**http://www.ecoagricultor.com/que-certificaciones-hay-en-la-cosmetica-ecologica/**

**¿Qué certificaciones hay en la cosmética ecológica?**

LA CERTIFICACIÓN DE LA COSMÉTICA ECONATURAL

Nos podemos encontrar en el mercado numerosos cosméticos y productos de higiene personal que utilizan los términos “natural” o “ecológico” como reclamo publicitario. Los únicos cosméticos que nos garantizan que contienen ingredientes naturales o ecológicos, están libres de sustancias peligrosas para nuestra salud y el medio ambiente son aquellos que han sido certificados bajo alguna de las normativas existentes en el mundo. Los sellos pueden ayudarnos objetivamente a elegir un auténtico cosmético econatural.

Actualmente los términos “natural” y “ecológico” en cosmética no están protegidos como sucede con el término “ecológico” en alimentación. Esto implica que cualquiera puede utilizar estos términos en un cosmético. No existen leyes pero si existen normativas privadas que regulan este tipo de productos y que han sido desarrolladas por certificadoras, asociaciones, fabricantes o algún otro tipo de agente del sector. El cumplimiento de estos requisitos exige un control externo independiente que lo valide, tarea que llevan a cabo diferentes empresas de certificación a través de inspecciones periódicas. Los sellos existentes en el mercado pueden ser de normativas específicas de cosmética o genéricos aplicables a diferentes productos. Por ejemplo los cosméticos con el sello de USDA son tratados como si fueran un producto de alimentación y certificados bajo la normativa NOP para alimentos. Siempre que encontramos un sello en un producto hemos de preguntarnos qué significa y qué hay detrás. Es muy importante conocer la diferencia entre el sello de la norma que cumple el producto y el sello de la certificadora que lo garantiza. Por ejemplo:

.  
**http://www.theecologist.net/files/articulos/logovidasana.jpgRecomendado Asociación Vida Sana**: Sello de la norma creada por la As. Vida Sana

.

**Control IMO:** Sello de la certificadora internacional con sede en Suiza Institute for Marketecology encargado de controlar que los fabricantes cumplen las normas de cosmética econatural de la As. Vida Sana

La mayoría de las normas de cosmética econatural suelen tener unas bases comunes que marcan: ✔ % mínimo de ingredientes ecológicos. ✔ Cuánto % de ingredientes no naturales están permitidos en un producto. Normalmente mediante listado de ingredientes permitidos y/o prohibidos. ✔ Qué procesos de transformación pueden o no llevarse a cabo para elaborar el cosmético o bien la materia prima. ✔ La transformación ha de seguir una “química verde”; evitar la contaminación, usar materias primas fácilmente renovables, reducir el consumo energético (por ejemplo potenciar las reacciones a temperatura ambiente) y asegurar que los productos químicos usados en la reacción pueden ser degradados después de su uso. ✔ Si el agua se cuenta o no en el cálculo del % parcial de ingredientes ecológicos del producto. ✔ No estar testados en animales. ✔ No se permite el uso de organismos modificados genéticamente ni nanopartículas. ✔ Quedan prohibidos ciertos procesos agresivos como puede ser la irradiación del producto en la conservación.

Los principales sellos que se pueden encontrar en los cosméticos que se comercializan en Europa son:

**http://www.theecologist.net/files/articulos/logovidasana.jpgSello creado por la Asociación Vida Sana.** Con tres categorías: 1. “NATURAL”: como mínimo el 95% de los ingredientes han de ser naturales. Se permite un 5% de productos no naturales similares a los naturales o sintéticos siempre que estos sean imprescindibles para la formulación. 2. “NATURAL CON % INGREDIENTES ECOLÓGICOS”: igual que el natural pero con algún ingrediente ecológico. 3. “ECOLÓGICO”: como mínimo el 95% de los ingredientes certificables son ecológicos. El logo aparece en todas las categorías

.

**Otras cosas que quizá te interesen**

* [](http://www.ecoagricultor.com/mascarilla-casera-depurativa-cutis/)

**Cosmética Natural: ¿Cómo hacer en casa una sencilla y efectiva mascarilla para el cutis?**

**Sólo necesitas fresas.**

Las fresas o frutillas son depurativas, por eso si tienes puntos negros, impurezas o cutis graso, gracias a la acción astringente y depurativa de las fresas conseguirás una notable mejora de la salud y aspecto de la piel. Además las fresas son ricas en ácido salicílico, por lo que es muy efectivo su uso en casos de acné. También son ricas en vitamina C y E, lo que las convierte en una fuente excelente de antioxidantes que podemos aprovechar para uso externo y que nos será de gran ayuda para regenerar, hidratar y rejuvenecer nuestro cutis.

