



COSMETICI

IMPARIAMO A LEGGERE L'ETICHETTA

Quando si parla di cosmetici in genere si pensa a trucchi e profumi, ma la categoria include anche tutti i prodotti per la cura della persona, dal dentifricio al deodorante, dalla crema idratante al dopobarba. Mediamente donne e uomini utilizzano ogni giorno almeno 7 prodotti cosmetici, motivo per cui è importante imparare a conoscerli per utilizzarli al meglio.

Per definizione *i cosmetici sono prodotti che vanno applicati sulle superfici esterne del corpo oppure sui denti o sulle mucose, allo scopo di pulire, profumare, proteggere, mantenere in buono stato l'aspetto o gli odori del corpo.* I cosmetici quindi non hanno finalità terapeutiche, né possono vantarle.

Tutti i cosmetici venduti in Europa devono attenersi al Regolamento 1223/2009, entrato in vigore in Italia nel 2013, che garantisce che siano rispettate le disposizioni relative a produzione, confezionamento, distribuzione e sicurezza. Ad esempio, un prodotto cosmetico può essere messo in commercio solo se sul recipiente e/o sull'imballaggio sono riportate determinate informazioni, oppure se nella sua composizione non rientrano sostanze vietate, o, ancora, solo se sono stati eseguiti i test di sicurezza.

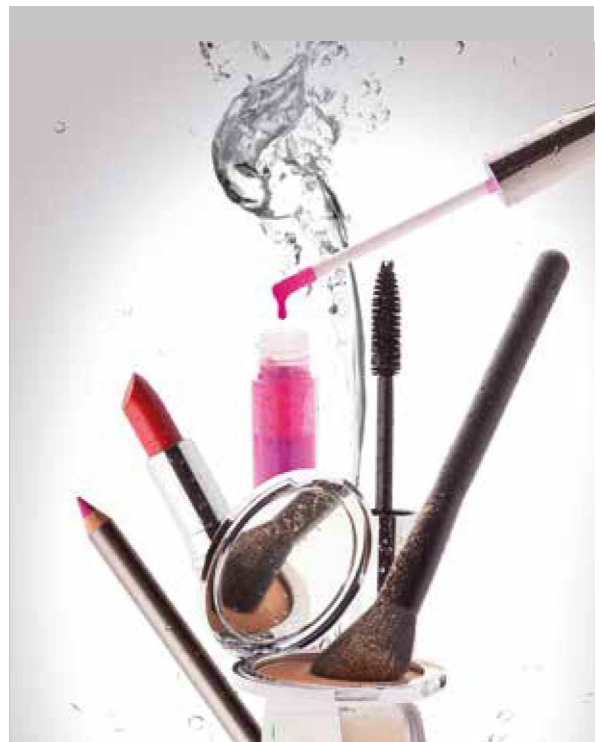
Negli ultimi anni sono emersi dubbi sulla potenziale pericolosità per la salute di alcuni ingredienti contenuti in cosmetici da lungo tempo presenti sul mercato e questo ha inevitabilmente generato una certa confusione tra i consumatori.

Vediamo quindi di fare un po' di chiarezza.

COME LEGGERE LE ETICHETTE

Il primo passo per diventare utilizzatori consapevoli è quello di imparare a leggere l'etichetta.

Il Regolamento stabilisce quali informazioni devono essere obbligatoriamente riportate su tutti i prodotti cosmetici, compresi i campioni gratuiti. Oltre al produttore, il numero di lotto, la funzione, le modalità d'uso e le eventuali avvertenze o



precauzioni d'impiego, è indispensabile che l'etichetta riporti l'elenco degli ingredienti, espresso utilizzando un codice internazionale chiamato **INCI** (International Nomenclature for Cosmetic Ingredients), introdotto in Europa nel 1997.

L'INCI prevede che gli ingredienti siano elencati in ordine decrescente di peso: al primo posto, quindi, compare la sostanza contenuta in percentuale più alta, poi a seguire tutte le altre, fino a quelle contenute in percentuale più bassa. Al di sotto dell'1% gli ingredienti possono essere indicati in ordine sparso.

Un'altra informazione che non deve mai mancare sull'etichetta di un cosmetico è la **scadenza**, ovvero la data entro cui il prodotto, se opportunamente conservato, può essere utilizzato. Tale data è preceduta da un simbolo a clessidra oppure dalla dicitura "Usare preferibilmente entro" ed è obbligatoria solo per i prodotti che hanno una durata minima inferiore a 30 mesi. Per tutti gli altri, invece, la scadenza è indicata a partire dal momento

