ELLE NR 308

ELLE

ELLE.PL

MAJ 05/2020
9,99 zł w tym 8% VAT

TEST
SPRAWDŹ *czy* ŻYJESZ *w* STYLU EKO

MIŁOŚĆ
KIEDY ZACZYNA *się* ZDRADA?

MAKIJAŻ
ŁATWY NATURALNY *z efektem* WOW!

KONIEC SZYBKIEJ MODY

INWESTUJEMY *w* JAKOŚĆ

WRACAMY *do* RZEMIOSŁA

NOSIMY RZECZY *z* RECYKLINGU

NOWY
ODWAŻNY ŚWIAT
GDZIE *będziemy mieszkać* CO *będziemy jeść* CZYM *będziemy jeździć*

ISSN 1232-8308 INDEKS 328790

MOJA MODA · MOJE ELLE

MAJ 2020

EL0520_okladka.indd 1 17.03.2020 16:19:14

Naprawdę NATURALNE?

ILE WSPÓLNEGO Z EKOLOGIĄ MAJĄ NATURALNE KOSMETYKI? I CZY ICH SKŁADNIKI ZAWSZE SĄ LEPSZE OD SZTUCZNYCH? **OBALAMY NAJPOPULARNIEJSZE ZIELONE MITY**.

TEKST **MARTA KRUPIŃSKA**

Nie smaruj się niczym, czego byś nie zjadła" – mówi na YouTubie z promiennym uśmiechem top modelka Miranda Kerr. Nie, nie wymyśliła tego. To jedna z głównych zasad ajurwedy, znana od tysięcy lat, którą jak mantrę powtarza dziś coraz więcej osób. Faktem jest, że nasza skóra nie potrzebuje kremu z całą tablicą Mendelejewa. Zwłaszcza w obliczu wszechobecnej chemii, z którą mamy do czynienia na każdym kroku. Ale co to właściwie znaczy, że kosmetyk jest naturalny?

W Polsce nie ma w tej kwestii jasnych regulacji prawnych. Efekt? Dezinformacja, zamęt na rynku i coraz powszechniejsze zjawisko greenwashingu, czyli tzw. ekościema albo zielone kłamstwo. Albo przynajmniej chodzenie na skróty. Przykład? Ekolinie wypuszczane przez popularne marki kosmetyczne, w których obok składników pochodzenia naturalnego (najczęściej rafinowanych, o słabszym działaniu aktywnym) są syntetyczne zapachy, konserwanty i wypełniacze z ekologią niemające nic wspólnego.

EL0520_uroda_GREEN.indd 158 17.03.2020 16:04:53

Przy wyborze KOSMETYKÓW

NIE KIERUJ SIĘ OPAKOWANIEM. *Zielone listki i napisy „bio", „eko"* NIE SĄ WYZNACZNIKIEM DOBREGO (I NATURALNEGO) SKŁADU PRODUKTU.

DOBRY SKŁAD

Powiedzenie „nie oceniaj książki po okładce" sprawdza się także w przypadku kosmetyków. Zielone listki, szare kartony czy napisy „bio" i „eko" na opakowaniu nie są żadną gwarancją naturalnego (i dobrego) składu kremu. Co innego certyfikaty. Jedne z najbardziej znanych to Ecocert, NaTrue, Cosmos Natural/Organic. Żeby je otrzymać, trzeba spełnić restrykcyjne wymogi co do receptury i procesu produkcji. – Nie każdą firmę na to stać, zwłaszcza że kosmetyki naturalne często są produkowane przez niszowe, rodzinne marki. W przypadku braku certyfikatu trzeba czytać listę składników INCI. Im mniej jest tam cyferek i nazw przypominających lekcje chemii, a więcej łacińskich nazw roślin, tym lepiej. Ważne jest też miejsce na liście, a więc jeśli kosmetyk z aloesem, to sok z aloesu powinien być na początku, gdy jest na końcu – nie warto kupować, bo produkt zawiera jego śladowe ilości – tłumaczy prawniczka specjalizująca się w prawie kosmetycznym, Dominika Chirek. Prowadzi też bloga „Naturalnie proste", na którym demaskuje „ekościemy" na rynku kosmetyków.