Utilizando esta mascarilla unas 3 ó 4 veces por semana la piel mejora notablemente. Algunos de los resultados que notaremos serán: piel más limpia y luminosa, más nutrida, mejora de las imperfecciones, piel más suave, y en casos de acné también se aprecian mejoras. No debemos olvidar que además debemos intentar llevar una alimentación equilibrada, hacer deporte, al menos tres veces a la semana, y mantenernos hidratados con zumos de frutas hechos en casa o agua, pues son muchos factores los que afectan a la salud y aspecto de la piel. Pero aquí puedes ver más **propiedades y usos terapéuticos de las fresas.**

**Elaboración:**

Necesitarás unas 3 o 4 fresas para cada aplicación. Las lavas y quitas las hojas verdes. Ahora las machacas, escurres el jugo que sueltan las fresas en un recipiente y la pulpa en otro. Si tienes el cutis graso puedes añadir unas gotas de limón al jugo de fresas.

Para aplicar el zumo. Impregnaremos un algodón en éste dando golpecitos suaves sobre el rostro y cuello, asegurándonos de que los cubrimos por completo.

Una vez que se ha secado aplicaremos la pulpa sobre el rostro y la dejamos actuar unos 30 minutos, tras los cuales aclaramos bien con agua tibia.

Como siempre, una dieta equilibrada y rica en frutas y verduras frescas nos mantendrá sanos y eso se reflejará en nuestra piel, así que además de aplicar esta marcarilla de fresas localmente te animo a que las disfrutes en la mesa.

[](http://www.ecoagricultor.com/conoce-estas-8-recetas-caseras-de-belleza-e-higiene/)

[Conoce estas 8 recetas caseras de belleza e higiene.](http://www.ecoagricultor.com/conoce-estas-8-recetas-caseras-de-belleza-e-higiene/)

Algunos consejos fáciles de hacer sobre cosmética e higiene natural casera para evitar, en mayor medida, químicos existentes en los productos comerciales y además ahorramos dinero.

**1. Regular pieles mixtas:**

Regular cutis mixtos con…. ¡bicarbonato de sodio! Cuando te laves la cara espolvorea un poco de bicarbonato de sodio con unas gotas de agua para hacer una pasta cremosa y hacer un exfoliante suave. No es abrasivo, como la mayoría en los materiales comerciales y funciona de maravilla, además suaviza la piel es muy útil para el acné. Dependiendo de cada piel se podría usar unas 2 ó 3 veces por semana, si ves que la piel se seca demasiado reduce el número de aplicaciones.

**2. Crema hidratante:**

La crema hidratante la haremos con…. ¡aceite de lino o linaza! Puedes adquirir una botella de aceite de linaza o también puedes dejar las semillas en remojo toda la noche, por la mañana las bates en el mismo agua y puedes usar esa mezcla. Lo puedes usar en todo el cuerpo. Incluso en las puntas del cabello para reparar las puntas abiertas secas y en el cuero cabelludo. Sin duda hace maravillas.

**3. Tónico:**

Hervir una taza de té verde y puré de jugo de pepino, ya que están llenos de antioxidantes. Lo colamos y dejamos enfriar la mezcla hasta que esté listo para usar. Es muy bueno y refrescante y la piel se hidrata bien. Sólo hay que verter un poco en un algodón y aplicar.

**4. Exfoliante corporal:**

El exfoliante lo haremos con… aceite de almendras dulces mezclado con azúcar de caña. Lo haremos fresco cada vez que lo utilizamos. Consejo: Además podemos añadir unas gotas de aceites esenciales y aprovechar las propiedades de aromaterapia.

**5. Uñas:**

Para las uñas débiles y quebradizas…. vitamina E. Frota las uñas con aceite de vitamina E para conseguir unas uñas duras e hidratada. Así no necesitas preocuparte por el uso de productos químicos malolientes plagados de formaldehído.

**6. Cabello:**

Cuando el cabello necesita más volumen y brillo… llévate una lata de cerveza a la ducha. Después de enjuagar el champú echa la cerveza y masajea el cuero cabelludo. Algo en la levadura de cerveza hace que el cabello quede muy sedoso, brillante y con volumen. No afecta al cabello teñido. Para terminar añadir una pequeña cantidad de acondicionador y enjuagar con agua fría.

