

Cosmetici: curano la pelle ma minacciano la salute?

Gel per la doccia, lozioni per il corpo, rossetti, creme... Alcuni cosmetici contengono sostanze preoccupanti. Ne abbiamo esaminati 66, tutti risultano inoffensivi. Ma cosa succede se li accumuliamo?

La pelle delle donne entra quotidianamente in contatto con 75-100 grammi di cosmetici: 13 grammi di gel per la doccia, da 1 a 8 grammi di lozione per il corpo, una decina di grammi di shampoo, qualche milligrammo di fondotinta, rossetto, smalto per le unghie...

Ma anche gli uomini si lavano le mani, usano il gel per la doccia, lo shampoo, il dentifricio, il deodorante... Il loro consumo quotidiano di cosmetici si situa tra 65 e 80 grammi.

Ecco perché questi prodotti dovrebbero essere sicuri. Tuttavia, da anni, si sospetta che certi ingredienti che li compongono (conservanti, filtri solari, emollienti, ecc.) riescano ad attraversare la barriera della pelle e a intaccare il sistema ormonale: sono i perturbatori endocrini.

Un flagello per le pelli sensibili

Oltre ai perturbatori, certi cosmetici contengono anche plastiche (ftalati e bisfenolo A, per esempio). Tutte molecole che potrebbero provocare scompensi ormonali: pubertà precoce, diminuzione della fertilità o certi di tipi cancro. Sono pure e soprattutto un flagello per le donne incinte e i bambini piccoli, i più sensibili alle interferenze ormonali. Queste sostanze non sono vietate, ma nella maggior parte dei casi il loro dosaggio è sottoposto a restrizioni legali.

Le normative sono applicate ai singoli prodotti e, in effetti, nessun cosmetico in commercio è pericoloso di per sé. Il problema si pone quando si usano più prodotti ogni giorno, ogni settimana, per tutta la vita.

La domanda è: conservanti, emollienti o filtri UV possono raggiungere livelli nocivi per la nostra salute? È proprio questo effetto, detto "cocktail", che si è voluto determinare con il test. Che è pure la logica continuazione della campagna sui perturbatori endocrini del 2011.

Lozioni per il corpo, creme per il viso, trucco... Per il test sono stati scelti 66 prodotti di uso corrente commercializzati in Europa. Alcuni sono destinati a tutta la famiglia, altri soprattutto alle donne. Le signore sono grandi consumatrici di cosmetici e la loro esposizione a diverse sostanze solleva la delicata questione dei rischi per i neonati. Infatti, tutti i prodotti testati contengono molecole problematiche.



Per ciascun prodotto, il laboratorio ha misurato la presenza di una ventina di sostanze. Alcune hanno effetti endocrini provati o sospetti, mentre altri cosmetici contengono ingredienti introdotti solo di recente nella loro composizione, per cui i dati tossicologici sono ancora scarsi.

In base alle concentrazioni misurate, sono stati stabiliti degli scenari d'utilizzazione secondo la funzione del prodotto e la sua frequenza di applicazione. Ogni scenario è stato concepito in due versioni, con o senza crema solare. Poi, i risultati sono stati sottoposti a sette tossicologi di paesi differenti, per convalidare i calcoli e per valutare il livello di rischio che corrono le utilizzatrici.

Conservanti e UV inquietanti

Gli esperti hanno valutato la frazione di sostanza assorbita dalla pelle. Prima constatazione: la letteratura scientifica purtroppo non dice nulla su certe molecole e non si sa ancora in che misura penetrano nel corpo.

Per le altre sostanze, i cui effetti sulla salute sono noti, gli esperti hanno calcolato un tasso di rischio basato su un'utilizzazione normale nel corso di una giornata e hanno tenuto conto dell'effetto cocktail delle sostanze che si accumulano o si mischiano. Il rischio sussiste quando la dose totale supera la quantità che si suppone abbia un effetto ormonale, mentre è minimo o irrilevante se l'accumulo non supera questa dose.

