Un tempo c'erano la saponetta e qualche crema, di solito una per il corpo e una per il viso. Poi l'industria cosmetica è esplosa, complice il mito della giovinezza perenne ed una lotta feroce (e persa in partenza) contro il passare del tempo, che va combattuto e ostacolato con tutti i mezzi e gli intrugli possibili (i famosi *anti-age*). Schiume, scrub, gel, sieri, contorno occhi-bocca-labbra, rimpolpante, schiarente, rassodante, tonico magico e acqua micellare per non perdere l'idratazione cutanea. Le guru della cura della pelle la chiamano "***beauty routine***", un rituale di bellezza quotidiano indispensabile da ripetere almeno due volte al giorno, secondo loro, per prendersi cura di sé nella maniera giusta. Così, oltre al sapone, **una donna in media utilizza 12 prodotti** per la cura personale al giorno, esponendosi più o meno a **168 diversi ingredienti chimici** (dati dell'Environmental Working Group – EWG). Sappiamo che la pelle è l'organo più esteso del nostro corpo, e che le sostanze chimiche presenti negli abiti, ma ancor di più nei cosmetici, possono essere assorbite attraverso i pori ed entrare nel flusso sanguigno, portando anche a una serie di problemi di salute.

Non sono poche le storie di aziende di bellezza che, negli ultimi anni, sono state costrette a ritirare i loro prodotti dal mercato a causa di alcuni **ingredienti tossici** presenti nei propri composti. Ha fatto scalpore il caso *Johnson & Johnson*: nel 2018 l'azienda è stata costretta a pagare oltre quattro miliardi di dollari di risarcimento danni, in seguito ad una querela fatta in merito al **talco per bambini**, che pare sia stato la causa del cancro alle ovaie riscontrato in seguito all'uso prolungato del prodotto. Anche l'Oreal è stata citata in giudizio per pubblicità ingannevole, dopo che è stato scoperto che i suoi prodotti "completamente naturali" contenevano sostanze chimiche tossiche. Il problema della chimica non buona estesa ai cosmetici si combatte da tempo; tanti sono stati i provvedimenti e le limitazioni imposte a livello legislativo, ma non sempre e non abbastanza stringenti. Ecco, perché il primo strumento che abbiamo a disposizione è la **conoscenza;** il secondo è la **possibilità di scegliere** in maniera consapevole. Trattandosi della nostra pelle, conviene pensarci cinque minuti in più.

Ingredienti tossici cui fare attenzione

Gli **INCI**, ovvero la lista degli ingredienti che compongono un certo prodotto, sono obiettivamente scritti con caratteri sempre più piccoli sulle confezioni. Eppure meritano lo stesso di essere letti e capiti, in modo tale da evitare quelli contenenti sostanze potenzialmente pericolose. Queste alcune di quelle che dovrebbero far drizzare le antenne (e lasciare la confezione dov'è).

I parabeni sono banalmente i conservanti dei prodotti cosmetici. Sono indicati con nomi esotici come propylparaben e butylparaben, e hanno la capacità di interferire con il normale funzionamento del sistema endocrino, alterandolo (sono stati collegati anche al cancro e alla tossicità riproduttiva). Anche la **formaldeide** è spesso usata come conservante in molti prodotti per la cura personale; oltre a causare irritazione alla pelle è stata spesso collegata a tumori del sangue, dei polmoni e del naso.

I ftalati sono un derivato del petrolio, usati soprattutto negli smalti, per rendere più facile l'applicazione, e per far durare le fragranze più a lungo. Sono stati collegati a una serie di problemi di salute, tra cui danni riproduttivi, difetti alla nascita, danni al fegato e ai reni,

oltre ad essere collegati all'insorgenza del diabete di tipo due.

I solfati sono emulsionanti, agenti che legano le parti liposolubili a quelle idrosolubili. Sono i responsabili di quella morbida schiuma che dà l'impressione di lavare meglio e di più, oltre che sgrassanti. In grande quantità possono privare la pelle dei suoi oli naturali, causando secchezza, sensibilità e irritazione. Si trovano indicati, tra gli altri, come: Monoethanolamine (MEA), Triethanolamine (TEA), Diethanolamine (DEA) (es. Cocamide Dea), SLS – Sodium Lauryl Sulfate o PEG – Polietilenglicole.

Siliconi: i siliconi sono quelle sostanze chimiche responsabili della "*texture più liscia*" di numerose creme e saponi; quelle che rendono i prodotti semplici da spalmare e capaci di donare a pelle e capelli quella sensazione di morbidezza e setosità…temporanea. Già, la percezione di una superfice vellutata al tatto dura poco (un effetto effimero e per nulla sostanziale o benefico), ma l'impatto sull'ambiente e la sua tossicità perdurano nel tempo. Ecco perché sono ritenuti un rischio (tutto quello che finisce nell'ambiente poi fa il giro e ci ritorna addosso sotto varie forme)!

Il talco è un composto di origine minerale utilizzato in molti cosmetici tra cui deodoranti, blush e pure nel borotalco per bambini. Spesso in natura è contaminato con l'amianto (noto agente cancerogeno), quindi se i siti di estrazione non sono selezionati con cura e se il talco non viene adeguatamente purificato, potrebbe essere contaminato con i sottili cristalli fibrosi di questo minerale mortale. Gli studi collegano l'uso di prodotti con talco contaminato alle cause del mesotelioma, del carcinoma polmonare e ovarico.

Anche gli **Oli minerali** (diversi da quelli essenziali) e i **profumi artificiali** sono da tenere sotto controllo. I primi sono, a tutti gli effetti, sottoprodotti della distillazione del petrolio: economici, non biodegradabili e di fatto pericolosi per l'ambiente e la fauna. Nonostante l'assorbimento cutaneo dell'olio minerale avvenga in piccole quantità (quindi idratano molto poco rispetto a quel che promettono) prove sostanziali hanno dimostrato l'accumulo d'idrocarburi di olio minerale nel grasso corporeo. Si tratta comunque di petrolio nell'organismo… I profumi artificiali non sono altro che un mix di centinaia di sostanze chimiche in grado di riprodurre l'odore desiderato. Certe combinazioni sono particolarmente fastidiose (possono causare reazioni allergiche o grandi mal di testa); altre sono anche dannose per l'ambiente e per questo già vietate.

Fortunatamente l'industria della bellezza si sta adeguando alle crescenti preoccupazioni delle persone (non scordiamoci che **il mercato, dopo tutto, siamo noi**), rispondendo con prodotti più naturali o per lo meno privi di sostanze nocive. È importante essere consapevoli di quali ingredienti sono presenti nei prodotti che mettiamo addosso giornalmente; e

provare, per quanto possibile, a rivolgersi a chi non cerca di venderci ideali e prodotti di bellezza… tossici.

[di Marina Savarese]