**7. Pasta de dientes:**

Necesitamos 1 cucharadita de bicarbonato sódico, 1 / 2 cucharadita de sal marina, molida muy fina, 1 gota de aceite esencial de menta, hierbabuena, naranja dulce, clavo de olor o de canela, y unas gotas de agua. Diluye la sal en el agua y añade el resto de ingredientes. Mezcla bien hasta formar una pasta. La sal debe estar totalmente diluida en el agua para que así no dañe el esmalte de los dientes. Esta receta se puede mejorar considerablemente si a la mezcla le añadimos arcilla blanca para uso interno

**8. Mascarilla de pepino para las manchas en las manos:**

Necesitamos 1 pepino, el zumo de medio limón, 1 manojo de perejil, 1 cucharada de aceite de germen de trigo (optativo). Corta el pepino y colócalo en el vaso de la batidora. Añade el zumo del medio limón e incorpora el perejil picado y el aceite de germen de trigo a la mezcla. Procesa hasta que se forme una pasta homogénea. Aplicar en las manos durante 15 minutos, y retiramos con agua tibia. Aplicar tres veces por semana.

¡Comparte tus recetas naturales! Déjanos un comentario con trucos y recetas que utilices en belleza e higiene ;-)

* [](http://www.ecoagricultor.com/usos-agua-oxigenada/)

[19 usos del agua oxigenada o peróxido de hidrógeno](http://www.ecoagricultor.com/usos-agua-oxigenada/)

El agua oxigenada o peróxido de hidrógeno es el único agente germicida compuesta sólo de agua y oxígeno. Al igual que la capa de ozono, mata organismos patógenos por oxidación. El peróxido de hidrógeno está considerado el desinfectante natural más seguro. Mata a los microorganismos por oxidación, lo que puede ser descrito como un proceso de quema controlada. Cuando el peróxido de hidrógeno reaccionan con material orgánico, éste se descompone en oxígeno y agua.

**Vamos a conocer 19 usos caseros para el agua oxigenada:**

**1. Blanquear la ropa – una alternativa a la lejía:**

Añadir una taza de peróxido de ropa blanca en la ropa que quieras blanquear. El uso de peróxido es excelente para deshacerse de las manchas de sangre en la ropa y alfombras. Si hay sangre en la ropa, simplemente vierte directamente en el lugar a blanquear, dejar que repose durante unos minutos, luego frota y enjuaga con agua fría. Repetir si es necesario.

**2. Salud**

Nuestro cuerpo produce peróxido de hidrógeno para luchar contra la infección, debe estar presente para que nuestro sistema inmunológico funcione correctamente. Los glóbulos blancos son conocidos como leucocitos. Una subclase de leucocitos llamados neutrófilos producen peróxido de hidrógeno como la primera línea de defensa contra las toxinas, parásitos, bacterias, virus y hongos.

**3. Baño rejuvenecedor y desintoxicante**

Utiliza unos 2 cuartos al 3% de peróxido de hidrógeno a una bañera o tina de agua caliente. Permanecer por lo menos 1/2 hora.

**4. Hongos en los pies**

Para curar hongos de los pies simplemente rocíalos con una mezcla 50/50 de peróxido de hidrógeno y agua cada noche y dejar secar.

**5. Ducha**

Añadir dos tapones de 3% de peróxido de hidrógeno en agua destilada caliente entre una o dos veces por semana para eliminar la infección por levaduras, Incluso crónica.

**6. Enema**

Para un enema, añadir 1 cucharada de 3% H202 a un litro de agua destilada caliente.

**7. Infección**

Remoje las infecciones o cortes durante cinco minutos varias veces al día. Incluso gangrena que no sanaba con cualquier medicamento ha sido curado por inmersión en agua oxigenada. El agua oxigenada elimina hongos o infecciones de la piel.

**8. Ácaros**

Pulveriza una mezcla de 50/50 (agua/agua oxigenada) sobre la zona con ácaros, los resultados son sorprendentes.

**9. Infección en los senos nasales**

Una cucharada de peróxido de hidrógeno al 3% agregado a 1 taza de agua no clorada y utilizar como un spray nasal. Dependiendo del grado de afectación, habrá que ajustar la cantidad de peróxido de usado.

**10. Cuidado de las heridas**

El agua oxigenada al 3% es médicamente usado para la limpieza de heridas, eliminación de tejido muerto, y como un agente de desbridamiento oral. Además el peróxido detiene pequeñas heridas que sangren.

**Cuidado Personal:**

**11. Enjuague bucal**

Mucha gente no sabe que el agua oxigenada o peróxido de hidrógeno es un enjuague bucal muy barato y eficaz. Utiliza una concentración del 3% H202.

**12. Pasta dentífrica**

Usa bicarbonato y agrega suficiente 3% H202 para hacer una pasta.