Per la maggior parte delle sostanze possiamo stare tran-

“Le autorità di controllo dovrebbero tener conto dell'effetto cocktail delle sostanze indesiderabili.”

Andreas Kortenkamp, tossicologo dell'Università di Brunel (GB)



Saponi e prodotti da risciacquare

Gel per la doccia, saponi, shampo e dopo shampo, come tutti gli altri prodotti che si risciacquano, contribuiscono poco all'effetto cocktail sul sistema ormonale perché restano in contatto con la pelle per un tempo relativamente breve. Solo un'infima parte delle sostanze nocive potrebbe attraversare la barriera cutanea.

I prodotti esaminati contengono solo una piccolissima concentrazione di conservanti. Per contro, si trovano abbastanza spesso dei filtri UV nei saponi che, secondo i fabbricanti, servono a garantire il colore dei detergenti liquidi.

Dentifrici e collutori possono essere almeno in parte ingeriti. Per questo motivo, la loro composizione comporta una maggiore precauzione. Evitate quelli contenenti propilparabene o triclosan.

Infine, se i cosmetici che si risciacquano non pongono problemi per la salute, inevitabilmente finiscono nelle acque di scarico. Un buon motivo per non sottovalutare i rischi ambientali.



quilli, il rischio è stato scartato. Tuttavia, c'è qualche molecola inquietante: per esempio il propilparabene (un conservante largamente diffuso) e certi filtri UV (in particolare l'etiletilmetossiciannamato o l'ottilmetossiciannamato) che si trovano nei prodotti solari, nelle creme per il viso e nei fondotinta. Dal canto suo, il triclosano, antibatterico per fortuna poco diffuso, contribuisce significativamente a far aumentare il rischio.

Va chiarito che rischio non significa necessariamente pericolo immediato. Tanto più che si può diminuire l'esposizione, scegliendo con cura i cosmetici. Tuttavia, i prodotti poco affidabili continuano a essere in vendita e siccome le fonti di perturbatori endocrini sono molteplici, sarebbe ora che industrie e autorità affrontino il problema globalmente.

@FRC MIEUX CHOISIR (TRADUZIONE TF)

FOTO SÉBASTIEN FÉVAL E SHUTERSTOCK

Gel doccia	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
Conservanti (Propilparabene)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="radio"/>
Filtri e assorbenti UV (Benzofenone-4)	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
Shampo	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
Conservanti (Propilparabene, butilparabene)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="radio"/>
Filtri e assorbenti UV (Etilexil metossiciannamato, benzofenone-4)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="radio"/>
Dentifrici	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
Conservanti (Propilparabene)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="radio"/>
Antibatterici (Triclosano)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="radio"/>
Saponi	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
Conservanti (Metilparabene, etilparabene)	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
Filtri e assorbenti UV (Benzofenone-4)	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>

Per comprendere le tabelle

Non tutti i perturbatori endocrini agiscono nello stesso modo. Alcuni interferiscono specificamente con gli ormoni femminili (effetto estrogenico), altri agiscono a livello tiroideo. In tutti i casi il sistema di comunicazione del corpo umano viene disturbato.

Usa di sostanze indesiderabili	<input type="checkbox"/>
Raro	<input checked="" type="checkbox"/>
Medio	<input type="checkbox"/>
Molto probabile	<input type="checkbox"/>
Rischio endocrino	<input type="radio"/>
Trascurabile	<input checked="" type="radio"/>
Medio	<input type="radio"/>
Significativo	<input type="radio"/>
Non conosciuto	<input type="radio"/>

Creme e lozioni per il corpo

Un cocktail più inquietante

Lozioni per il corpo, creme da giorno, creme solari e deodoranti restano per tanto tempo a contatto con la pelle. È questa categoria di cosmetici che influisce di più sul cocktail perturbante. Possono contenere conservanti, come il propilparabene, il cui effetto estrogenico è inquietante.

