия;
- ECOCERT/Cosmebio – Франция;
- AIAB/ICEA – Италия;

Рождение крема

Создание органической косметики начинается с заботливого отбора природного сырья. Все растения, входящие в ее состав, выращивают в контролируемых биологических сельских хозяйствах на чистой почве (без использования химических удобрений и пестицидов), поливают чистой водой или собирают в экологически чистых уголках дикой природы. Органическое земледелие не предполагает использования генетически измененных растений. Обработка почвы и уборка урожая проводится исключительно вручную. Растения собирают в определенное время

года и суток, которые совпадают с пиком содержания в них биологически активных веществ. Процесс переработки растений, входящих в состав косметических средств, соответствует строгим экологическим стандартам, исключающим этапы химического синтеза и обработки. Однако производство допускает применение некоторых продуктов, произведенных животными и насекомыми, например, молоко и мед (BDIH, AIAB). При этом полностью исключается использование сырья, полученного из организмов мертвых позвоночных животных (животных

венную косметику – в случае с органикой не проходит.

Состав органической косметики объединяет пять важных и концептуальных «НЕ». Она не содержит:

- продуктов нефтепереработки (минеральных масел, парафина, вазелина, пропилен гликолей);
- силиконов;
- синтетических отдушек и красителей;
- опасных химических консервантов и эмульгаторов (ПЭГов, парабенов, фенокситанолов);
- генетически модифицированных организмов (ГМО).

жиров: норки, сурка, черепахи и т.д., живых клеток: коллагена, эластина). И еще один важный нюанс. Философия производства органической косметики подразумевает бережное отношение к окружающей среде, поэтому органическая продукция не тестируется на животных, а для упаковки используются только экологически безопасные и легко перерабатываемые материалы. К примеру, органическая тара не вступает в реакцию с продуктом, подлежит вторичной переработке и на 100% разлагается.

жиров: норки, сурка, черепахи и т.д., живых клеток: коллагена, эластина). И еще один важный нюанс. Философия производства органической косметики подразумевает бережное отношение к окружающей среде, поэтому органическая продукция не тестируется на животных, а для упаковки используются только экологически безопасные и легко перерабатываемые материалы. К примеру, органическая тара не вступает в реакцию с продуктом, подлежит вторичной переработке и на 100% разлагается.

ФАКТЫ

• Только **3-6%** продукции косметического рынка являются настоящей натуральной косметикой, созданной из растительных масел, восков, экстрактов, эфирных масел путем биологической обработки без добавления вредных химических консервантов, синтетических красителей, ароматизаторов и химических антибактериальных добавок.

• Парабены входят в состав **85%** всех косметических средств. Накапливаясь в организме, эти вещества нарушают гормональное равновесие. Ученые из Университета Ридинга (Великобритания) установили, что парабены по действию сходны с женскими половыми гормонами эстрогенами и способны увеличивать риск рака молочной железы.

Свойства органической косметики. Найди 8 отличий

Органическая косметика отличается от обычной не только качеством, но и следующими важными признаками:

- **цвет** – белый или нежных природных оттенков – никакого яркого искусственного цвета, поскольку в состав косметики не входят синтетические красители;
- **запах** – растительный (аромат трав, цветов) или лекарственный; иногда может быть резким, но быстро выветривается, так как в его основе использованы натуральные эфирные масла;
- **текстура** – некоторые эмульсии могут расслаиваться, так как органика не содержит искусственных эмульгаторов (веществ, которые соединяют между собой ингредиенты); перед употреблением рекомендуется встряхнуть флакончик;
- **малопенистые** – не содержат пенообразующих химических веществ, однако отсутствие пены ничуть не уменьшает их моющих и ухаживающих свойств;

• **на этикетке** приведен полный список компонентов и указан сертификат; органические компании при переводе текста обязаны указывать полную информацию о продукте;

• **срок годности** от 12 до 36 мес (в зависимости от состава крема) в закрытой упаковке и от 1 до 12 мес хранения в открытой упаковке; органическая косметика производится только ограниченными партиями для гарантии качества продукции;

• **хранение** – желательно хранить косметику в прохладном сухом месте (но не холодильнике!) и избегать попадания прямых солнечных лучей;

• **цена** – органическая косметика стоит дороже обычной: во-первых, процесс ее производства более трудоемкий, во-вторых, используется больше дорогого натурального сырья (например, масла аргании, карите, жожоба, примулы вечерней и т.д.).

Подготовила **Виктория Куриленко**