**13. Cepillo de dientes**

Simplemente sumerge el cepillo en peróxido de hidrógeno para mantenerlo libre de gérmenes.

**14. Dolor de muelas.**

El peróxido de hidrógeno no es un analgésico, pero sí posee acción antiviral, antibacteriana y antifúngica, es eficaz en el tratamiento del patógeno que causa la infección.

**15. Blanqueamiento Dental**

Aunque el peróxido de hidrógeno se usa (en concentraciones mucho mayores) en los tratamientos de blanqueo de dientes, con una concentración del 3% notarás los resultados.

**16. Aclarado del cabello**

Se diluye 3% de peróxido de hidrógeno con agua (50/50) y pulveriza esta solución sobre el cabello mojado después de una ducha. El cabello queda más natural y la aclaración es gradual así que no es un cambio drástico.

**17. Lentillas**

El peróxido de hidrógeno se utiliza como desinfectante debido a su capacidad para descomponer las proteínas que se acumulan, resultando más cómodo para las personas con ojos sensibles.

**18. Limpieza en el hogar.**

Para limpiar los baños, encimeras, cocina, mesas, etc. simplemente ten una botella de spray agua oxigenada de 3% de concentración diluida en agua (50/50). Esta es una excelente opción a los productos comerciales que llevan multitud de ingredientes químicos que perjudican nuestra salud y la de nuestro entorno,

**19. En el lavavajillas**

Añadir un chorro de peróxido de hidrógeno al cajetín del lavado.

* [](http://www.ecoagricultor.com/jabon-antibacteriano-salud/)

[Jabón antibacteriano ¿sabías que puede ser muy perjudicial para tu salud?](http://www.ecoagricultor.com/jabon-antibacteriano-salud/)

Cuando compras jabón sueles optar por los antibacterianos pensando que son mejores, pero ¿es realmente así? No hay evidencias de que el **jabón antibacterial** sea más efectivo que el resto, pero sí hay evidencias de que causa perjuicios a nuestra salud debido a componentes como **el triclosán y triclocarbán.**

Además de tener compuestos perjudiciales, el uso diario de este tipo de sustancias los hace aún más peligrosos por acumulación de tóxicos.

Y es que a los **jabones antibacterianos** (o también llamados **antimicrobianos o** **antisépticos**) se les añaden componentes que el jabón neutro no tiene y que han demostrado causar **alteraciones en las hormonas** (**disruptores endocrinos**), estos jabones también pueden **incluso modificar los efectos de medicación** que se esté tomando o que **las bacterias se hagan resistentes a antibióticos**, también hay evidencias de que los niños con mayor exposición al triclosán son más propensos a desarrollar todo tipo de **alergias,** también se hicieron estudios en animales en los que se comprobaron que sufrían anomalías en el funcionamiento muscular (incluyendo al corazón) y es que el triclosán accede fácilmente de la piel a la sangre habiéndose encontrado restos de triclosán en muestras de **orina, sangre** o incluso **leche materna,** por acumulación en nuestro organismo nuestro **sistema inmunitario** se hace cada vez más débil.

Por si todo esto fuera poco**, el triclosán** daña el medio ambiente y contamina las aguas, y aunque éstas se depuren, se han encontrado restos en controles realizados. Además el triclosán puede ser absorbido por las plantas.

Cuando compres jabón asegúrate de que no contiene triclosán o triclocarbán, o puedes **hacer jabón casero artesanal,** también puedes **hacer jabón sin usar sosa**. Pero además iremos dando más opciones naturales y que puedes hacer en casa que no comprometen tu salud ni la de tu entorno.

* [](http://www.ecoagricultor.com/cosmeticos-y-la-letra-pequena/)

[Cosméticos y la letra pequeña](http://www.ecoagricultor.com/cosmeticos-y-la-letra-pequena/)

Forever young, I wanna be forever young… Todos conocemos esta canción de los 80s, y como dice su letra, queremos parecer siempre jóvenes, guapos y saludables. La industria cosmética lo hace posible poniendo a nuestro alcance una enorme gama de productos de belleza que nos prometen todo tipo de milagros.

