

Prírodná kozmetika

Pojem prírodná kozmetika je značne hmlistý a zatiaľ preň v EÚ neexistujú žiadne záväzné pravidlá

Návrat k prírode slávi svoj triumf aj v kozmetike. Kozmetické výrobky založené na báze prírodných produktov alebo výrobky s prírodnými zložkami sa v súčasnosti stávajú populárnymi a módnymi. Kozmetika prešla dlhú cestu od doby, keď bola prvýkrát objavená, od čias, keď Egypťania miešali liečivé masti a elixíry z najlepších bylín a olejov. V súčasnosti utrácajú Američania takmer 3 miliardy dolárov ročne na prípravky starostlivosti o telo a tvár. V poslednom desaťročí sa prírodný prístup v kozmetickom priemysle dostatočne presadil, pretože ľudia vyhľadávajú jemnejší a ekologickejší prístup k pokožke a starostlivosti o telo. Prispieva k tomu aj nový moderný trend životného štýlu – wellness, ktorý sa začína udomáňovať aj u nás.

Názory odborníkov

Čo všetko sa však skrýva pod pojmom prírodná kozmetika? V súčasnosti existuje viacero definícií. Kozmetológovia považujú za prírodné kozmetické prostriedky tie, ktoré sú zostavené z prírodných materiálov rastlinného, živočíšneho alebo minerálneho pôvodu, získaných ustanoveným spôsobom. Rozumie sa tým, že jednotlivé zložky sú prírodných materiálov izolované fyzikálnymi šetrnými spôsobmi (napr. centrifúgou, filtráciou, extrakciou, destiláciou, zmrazovaním, sušením) alebo aj enzymatickými alebo mikrobiálnymi metódami. Rastlinné oleje sa napríklad získavajú lisovaním za studena. V takto vyrobenom oleji zostáva maximum cenných látok a navyše v prirodzenom stave, ktoré dokáže ľudské telo najlepšie využiť. Vďaka obsahu aktívnych enzýmov, vitamínov, fytohormónov a ďalších biologicky aktívnych látok majú priaznivý účinok na organizmus. Nevýhodou prírodnej kozmetiky je v porovnaní s bežnými kozmetickými prípravkami vysoká náročnosť na prípravu, prepravu i skladovanie, ale aj krátka trvanlivosť. Na predĺženie trvanlivosti by sa podľa kozmetológov mali používať iba vybrané povolené konzervačné látky, a to kyseliny benzoová, salicylová, propiónová, sorbová a ich soli, a pod. Používané emulgátory, farbivá a parfumy by mali byť tiež prírodného pôvodu. Ak je na etikete výrobku uvedené, že ide o naturálny produkt, nemalo by na nej chýbať ani to, že výrobok je konzervovaný a konkrétne čím. Niektoré skupiny expertov, napríklad v Nemecku, delia prírodnú kozmetiku do viacerých kategórií: Pure nature (vyrobená výhradne z prírodných surovín), prírodná kozmetika

(prírodný základ + povolené konzervanty) a kozmetika s obsahom prírodných látok (sú len ako doplnok).

„Podľa môjho názoru by prírodná kozmetika mala obsahovať zložky prírodného charakteru, nie vyrobené synteticky a konzervované určitými povolenými látkami. Prirodzene, takýto produkt musí byť zákonite drahší, ale je na spotrebiteľovi, čo si vyberie a čomu dá prednosť,“ domnieva sa **Ing. Elena Kohútová**, odborníčka na oblasť legislatívy kozmetiky z Úradu verejného zdravotníctva SR. Dodáva, že kým v tomto smere nie je európska legislatíva harmonizovaná, každý štát si na základe svojich zvyklostí a tradícií môže vytvoriť vlastné pravidlá. Znamená to, že každý výrobca či dovozca si takrečeno môže robiť čo chce? *„Nie je to celkom tak, pretože firmám určite záleží na ich dobrom mene,“* vysvetľuje Ing. Kohútová. *„Keď raz výrobca napíše na etiketu, že ide o prírodný produkt, určité prírodné zložky by v ňom mali byť. Podľa platnej legislatívy musia byť totiž údaje na obale výrobku pravdivé a spotrebiteľ nesmie byť uvedený do omylu.“*

