

## **Czy trzeba bać się konserwantów?**

Ostatnimi czasy bardzo dużo mówi się o szkodliwości konserwantów, poszukujemy kosmetyków bez konserwantów, fora internetowe pełne są dyskusji, które konserwanty są „naturalne” i nie szkodzą skórze. Na liście konserwantów wyklętych w kosmetykach możemy znaleźć parabeny i phenoxyethanol, a na liście konserwantów dopuszczonych dla kosmetyków certyfikowanych jako organiczne znajdujemy substancje silnie alergizujące. Jak się w tym odnaleźć?

### **Dlaczego konserwanty są nam potrzebne?**

Zacznijmy od stwierdzenia, że kosmetyki zawierające w swoim składzie wodę, a także wody kwiatowe czy sok z aloesu muszą zawierać konserwanty, żeby zapewnić bezpieczeństwo używania produktu i przedłużyć jego przydatność. Standardowy krem zawierający wodę bez konserwantów jest przydatny do użycia około 30 dni. Konserwanty zabezpieczają gotowy produkt przed rozwojem bakterii, grzybów i drożdży, a także przed rozkładem składników pod wpływem tlenu z powietrza. Jeśli mamy krem w słoiczku, to przy każdym użyciu dostarczamy do produktu bakterie i grzyby z naszych placów a także z powietrza. Do słoiczka dostaje się tlen, który powoduje rozpad i utlenianie składników, co może prowadzić do zmniejszenia ich skuteczności lub nawet zwiększenia ich zdolności do podrażniania skóry. Dodatkowo, większość z nas trzyma swoje kosmetyki w łazience, która jest idealnym miejscem do rozwoju szkodliwych mikroorganizmów z powodu wysokiej wilgotności i podwyższonej temperatury.

### **Czy istnieją kosmetyki bez konserwantów?**

Pewne grupy kosmetyków nie wymagają użycia konserwantów, bo ich formuła nie zawiera wody ani soku z aloesu czy wód kwiatowych, które są świetnym środowiskiem dla namnażania bakterii i grzybów. Do takich kosmetyków możemy zaliczyć pomadki do ust, wszelkie pudry i cienie do powiek (choć mogą zawierać konserwanty dla ochrony przed wilgocią z powietrza i kontaktem ze skórą), produkty w sztyfcie, jak dezodoranty, masła do ciała, produkty w proszku do higieny jamy ustnej.

### **Czy istnieją konserwanty naturalne?**

Część konserwantów ma swoje odpowiedniki w przyrodzie. Występują one w roślinach, którym służą do ochrony przed mikroorganizmami. Konserwanty te mogą być użyte w kosmetykach, jednak są dużo mniej

skuteczne niż te wytworzone w procesie syntezy chemicznej i trzeba ich użyć dużo więcej, żeby mogły spełniać swoje zadanie. Są także mniej stabilne niż ich chemiczne odpowiedniki i mogą krócej chronić produkt przed zepsuciem.

Poniżej lista konserwantów dopuszczonych w organicznych kosmetykach certyfikowanych przez EcoCert. Konserwanty te mają pochodzenie naturalne, choć najczęściej używane są w postaci syntetycznej.

---

❖ Benzoic acid i jego sole

---

❖ Benzyl alcohol

---

❖ Dehydroacetic acid i jego sole

---

❖ Salicylic acid i jego sole

---

❖ Sorbic acid i jego sole

---

W roślinach i ich owocach możemy znaleźć także konserwanty, które uważane są za kontrowersyjne i potencjalnie szkodliwe, choć na razie nie jest to do końca udowodnione. Mowa o parabenach, które obecne są np. w owocach maliny moroszki czy w strąkach wanilii Bourbon.

### **Które konserwanty uczulają?**

W ostatniej dekadzie istnieje zauważalny wzrost uczuleń na konserwanty zawarte w kosmetykach. Regulacja o kosmetykach Unii Europejskiej wskazuje listę 26 potencjalnie najbardziej alergizujących substancji używanych przy produkcji kosmetyków. Na tej liście znajdują się pochodne kwasu salicylowego ( Salicylic acid) oraz alkohol benzylowy (Benzyl alcohol), choć są uważane za konserwanty pochodzenia naturalnego i bezpieczne dla użytkowników. Inny konserwantem o potencjalnie dużym indeksie alergizującym jest phenoxyethanol, który dodawany jest do kosmetyków w zastępstwie parabenów, jako środek o szerokim spektrum bakteriobójczym i stosunkowo tani.

Natomiast same parabeny są uważane za konserwanty o niskim potencjale alergizującym, bezpieczne nawet dla osób z egzemą, dlatego są szeroko stosowane w preparatach leczniczych, choć wielu producentów kosmetyków z nich zrezygnowało.

### **Jak bezpiecznie używać kosmetyki?**

Wszystkie kosmetyki muszą mieć oznaczoną datę trwałości, która zapewnia bezpieczne stosowanie. Dla kosmetyków z ważnością poniżej 30 miesięcy producent musi podać dokładną datę, do której produkt może być sprzedawany i używany. Dla kosmetyków, które są przydatne do użycia powyżej 30 miesięcy producent umieszcza na opakowaniu grafikę tzw. słóiczek PAO (period-after-opening), który pokazuje liczbę miesięcy

przydatności kosmetyku po pierwszym otwarciu opakowania. Takiego oznaczenia nie stosuje się dla produktów, które nie tracą swoich właściwości, których się nie otwiera (np. aerozole) lub które są do jednorazowego użycia (np. próbki).