Sin embargo, los profesionales de salud nos ponen en alerta sobre los productos de belleza y nos instan a **tener más cuidado** con las fragancias que utilizamos, la máscara de pestañas que utilizamos en los ojos, la crema que ponemos en nuestra piel, o el champú con lo que nos lavamos el pelo. La mayoría de estos productos **contienen sustancias químicas que pueden tener un impacto en nuestra salud, como reacciones alérgicas, cáncer o alteraciones hormonales.**

La “letra grande” de las etiquetas nos promete una piel más joven, pelo brillante, larguísimas pestañas y una sonrisa irresistible. Pero en muchas ocasiones olvidamos de comprobar la **“letra pequeña”,** oculta en un pequeño rincón de la parte posterior del envase. Pero incluso si nos fijamos en los pequeños detalles, nos encontramos con un lenguaje desconocido para la mayoría de nosotros: ¿qué son por ejemplo, la 2-benzofenona, el benzoato de bencilo, los isophtalatos, o el lauril sulfato sódico? ¿Son peligrosos?

**El Environmental Working Group** (EWG) de los EE.UU. ha lanzado una base de datos que nos puede ayudar a identificar si los productos de cosmética y belleza que utilizamos son o no seguros. La base de datos permite la búsqueda por marcas y productos, pero también es posible ver para cada sustancia su grado de toxicidad es una escala de 1 (bajo riesgo) a 10 (muy alto riesgo).

Yo lo he probado y debo decir que me ha resultado muy interesante. Por ejemplo, utilizar cosméticos y perfumes de las marcas más famosas, tales como Chanel o Kenzo, no garantizan que estemos ante productos inocuos. Muy al contrario, pueden contener **sustancias químicas que pueden llegar a ser prejudiciales** si utilizamos el producto en exceso.

Por ejemplo, el EWG ha clasificado el Chanel n º 5 Eau de Toilette con 7 (riesgo elevado) debido a que contiene compuestos químicos que pueden ocasionar alergias e inmunotoxicidad, alteraciones endocrinas y cambios a nivel bioquímico o celular.

Dale un vistazo a lo que contiene tu crema solar, máscara, gel de ducha, perfume y champú para darte cuenta de todos los químicos a los que estás expuesto en tu cuarto de baño. Compruébalo con base de datos de cosméticos (en inglés**) www.ewg.org/skindeep**

Además puedes aprender a hacer tus propios cosméticos

* [](http://www.ecoagricultor.com/perjuicios-de-los-quimicos-toxicos-en-los-cosmeticos/)

[Daños que nos causan los químicos tóxicos de los cosméticos](http://www.ecoagricultor.com/perjuicios-de-los-quimicos-toxicos-en-los-cosmeticos/)

Percibimos a nuestra piel como si fuese la barrera de protección que nos protege contra todo tipo de influencias de fuera, pero no siempre somos consciente que absorbemos gran parte de lo que entra en contacto con ella. Visto de esta forma tendríamos que usar solamente cosmética apta para comerla sin problemas. Lamentablemente se encuentran en muchos productos que están a la venta sustancias tóxicas que causan reacciones indeseadas en nuestro metabolismo, algunos se depositan para siempre en órganos y tejidos, provocan alergias, irritaciones, dermatitis o incluso cáncer. Algunos fabricantes de cosmética llevan décadas en el mercado y por sus campañas de marketing y el impacto de la marca nos quieren hacer pensar que sus productos que ofrecen en supermercados, farmacias, parafarmacias o perfumerías (a precios bajos hasta muy altos) sean mejores, pero muchas veces – no siempre – pasa lo contrario:

Los siguientes ingredientes cosméticos se consideran desde ”recomendables con restricciones” hasta “no recomendables” para uso en cosméticos:

- Aceites Minerales

- Siliconas

- Derivados de PEG y PPG

- Propylene Glycol

- DEA, MEA, TEA

- Nitrosaminos y agentes nitrosantes

- Parabenos y otros conservantes

- Sodium Laureth Sulfate

- Sodium Lauryl Sulfate

- Derivados del Formaldehído

- Compuestos Orgánicos Halógenos

- Phtalatos

- Fragancias sinteticas

- Colorantes

- Filtros rayos U.V. en productos de protección solar

- Varios

**PARAFFINUM LIQUIDUM / ACEITES Y CERAS MINERALES**

En muchísimos cosméticos el ingredientes principal (la fase oleosa) es aceite mineral en lugar de aceite vegetal. A la industria cosmética el aceite mineral le sale baratísimo -incluso es la base de muchas cremas y aceites para bebes (!!!) usados desde décadas y también de la vaselina. Se obtiene del petróleo igual que la cera de velas o el betún por ejemplo. Inmediatamente después de aplicarla en la piel, esta parece fresca y perfecta, pero el aceite mineral tapa a los poros, impide que la piel respire, la reseca y acelera el desarrollo de arrugas. Algunas de las parafinas se concentran con el tiempo en hígado, riñones y ganglios linfáticos. En una cera de parafina incluso se demostraron reacciones inflamatorias de válvula. Hay que estar consciente de que barras y bálsamos de labios también pueden estar producidos a base de aceites minerales, un producto del cual además uno va tragando sin querer cantidades pequeñas, pero diarias que se acumulan con los años en nuestro organismo.