(NIE) DLA ALERGIKÓW I WEGAN

Kosmetyk naturalny nie dla każdego będzie dobry. – Substancje pochodzenia naturalnego, np. olejki eteryczne, są jednymi z najsilniejszych alergenów. Zawsze występują na końcu listy składników. Dlatego warto czytać ją od dołu – mówi Magdalena Szymanowska, założycielka marki organicznych i bezzapachowych płynów do higieny intymnej 4organic. I dodaje, że aby produkt nie uczulał, musi być pozbawiony barwników i składników zapachowych. Warto też pamiętać, że kosmetyki wegańskie nie muszą być naturalne. Nie zawierają substancji pochodzenia zwierzęcego, jak miód, wosk pszczeli, lanolina, ale mogą mieć chemiczny skład.

PLUSY I MINUSY

Jeśli na etykiecie jest opis: 99 proc. naturalnych składników aktywnych, nie daj się zwieść. – Ich ilość w kosmetyku może stanowić 5–10 proc., więc 99 proc. liczymy z tych 5–10 proc. A reszta? – komentuje Magda Szymanowska. Warto pamiętać też, że ekokosmetyk, np. na bazie tłoczonych na zimno, nierafinowanych olejów, może mieć nieco kleistą konsystencję (w przeciwieństwie do supergładkich i niezostawiających tłustej warstwy kremów z syntetycznymi sylikonami). Ma też krótszą datę ważności: do sześciu (a czasem tylko trzech) miesięcy od otwarcia, a często i wyższą cenę niż jego drogeryjny odpowiednik. – Jeśli firma nie produkuje kosmetyków na dużą skalę, za to używa jakościowych surowców, to jej produkty muszą być droższe. Jednak będą też wydajniejsze, dzięki czemu wystarczą na dłużej – mówi kosmetolożka Anna Grela. Nierafinowane oleje zawierają znacznie więcej substancji korzystnych dla skóry, więc wystarczy ich niewielka ilość. Zmniejszają też zapotrzebowanie na konserwanty i wypełniacze. I wodę, która wciąż stanowi główny składnik wielu kosmetyków, choć jej zasoby się kurczą i niedługo może się stać cenniejsza niż ropa naftowa. Według Światowego Instytutu Zasobów w 2030 roku 470 milionów ludzi nie będzie mieć dostępu do wody.

Uważnie podchodźmy też do pochodnych ropy naftowej, jak **Paraffinum Liquidum, Paraffin Oil, Paraffin, Mineral Oil, Petrolatum, Cera Microcristallina.** – Są to substancje syntetyczne, tworzące niewidoczną barierę, która może zaburzać metabolizm skóry i np. zapychać pory, powodując zaskórniki – ostrzega Magda Szymanowska. Kontrowersyjnym składnikiem są też parabeny. Żeby było jasne: w odpowiednich stężeniach część z nich jest dopuszczona do stosowania w kosmetykach. Nie znajdziemy ich jednak w produktach naturalnych, bo według niektórych badań są one potencjalnie szkodliwe i ich dawki mogą kumulować się w organizmie.

BEZ PRZESADY

Nie popadajmy jednak ze skrajności w skrajność. Niektórych składników, jak witamina C, praktycznie nie da się pozyskać naturalnie w dużych ilościach. I tu do gry wkracza biotechnologia, która daje szansę na ochronę zasobów naturalnych i zachowanie różnorodności biologicznej, np. przez pobieranie bakterii ze środowiska i tworzenie z nich kwasu hialuronowego. Syntetyczne składniki w kosmetykach mogą pomóc w ograniczeniu rolnictwa hodowlanego i wycinki lasów, a w konsekwencji zmniejszyć ślad węglowy, czyli wpływ danego produktu na zanieczyszczenie środowiska. Czasem więc „chemia" może okazać się lepsza niż natura. ●

CZARNA LISTA

CZEGO *nie* ZNAJDZIESZ W NATURALNYCH KOSMETYKACH? TO GŁÓWNIE KONSERWANTY *o* SILNYM POTENCJALE ALERGENNYM, *np.*:

- **BENZYLHEMIFORMAL**
- **METHENAMINE**
- **PARAFORMALDEHYD, FORMALDEHYD**
- **2-BROMO-2-NITROPROPANE-1,3-DIOL**
- **5-BROMO-5-NITRO-1,3-DIOXANE**
- **DIAZOLIDINYL UREA**
- **DMDM HYDANTOIN**
- **IMIDAZOLIDINYL UREA**
- **QUATERNIUM-15**
- **METHYLISOTHIAZOLINONE (MI)**
- **METHYLCHLOROISOTHIAZOLINONE (MCI)**

Zdjęcie: Lunde Baard, stylizacja: Deborah Dutrain

EL0520_uroda_GREEN.indd 159 17.03.2020 16:04:53