Pravda a mýty

Často sa v praxi stretávame s názorom, že prírodná kozmetika je bezpečnejšia a vhodná pre každého, čo zvyknú tvrdiť aj mnohí výrobcovia. Lenže bezpečné musia byť všetky kozmetické produkty bez rozdielu. *„Nedá sa jednoznačne tvrdiť, že prírodná kozmetika je bezpečnejšia než tá, čo obsahuje syntetické zložky, hádam len to, že je nášmu organizmu prirodzenejšia,“* vysvetľuje Ing. Kohútová. Niektoré produkty prírodnej kozmetiky obsahujú totiž aj alergizujúce zložky (vonné a aromatické látky, napr. z citrusových plodov), ktoré u niektorých jedincov môžu vyvolať nežiaduce reakcie ako podráždenie či precitlivosť. Ďalším rozporuplným tvrdením je konštatovanie, že prípravky prírodnej kozmetiky sú hypoalergénne, a teda vhodné aj pre citlivú pokožku. Pojem hypoalergénny, označuje, že výrobok obsahuje zložky, ktoré sú bezpečné a nemal by vyvolať alergické reakcie. Riziko sa síce znižuje na minimum, ale to neznamená, že je nulové. Neexistuje totiž žiaden výrobok, ktorý by mohol stopercentne garantovať, že sa nenájde nikto, komu by jeho používanie spôsobilo nejaké problémy. *„Tento pojem je relatívny a pre niektoré firmy predstavuje aj šikovný marketingový ťah. Niektoré spoločnosti predávajú svoje výrobky výhradne v lekárnach, čím by chceli naznačiť ich liečivé účinky. To však nie je celkom pravda. Keby kozmetika mala liečivé účinky, nešlo by už o skrášľovací výrobok, ale liek. A v tom prípade už preň platia celkom iné kritériá,“* uzatvára Ing. Kohútová.

Naturálna kozmetika je za súčasných podmienok teda komplexný a značne emotívne podfarbený pojem. Kritika konzumnej spoločnosti, hľadanie harmónie tela a duše (ezoterika),

prírodné zdravotné účinky kráčajúc ruka v ruke s marketingovými stratégiami firiem zohrávajú pri uvádzaní na trh a predaji týchto produktov veľmi významnú úlohu. Práve preto je veľmi potrebná jednotná definícia tohto pojmu v rámci Európy a harmonizácia legislatívy v jednotlivých krajinách.

Slovníček vybraných pojmov a zložiek používaných v prírodnej kozmetike

Aloe vera gél

Je to gél z dužinatých listov s veľmi efektívnym účinkom pri ošetrovaní popálenín a drobných poranení. Pre svoje antiseptické vlastnosti sa používa v prírodnej kozmetike ako konzervant, uplatnenie nachádza tiež v prípravkoch na akné a proti lupinám vo vlasoch.

Amarantový olej

Pochádza z rastliny oddávna pestovanej indiánskymi kultúrami Južnej Ameriky pre svoju vysokú výživnú hodnotu. Olej obsahuje najmä nenasýtené mastné kyseliny a používa sa predovšetkým v prípravkoch pre suchú a citlivú pleť.

Avokádový olej

Patrí do skupiny olejov podľa zloženia blízky tukom v ľudskej pokožke. Obsahuje vitamíny A, E, D, lecitín a rad minerálov. Podporuje obnovu buniek a regeneráciu pokožky, zmäkčuje stvrdnutú kožu.

Broskyňový olej

Zložením je príbuzný mandľovému a marhuľovému oleju. Je vhodný do výrobkov určených pre suchú a starnúcu pokožku, má dobré protivráskové účinky.

Čajovníkový olej

Je známy aj pod názvom Tee Tree Oil (TTO). Získava sa z vetvičiek stromu Čajovníka austrálskeho. Patrí medzi najsilnejšie prírodné antiseptiká. V prírodnej kozmetike sa používa čistý pri poraneniach, uštipnutí hmyzom, na zapálené miesta pokožky.

Konzervanty

Zložky používané na účely inhibície vývoja mikroorganizmov v kozmetických výrobkoch. Prírodné konzervanty (napr. aloe vera gél, výťažok z grapefruitových kôstok, citrónová šťava,

cukor, alkohol, éterické silice...) majú oproti syntetickým menšie možnosti, predlžujú však skladovateľnosť a použiteľnosť prípravkov.

Makadamiový olej

Tento jedinečný olej získaný zo semien orechov lisovaním za studena je výborný najmä na masáže. Využíva sa aj v kozmetike, lebo obsahuje vitamíny A,B a E a ochranný UV faktor 3 až 4. Má regeneračné a výborné hydratačné účinky.

Mandľový olej

Nazýva sa tiež olejom starých Grékov a Rimanov. Zaraďuje sa medzi najcennejšie rastlinné oleje. Chráni pokožku, pomáha najmä suchej koži so sklonom k olupovaniu, svrbeniu a popraskaniu. Je vhodný aj pre detskú pokožku.

Olivový olej

Získava sa z plodov olív. Obsahuje všetky v oleji rozpustné vitamíny, fytosteróny, fosfolipidy a ďalšie výtázky. Odporúča sa na suchú, alergickú pokožku, aj na jemnú pokožku batoliat. Vhodný je do vlasových zábalov a balzamov.

Sheabutter

Nazýva sa aj maslo karité, bambarské alebo bambucké maslo a získava sa z plodov afrického maslovníka. Obsahuje polovicu nasýtených a polovicu nenasýtených mastných kyselín, rozpúšťadlá. Na pokožke tvorí tenkú ochrannú vrstvu, chráni ju pred stratou vlastnej vlhkosti.

Pripravila **Marianna Sadloňová**