Otros productos obtenidos del petróleo son Petrolatum, Ceresin y Ozokerite: tienen una consistencia sedosa y muy fina, crean un tacto muy suave en la piel, pero a la vez la cubren con un film que bloquea a sus funciones naturales, la eliminación de toxinas y la “respiración”.PVP / VA Copolímero (INCI:PVP / VA Copolymer) – otro ingrediente proveniente de la materia prima petróleo. Se usa en cosmética para el cabello como por ejemplo laca. Contiene Benzol que afecta al hemograma. Particulas de esta sustancia podrían provocar que se sienten cuerpos extraños en los pulmones.Nombres en Nomenclatura INCI que encontramos en las etiquetas para este tipo de sustancias: Paraffinum liquidum, Paraffin, Microcristalline Wax, Petrolatum, Mineral Oil, Ozokerite, Ceresin, PVP / VA Copolymer, Hydrogenated Polyisobutene, C13-14 Isoparaffin, Quaternium-7, -15 , 22,-31, -60, 80 etc, Vaseline, etc.

**SILICONAS**

Las siliconas son oclusivas, cubren la piel impidiendo que respire. Se ha encontrado que la exposición al sudor por oclusión causa irritaciones en la piel, algunos tipos de siliconas podrían provocar tumores y se acumulan en hígado y ganglios linfáticos. En productos para el cabello encontramos grandes cantidades de siliconas como Dimethicone o Cyclomethicone. Alisan al pelo pero también lo sellan, así que ya no pueden entrar nutrientes y pueden alterar tratamientos capilares. Aparte de que tienen el mismo efecto negativo en el cuero cabelludo como en el resto de nuestra piel. Siliconas además no son biodegradables y por lo tanto tienen un fuerte impacto en el medio ambiente.

**Cyclopentasiloxane**: basado en silicona, se usa en cremas y lociones, en protección solar y cosmética decorativa y su uso se recomienda con restricciones.

INCI: Dimethicone, Dimethicone Copolyol, Cyclomethicone, Cyclopentasiloxane etc.

**DERIVADOS DE PEG- Y PPG:**

Pueden hacer la piel más permeable para sustancias nocivas, se obtienen de derivados del petróleo que son cancerígenos como el óxido de etileno, el uso en productos de cosmética natural certificada por ejemplo no está permitido. Pueden causar irritaciones en la piel. Su uso es tan extendido porque cumplen muchísimas funciones como tensioactivos, emulsionantes, solventes, suavizantes, pero también sirven de bases para cremas y geles. El número que viene después de PEG- o Laureth- indica la consistencia de la sustancia.

INCI: Copolyol, Polyglykol, Polysorbate, Ceteareth-, Ceteth-, Cetholth, Poloxamer 407, Laureth-, Pareth etc.

**PROPYLENE GLYCOL:**

En los cosméticos el propylene glycol evita la evasión de la humedad, además sirve de solvente y suavizante en cremas, pastas dentales y desodorantes. Penetra rápidamente en la piel y debilita a la estructura celular y de la proteína. A los trabajadores que manipulan esta sustancia en fábricas les avisan de llevar guantes y gafas y evitar el contacto directo con la piel ya que puede provocar daños cerebrales y en riñones y hígado. En el listado INCI en las etiquetas “Propylene Glycol” suele venir más bien al prinicipio, lo que quiere decir que su porcentaje en el producto es alto.

**DEA (Dietanolamina), MEA (Monoetanolamina), y TEA (Trietanolamina):**

Se usan para regular el pH y como son liposolubles tienen gran eficacia en la profundidad de la piel. Las aminas forman nitrosaminos que son altamente cancerígenos si se utilizan en productos en combinación con nitratos o agentes nitrosantes. En estudios anteriores encontraron que el DEA por si solo no es cancerígeno, pero en estudios más recientes se mostró un posible potencial cancerígeno por sí solo. TEA puede causar reacciones alérgicas y resecar a la piel.

