

Gli ingredienti più tossici contenuti nei cosmetici

Scritto da Chiara Fornaro

A cura di Claudio Giordano

Responsabile Nazionale C.S.IN. per le Politiche di Tutela dell'Ambiente

Responsabile Nazionale C.S.IN: per la Medicina Cellulare



Ogni giorno utilizziamo **sapone** e detersivi per lavarci, **creme per il viso** e per il corpo per rendere la nostra pelle morbida, **shampoo** e **balsamo** per avere chiome setose, per non parlare poi dell'innumerevole quantità di prodotti cosmetici che noi donne abbiamo nel nostro beauty-case: **rossetti**, ombretti, matite per occhi e labbra, kajal, smalti e mascara di ogni colore. Ma vi siete **mai chiesti cosa c'è all'interno dei prodotti che usiamo quotidianamente?**

Qualche mese fa aveva fatto scalpore una ricerca in cui si affermava che **una donna si spalma ogni giorno 515 tipi di additivi chimici**. Nonostante lo studio sia stato prontamente **smentito da Unipro**, basta soffermarsi almeno una volta a **leggere le etichette** dei più comuni cosmetici e detersivi, per incontrare termini e sigle talvolta difficili da pronunciare che molto spesso si rivelano dannose per la pelle e causa di **fenomeni allergici**, di sensibilizzazione o di irritazione.

Abbiamo provato a stilare una breve lista degli ingredienti nocivi più usati nei cosmetici

I CONSERVANTI ovvero tutte quelle sostanze che devono essere addizionate ai cosmetici contenenti acqua per evitare che si sviluppino muffe o batteri. Tra i più comuni troviamo:

- **FORMALDEIDE:** la troviamo in tantissimi prodotti di uso comune e purtroppo viene largamente usata anche nella conservazione dei cosmetici. Prodotti come **fondotinta**, **shampoo** e smalti contengono formaldeide che oltre ad essere una sostanza conservante è un potente battericida. Nonostante **sia stata accertata la sua cancerogenicità**, la formaldeide continua ad essere contenuta in una vasta gamma di prodotti, anche se a concentrazioni molto basse.

- **PARABENI:** i sei principali parabeni che possiamo trovare nelle formulazioni in commercio sono **methylparaben, ethylparaben, propylparaben, isobutylparaben, butylparaben** e **benzylparaben** e vengono usati come conservanti nelle creme idratanti, **solari**, nei dentifrici, negli shampoo, nei detergenti intimi, nei deodoranti, nei gel da barba, insomma in tantissimi cosmetici di uso quotidiano, persino nei cosiddetti prodotti “naturali” o “organici”. E’ stato ampiamente dimostrato che queste sostanze penetrano attraverso la pelle e restano intatte all’interno del tessuto, accumulandosi. Sebbene siano legalmente autorizzati nell’Unione Europea, anche i parabeni sono seriamente sospettati di essere **cancerogeni**.
- **QUATERNIUM 15:** fa sempre parte dei conservanti. E’ presente in molti cosmetici per il make-up degli occhi, nei fondotinta, negli shampoo ma anche nelle lozioni idratanti e nelle creme solari. E’ nocivo perché rilascia formaldeide, è tossico e dà luogo a fenomeni di sensibilizzazione.
- **KATHON CG:** è un altro conservante, un antimicrobico ad ampio spettro d’azione, incolore e inodore contenuto nei dermocosmetici, nei prodotti per l’igiene personale e nei prodotti per la casa. Dal punto di vista tossicologico, il Kathon CG, è stato classificato come irritante primario nonostante abbia un grandissimo utilizzo. E’ possibile trovarlo sulle etichette con dei sinonimi come **GROTAN, EUXIL** o **ISOTIAZOLINA**.

