

“CHISSA’ SE E’ BUONA QUESTA CREMA?”

dott.ssa Berenice Scarabelli

Spesso di fronte ad uno spot televisivo o un inserto pubblicitario che reclamizza la crema come il prodotto più innovativo e straordinario dell'anno per la nostra pelle, ci sorge dal più profondo lato del nostro io la fatidica domanda: “chissà se è vero” oppure “funziona davvero quella crema?”. Non disponendo di vista miracolosa alla superman che riesce a vedere oltre la parete e quindi dentro il contenitore, possiamo solo partire da concetti che sono alla base di studi oramai consolidati e cioè la conoscenza dell'organo pelle e qualche nozione di cosmetologia.

1. **L'organo pelle** è il più esteso organo del nostro corpo, ha molte funzioni di grande rilievo tra le quali una poco citata ma forse la più importante è che ci preserva l'idratazione. Basti pensare che siamo fatti per un 65% circa di acqua e nell'ambiente esterno tale quantità non sempre è costante e presente. Senza la pelle rischieremmo di subire sia situazioni estremamente secche che estremamente umide con il conseguente “effetto yo-yo” del contenuto idrico corporeo. Decisamente incompatibile con la vita... in un giorno molto secco rischieremmo di morire o per lo meno le nostre funzioni vitali sarebbero talmente ridotte da rallentare tutto il nostro ritmo vitale; mentre in un giorno piovoso rischieremmo di sentirci troppo imbibiti e annacquati! La pelle, con la sua barriera epidermica, mantiene costante il contenuto idrico contrastandone la perdita di acqua (TEWL) e, a pensarci bene, è proprio la disidratazione il primo passo verso l'invecchiamento cutaneo, l'indebolimento delle difese della pelle, le dermatiti e le infezioni.
2. La **legge** che regola i cosmetici è la **n.713/86** e sue modifiche. Si ribadisce più volte che un cosmetico non ha finalità terapeutiche poiché deve agire solo su pelle sana per mantenerla in buono stato di salute. Il cosmetico per legge deve agire a livello epidermico, lo strato più esterno della pelle e non può andare in profondità. Viene, inoltre, vietato l'uso negli ingredienti di sostanze dannose per la salute (esistono liste di sostanze classificate pericolose) e non è più possibile testare i cosmetici sugli animali.

Cosa guardare al momento dell'acquisto se il prodotto è di buona qualità:

- ✓ *Nome o la ragione sociale e la sede legale del produttore: il produttore che segue le norme europee dà maggiori garanzie di sicurezza del cosmetico*
- ✓ *Categoria merceologica: accanto al nome di fantasia deve essere presente la funzione cosmetica*
- ✓ *Contenuto nominale: la quantità dichiarata del cosmetico*
- ✓ *Data di scadenza o PAO: la data di scadenza (espressa in mese/giorno/anno) è per i prodotti che durano meno di 30 mesi dal giorno in cui sono stati prodotti, indipendentemente dall'apertura o meno. Il PAO (period after opening) vale per i cosmetici che durano più di 30 mesi e che solo dal momento in cui vengono aperti, devono essere consumati entro i mesi indicati dal simbolo del barattolino aperto.*
- ✓ *Precauzioni per l'impiego*
- ✓ *Numero di lotto*
- ✓ *Elenco degli ingredienti in ordine di peso decrescente ed espressi secondo la nomenclatura INCI. la quantità delle materie prime è espressa in percentuale e in ordine di quantità. Questa informazione dà un'idea più precisa sulla concentrazione degli ingredienti presenti nel cosmetico: per primi compariranno gli ingredienti presenti in dose maggiore, poi quelli in dosi minori (1%, 0,1%, ecc.).*
- ✓ *Se sul packaging è indicato ad esempio "crema all'estratto di calendula", verificare sempre la concentrazione: la crema infatti può contenerne il 5 % oppure appena del 0,5 %.*
- ✓ *è obbligatorio riportare in modo esplicito le principali sostanze a rischio di allergia presenti nel prodotto. Fino ad allora circa 26 sostanze erano indicate soltanto con la generica dicitura "parfum" o "fragrance". Ora invece sono specificate: limonene, linalol, geraniol, citronellal ...*

Cosa è l'INCI?

INCI: International Nomenclature Cosmetic Ingredients.

L'INCI è un modo di esprimere gli ingredienti cosmetici europeo che segue la lingua latina per le materie cosmetiche che non hanno subito trasformazioni chimiche ma solo processi di estrazione fisica (distillazione, filtrazione, spremitura); mentre l'inglese per le materie cosmetiche chimicamente modificate. Attenzione che avere un cosmetico naturale può voler dire trovare il petrolio... più naturale di lui!!!

Vediamo qualche esempio di sostanze cosmetiche espresse in latino ed inglese

NOMI IN LATINO, DI DERIVAZIONE NATURALE

Acqua: Aqua 😊

Mel: miele 😊

Olea europea: olio d'oliva 😊

Paraffinum liquidum: olio di vaselina 😞

Petrolatum: vaselina solida 😞

NOMI IN INGLESE, DI DERIVAZIONE CHIMICA

Hydrogenated castor oil: olio di ricino idrogenato 😊

Dimethicone: silicone 😞

Ascorbyl palmitate: vitamina C (acido ascorbico) 😊

Sodium laureth sulfate: sodio lauriletossi solfati (tensioattivo) 😞

Come orientarsi allora? Le sostanze cosmetiche che hanno maggior affinità con la pelle sono sicuramente le sostanze vegetali espresse in latino, per cui tra i primi ingredienti è preferibile trovare anziché derivati del petrolio o siliconi, degli oli vegetali spremuti a freddo. Per quanto riguarda i detergenti è preferibile orientarsi su tensioattivi delicati che non fanno schiuma (questi ultimi risultano aggressivi). Da ricordare poi che una bella pelle inizia con una buona alimentazione!

CONSERVAZIONE DEI PRODOTTI COSMETICI

1. aprite le confezioni solo prima dell'impiego
2. Evitare di lasciare i prodotti aperti ed inutilizzati per tempi troppo lunghi
3. Ogni volta che usate un cosmetico richiudetelo con cura
4. Se il colore o l'odore di un prodotto sono cambiati è preferibile sospendere l'uso. Conservate i cosmetici soprattutto quelli con un termine d'uso limitato in luoghi freschi, asciutti e al riparo dalla luce

5. Non diluite mai un cosmetico, né miscelatelo con altri prodotti. La miscela di uno o più cosmetici può essere effettuata se prevista espressamente dalle istruzioni d'uso.
6. Prima di riutilizzarli, pulite ed asciugate i sistemi di ricarica
7. Si raccomanda l'applicazione di una crema dopo essersi lavati le mani. Può essere utile l'uso di una spatola pulita, talvolta presente nella confezione.
8. Nel caso di mascara ed eyeliner evitate di pompare aria nel contenitore muovendo su e giù lo spazzolino
9. Se più persone usano lo stesso prodotto informatele del modo corretto di utilizzo
10. Mantenete puliti tutti gli oggetti che vengono in contatto diretto con il cosmetico. Lavate periodicamente ed accuratamente le spugnette, le spatole e gli spazzolini per il trucco con sapone, detergenti o shampoo delicati e lasciateli poi asciugare completamente prima del loro impiego
11. Nel caso di prodotti solari ponete la massima attenzione a che non siano lasciati aperti o richiusi con tappi sporchi di sabbia
12. Il buonsenso e le conoscenze che si applicano agli alimenti valgono anche per i cosmetici