INCI: DEA (dietanolamina), MEA (Monoetanolamina), y TEA (trietanolamina, MIPA, Hydroxyethyl-P-Phenylenediamine Sulfate, Chlorphenesin etc…

**NITROSAMINAS**

Nitrosaminas se forman de Nitritos y Aminos y tienen un efecto cancerígeno. Llegan a los productos por materia prima contaminada o se forman durante el almacenamiento cuando ciertos ingredientes crean reacciones. Estos ingredientes son agentes nitrosantes por ejemplo: 2-Bromo-2-Nitropropane-1, 3,-Diol; Cocoyl Sarcosine; Compuestos DEA; Imidazolidinyl Urea; Formaldehyd, Lauryl Sarcosine; Compuestos MEA; Quaternium-7, 15, 31, 60, Sodium Lauryl Sulfate; Ammonium Lauryl Sulfate; Sodium Laureth Sulfate, Ammonium Laureth Sulfate.

**PARABENOS Y OTROS CONSERVANTES**

Desde que se encontraron parabenos en el tejido de pacientes de tumor de mama se asocia a los parabenos con posibles efectos estrógenos en el cuerpo, pero mientras las autoridades han negado la seriedad de estos estudios. El uso de Methylparaben, Ethylparaben, Propylparaben y Butylparaben las autoridades oficialmente los consideran como seguro, pero para confirmar la seguridad de Isopropyl-, Isobutyl-, Pentyl- und Phenylparaben no existen suficientes datos. Aun asi algunos fabricantes han sustituido los parabenos con Methylisothiazolinone, Methylchloroisothiazolinone que también pueden causar alergias (igual que los parabenos). Sobre el tema de los parabenos se encuentra una gran controversia con estudios y recomendaciones positivas y negativas.

INCI: Methylparaben, Ethylparaben, Propylparaben, Butylparaben, Isopropylparaben, Isobutylparaben, Pentyl- und Phenylparaben, Methylisothiazolinone, Methylchloroisothiazolinone, Glutaraldehyde, Benzalkoniumchloride, Benzethoniumchloride, Cetrimonium Chloride

**TENSIOACTIVOS ANIONICOS**

Tensioactivos anionicos en champús o productos de limpieza pueden reaccionar con otros ingedientes y así formar nitratos y dioxinas que son cancerígenas.

INCI: Sodium Lauryl/Laureth Sulfate; Ammonium Lauryl/Laureth Sodium Methyl Cocoyl Taurate; Sodium Lauroyl /Cocoyl Sarcosinate; Potassium Coco Hydrolysed Collagen; TEA Laureth/Lauryl Sulfate; Lauryl/Cocoyl Sarcosine; Disodium Oleamide/Laureth/Diocyl Sulfosuccinate; usw

**Sodium Laureth Sulfate**

En el proceso de producción de Sodium Laureth Sulfate se genera el compuesto supuestamente cancerigeno 1,4 Dioxan que por ejemplo ha sido ingrediente principal de “Agent Orange” usado en la guerra de Vietnam. 1,4-Dioxan interfiere con el equilibrio hormonal y se sospecha que puede provocar varios tipos de canceres y reducir a la producción de espermatozoides. Sodium Laureth Sulfate es la forma alcohólica de Sodium Lauryl Sulfate y es algo menos irritante que este pero reseca más la piel.

**Sodium Lauryl Sulfate**

Es ingrediente en muchos productos de limpieza industrial, se considera alergénico. Es absorbido rápidamente por ojos, cerebro, corazón e hígado y a lo largo puede provocar daños. Incluso puede ralentizar procesos curativos, causar cataratas y interferir con el desarrollo de los ojos de los niños.

**Fluoruro**

Fluoruro no es biodegradable y un producto residual en la industria. INCI: Sodium Flouride, Sodium Monoflourphosphate

**FORMALDEHIDO Y SUS DERIVADOS**

Derivados de formaldehido normalmente se usan como conservantes y en varios cosméticos para las uñas, pero es un fuerte alérgeno, puede causar envejecimiento prematuro de la piel. El Instituto Internacional para la Investigacion de Cancer (IARC) considera que provoca cáncer. El uso de formaldehido como tal es principalmente prohibido en productos cosméticos, pero como es muy eficaz contra la formación de hongos, se sigue usando pero en forma de diferentes composiciones químicas que antes o después liberan el formaldehido. (Aunque algunos llevan como parte de su nombre “Urea” no tiene que ver con Urea como tal)

INCI: Bronidox, Bronopol, Bronosol, Diazolidinyl-Urea, Polyoxymethylene Urea , DMDM Hydantoin, Imidazolidinyl-Urea, 2-Bromo-2-Nitropropane-1,3-Diol, 5-Bromo-5-Nitro1,3-Dioxane, Methenamine, Sodium Hydroxymethylglycinate, DMDM Hydantoin, Quaternium-15, Onyxide 500, Dimethyl Oxazolidine y sustancias que llevan MDM, DM,DMDM, DMHF o DEMD delante…

**COMPUESTOS ORGÁNICOS HALÓGENOS**

Halógenos son sustancias que en reacción directa con metales sin adición de oxigeno forman sales. Los más conocidos son Bromo, Cloro, Flúor y Yodo. Los compuestos se reconocen si contienen “Bromo-“,“Jodo-“ o “Chloro-“ en el nombre. Pueden sentarse en el tejido, descomponerlo y provocar alergias. También pueden formar nitrosaminas.