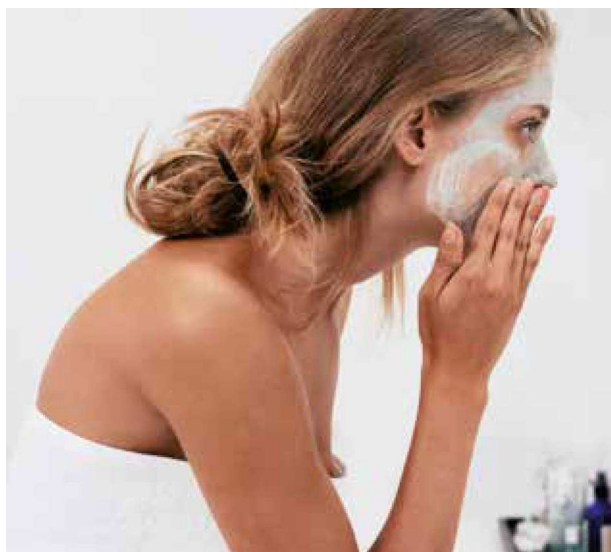
dell'apertura, con il simbolo di un vasetto aperto che indica il numero di mesi entro i quali il prodotto, una volta aperto e ben conservato, mantiene le sue caratteristiche (**PAO**: Period after Opening). Per regolarsi con la scadenza, quindi, è consigliabile annotare la data di apertura, come si fa per gli alimenti e per alcuni farmaci.

Tutte queste informazioni, per ragioni di spazio, sono spesso riportate solo sul confezionamento esterno. È bene, quindi, conservarlo per poterlo eventualmente mostrare al farmacista o al medico nel caso sia necessario individuare una sostanza che ha provocato un effetto indesiderato.

Infatti anche i cosmetici possono, in alcuni casi, indurre reazioni avverse, generalmente dermatiti da contatto di natura irritativa oppure allergica nelle persone sensibili. Tra tutti i numerosi ingredienti dei cosmetici, i principali responsabili delle reazioni allergiche sono i profumi e i conservanti. Sono proprio questi che, da qualche tempo, vengono indicati come sostanze pericolose. Ma è davvero così?

CONSERVANTI SÌ O NO?

Batteri, muffe e funghi presenti nell'ambiente e sulla superficie delle nostre mani potrebbero contaminare il cosmetico e alterarlo. Per preservarne la qualità ed evitare la crescita di questi microrganismi vengono aggiunti alla formulazione i conservanti. Il Regolamento europeo stabilisce precisamente quali sostanze possono essere impiegate e quali no e, in particolare, per i conservanti, stabilisce precise dosi e limiti di impiego.





Tra le sostanze conservanti, vale la pena di ricordare i **parabeni**, utilizzati ampiamente per anni, ma da qualche tempo oggetto di dibattito sia per una presunta cancerogenicità, mai effettivamente dimostrata, sia per quanto riguarda il loro coinvolgimento a livello del sistema endocrino (possibile azione estrogeno-simile). A questo proposito il Comitato Scientifico per la Sicurezza dei Consumatori (CSSC) nel 2014 ha vietato l'utilizzo di alcuni parabeni, su cui sono tuttora in corso accertamenti rispetto ai rischi per la salute, mentre ne ha giudicati sicuri altri, se utilizzati rispettando le concentrazioni massime stabilite. Questi ultimi, pertanto, sono inseriti nell'elenco dei conservanti ammessi nelle formulazioni cosmetiche.

Molte aziende produttrici, tuttavia, hanno deciso di eliminare comunque tutti i parabeni dalle formulazioni cosmetiche e di riportare sulle confezioni la dicitura "senza parabeni". Questo "vanto", tuttavia, secondo il Regolamento europeo sarebbe fuorviante e a breve dovrebbe essere eliminato da tutte confezioni.

L'esclusione dei parabeni, inoltre, non è di

per sé garanzia di maggiore sicurezza perché in alcuni casi ha favorito il ricorso ad altri conservanti potenzialmente dannosi per la salute, come ad esempio il *triclosan*, un antimicrobico ritenuto responsabile di dermatiti da contatto, oppure gli isotiazolinoni (nell'INCI: *methylisothiazolinone* e *methylchlorisothiazolinone*, meglio conosciuto come Kathon CG), riconosciuti come cause scatenanti di numerose reazioni allergiche da contatto.

In generale, quindi, il consiglio soprattutto per chi ha tendenza a sviluppare allergie è quello di leggere attentamente tutta l'etichetta del cosmetico con l'aiuto del farmacista o di un professionista competente. Per creme, sieri e fluidi, inoltre, è preferibile acquistare confezioni *airless* o con dispenser che, rispetto al classico vasetto, contengono meno conservanti e sono meno soggette a contaminazioni esterne. Infine, è bene conservare tutti i cosmetici in luoghi freschi e asciutti al riparo dalla luce e dalle temperature elevate, temperare spesso le matite per gli occhi e lavare periodicamente pennelli e spugnette per il trucco.

I PRODOTTI NON TESTATI SUGLI ANIMALI LO SONO DAVVERO?

Sì. In Europa dal 2004 vige il divieto di testare sugli animali i prodotti cosmetici finiti; dal 2009 il divieto è stato esteso anche agli ingredienti e infine dal 2013 non è più consentito neppure commercializzare nel territorio comunitario i cosmetici testati su animali nei paesi extra-UE. Al di fuori dell'Europa la maggior parte dei Paesi consente la sperimentazione animale e recentemente il Parlamento Europeo ha approvato una mozione per estendere il divieto a livello globale.