Altre sostanze impiegate comunemente nei cosmetici che ognuno di noi ha in casa sono:

- **MEA-DEA-TEA:** non sono i nomi di tre simpatiche sorelle ma rispettivamente le sigle di monoethanolamine, diethanolamine, triethanolamine e sono presenti in molti composti cosmetici. Li possiamo trovare quasi sempre nei prodotti che fanno schiuma quindi shampoo, saponi e bagnoschiuma e danno luogo a nitrati e nitrosamine ovvero agenti cancerogeni.
- **PARAFENILENDIAMINA(PFD):** questa sostanza, dal nome difficile da pronunciare, la incontriamo spesso quando andiamo dal parrucchiere, infatti è il colorante più importante usato per le colorazioni permanenti dei capelli. Molto spesso dà luogo a fenomeni di sensibilizzazione tanto che questa sostanza è stata bandita da molti Paesi europei.
- **FTALATI:** una tra le sostanze più incriminate, di cui avevamo già ampiamente parlato, trova ampio utilizzo anche in campo cosmetico. Secondo un rapporto di **Greenpeace**, un grandissimo numero di profumi per uomo e donna delle migliori marche contiene due sostanze che possono avere effetti indesiderati sulla salute: gli ftalati appunto e i muschi sintetici.
- **TENSIOATTIVI:** sono sostanze dotate di proprietà schiumogene, detergenti e solubilizzanti. Sono ovviamente presenti in tutti i prodotti che detergono corpo e capelli e i più conosciuti sono senza dubbio il **sodium laureth sulfate (SLES)** e il **sodium lauryl sulfate (SLS)**. Non sono sostanze cancerogene, come si pensava fino a qualche anno fa, ma essendo molto aggressive è meglio preferire prodotti contenenti **tensioattivi più delicati** e soprattutto limitarne l’uso.
- **TOLUENE:** leggi toluene e pensi subito ai prodotti per le unghie e in effetti il toluene è il solvente che serve a stendere facilmente lo smalto. Purtroppo è stato collegato a disturbi del sistema nervoso e può inoltre causare danni ai reni. Per correre ai ripari alcune case cosmetiche hanno tolto dai componenti dei loro smalti la sostanza incriminata. Forse il nostro smalto si sgretolerà più velocemente, ma avremo la certezza di non avvelenarci.
- **PROFUMO:** tutti i cosmetici in genere hanno un odore gradevole. Siamo portati a pensare che la fragranza all’interno dei prodotti per l’igiene personale sia del tutto innocua, ma non è così. **Il 95% delle sostanze chimiche impiegate nei profumi e nelle fragranze dei cosmetici sono composti sintetici** derivati dal **petrolio** e dal momento che i profumi hanno

un basso peso molecolare, riescono a penetrare più facilmente nella pelle e possono causare allergie o difficoltà respiratorie.

- **IDROCHINONE**: **leggendo le etichette** dei prodotti schiarenti per la pelle è facile imbattersi in questo composto, un **fenolo** che risulta essere nocivo, irritante e pericoloso per l'ambiente. Anche se ne è stato vietato l'uso come schiarente per la pelle, questa sostanza continua ad essere impiegata nelle **tinture per capelli**, anche se a concentrazioni basse.
- **COAL TAR**: spesso in dermatologia per curare la **psoriasi** vengono utilizzati i catrami terapeutici. Tra questi, il più efficace è il Coal Tar ovvero il **catrame minerale** che, per la sua attività riducente e antiseborroica, trova impiego in molte creme antri prurito e nei trattamenti per il cuoio capelluto ma può dar luogo a fenomeni di fotosensibilizzazione.
- **ALLUMINIUM**: lo troviamo all'interno di tantissimi prodotti, alimentari e non, e ovviamente non poteva mancare tra i componenti di molti cosmetici, in particolar modo **deodoranti e antitraspiranti**, che possono contenere fino al 20% di sali di alluminio sotto forma di cloridrati di alluminio e idrati di zirconio. L'uso prolungato di queste sostanze è collegato al rischio di insorgenza di **cancro al seno** poiché i sali di **alluminio** sono in grado di danneggiare in modo significativo il Dna delle cellule, stimolandone la degenerazione in cellule cancerose.

Con questa lista di prodotti nocivi per la salute e l'ambiente, non avevamo intenzione di spaventarvi o convincervi a svuotare il beauty-case! Semplicemente vorremmo cercare di farvi capire quali sono i prodotti più sicuri da usare e spingervi verso un **consumo consapevole** dei cosmetici, **preferendo quelli biologici** (in cui per legge non possono contenere tali sostanze) e che non siano stati **testati su animali**. Ma soprattutto di leggere bene l'etichetta: **conoscere l'INCI** è l'unica arma per scegliere bene.

Chiara Fornaro