INCI: Triclosan (Irgasan), Iodopropynyl Butylcarbamate, Methylchloroisothiazolinone, Methyldibromo Glutaronitrile, Chloracetamide, Dichlorphenyl-Imidazoldioxolan, Chlorphenesin, Isohexadecane, Polyacrylamide

**PHTALATOS**

Pueden influir en el mecanismo de protección de nuestra piel y no se excluye que dañan a hígado, riñón y órganos reproductores y que actúan en el cuerpo como si fueses hormonas.

INCI: Diethylphthalate, Dibutyl Phthalate, Dioctyl Phthalate, Phthalic Anhydride / Trimellitic Anhydride / Glycols Copolymer

**FRAGANCIAS SINTETICOS**

Nitroalmizcles y almizcles policíclicos

Estas fragancias sintéticas muchas veces se resumen en la etiqueta del producto como “Perfume” o “Fragancia” y no hace falta declararlos por su concentración baja, pero aun asi pueden causar reacciones alérgicas en personas sensibles. Algunos se han demostrados cancerígenos o mutagénicos en experimentos con animales. Se van acumulando en el ambiente y en el cuerpo humano e incluso se detectó en la leche maternal.

INCI: Xileno de almizcle (MX, Cetona de almizcle (MK), Tonalide (AHTN), Galaxolide (HHCB)

**FILTROS U.V. EN PRODUCTOS DE PROTECCION SOLAR**

De los filtros U.V. 4-Methyl-Benzylidencamphor (4-MBC o MBC), Octyl-Methoxycinnamate (OMC), Benzophenone-3 (Oxybenzon), Homosalate (Homomenthylsalicylat o. HMS) y Octyl-Dimethyl-Para-Amino-Benzoic-Acid (OD-PABA) se sospecha que podrían actuar como hormonas, se ha podido detectar en la leche maternal y en el cuero de peces. Benzophenone-1 und Benzophenone-2 por ejemplo no están permitidos como filtros U.V. en la Unión Europa pero se permite como aditivo en aceites de perfume.

**Aluminum Chlorohydrate**

El ingrediente más común en desodorantes como es antitranspirante, pero puede tapar a los poros y provocar reacciones inflamatorias de la piel y ganglios y granulomas. Ademas estaba un tiempo bajo la sospecha que podrían haber asociaciones con casos de cáncer de mama.

**COLORANTES**

La lista de colorantes sintéticos menos recomendables para el uso en cosmética pero sin embargo usados es larga. Las silabas –anilin o –anilid, -amine -diamine son terminaciones de muchos colorantes sinteticos. (Por ejemplo Toluene-2,5-Diamine o Laurylamine Dipropylenediamine) .

En las etiquetas de los productos los encontramos también como CI-con un numero, por ejemplo CI-15958 – detrás de esto se esconde 2-Hydroxy-1-(4-Sulfonato-Phenylazo)-6-Naphthalin-Sulfonat = E110 – Amarillo.

**ALQUITRÁN**

De Alquitrán o brea de carbón se obtienen sustancias como Phenolen, Naphthalin, Alkylnaphthaline, Biphenyl, Anthracen, Phenanthren Fluoren, Pyren, Dibenzofuran, Dibenzothiophen, Chinolin, Indol y Carbazole, Aminophenol, Diaminobenzene, Phenylenediamine. Usado en colorantes de cabello y champús anti-caspa. Todos conocidos como cancerígenos y la seguridad del uso de estas sustancias a largo plazo no ha sido demostrado aun. Ademas pueden provocar asthma y dolores de cabeza.

**Disodium Edta, Trisodium Edta**

Potencian la eficacia de otros conservantes, pero debilita la membrana de las células ademas son problemáticos para el medio ambiente

**VARIOS INGREDIENTES MÁS QUE NO SE RECOMIENDAN O SE RECOMIENDAN CON RESTRICCIONES:**

Carbomer, Styrene / Acrylates Copolymer (cancerigeno en experimentos con animales), Polymethyl Methacrylate, Etidronic Acid, Butilhidroxitolueno (BHT), O-Phenylphenol, PAB, PABA, etc.

Este listado no es exhaustivo.

.