Si ritrova questa sostanza in 38 dei 66 cosmetici testati! Certe creme per il corpo, alcuni deodoranti e prodotti per i capelli contengono dei silossani (derivati del silicone) che conferiscono alla pelle un aspetto più morbido. Tuttavia, si suppone che alcuni di questi abbiano degli effetti sulla salute perché contribuiscono all'accumulo di sostanze nocive.

Le creme per il viso contengono spesso molte sostanze indesiderabili. Sono da evitare quelle che contengono ethylhexyl methoxycinnamate, un filtro UV, la cui utilità è limitata, poiché i fattori di protezione delle creme sono raramente adeguati a una vera esposizione al sole. Ma non rinunciate mai a una crema solare, il rischio di cancro alla pelle è molto alto.

Fra i due mali, meglio scegliere il minore.



Crema per il viso	☐	◯
Conservanti (Propilparabene, butilparabene)	■	●
Filtri e assorbenti UV (Etilsilmetossiciannamato)	■	●
Condizionanti (Ciclopentasilossano)	■	●
Crema solari	☐	◯
Conservanti (Propilparabene, butilparabene)	■	●
Filtri e assorbenti UV (Etilsilmetossiciannamato)	■	●
Condizionanti (Ciclopentasilossano)	■	●

Latte per il corpo	☐	◯
Conservanti (Propilparabene, butilparabene)	■	●
Condizionanti (Ciclopentasilossano, ciclotetrasilossano)	■	●
Deodoranti	☐	◯
Conservanti (Propilparabene)	■	●
Filtri e assorbenti UV (Benzofenone-3)	■	●
Condizionanti (Ciclopentasilossano, ciclotetrasilossano)	■	●
Antibatterici (Triclosano)	■	●

Nel test sono stati esaminati 66 prodotti cosmetici. I risultati dettagliati sono pubblicati sul sito internet www.frc.ch/perturbateurs. Richiedeteli all'ACSI.

“Per limitare i rischi bisogna scegliere un latte per il corpo privo di propilparabeni.”

Julie Boberg, tossicologa dell'Università tecnica della Danimarca

Trucco e fard Fattore di rischio limitato



Si applica qualche milligrammo al giorno di ombretto, mascara o smalto per le unghie. Il trucco dunque contribuisce poco ai fattori di rischio che intaccano il sistema ormonale. I prodotti per il contorno occhi spesso sono i più carichi di conservanti, ma il loro uso è giustificato per evitare qualsiasi contaminazione microbiologica.

Balsami per le labbra e rossetti vengono in parte ingeriti. E' quindi preferibile scegliere prodotti senza propilparabene e ethylhexyl methoxycinnamate, il filtro UV incriminato che si trova nelle creme per il corpo.

I fondotinta liquidi sono i più preoccupanti. La maggior parte di quelli testati contiene un gran numero di sostanze incriminate, che vanno dai derivati del silicone ai conservanti, passando per i filtri UV. Sceglierne uno che ne sia privo.

Balsami, rossetti



Conservanti
(Propilparabene)



Filtri e assorbenti UV
(Etilsilmetossiciannamato)



Fondotinta liquidi



Conservanti
(Propilparabene)



Filtri e assorbenti UV
(Etilsilmetossiciannamato)



Condizionanti
(Ciclopentasilossano, ciclotetrasilossano)



Smalti per unghie



Filtri e assorbenti UV
(Benzofenone-3)



Etichette:

inesattezze
sorprendenti

Il controllo degli ingredienti che figurano sui cosmetici ha riservato qualche sorpresa.

Da un lato, il laboratorio ha rilevato sostanze che non figurano sulle etichette (3 prodotti su 66). In un sapone e in un gel per la doccia è stato trovato del phenoxyethanol, un conservante che sostituisce il papabene e che è ancora troppo poco studiato. E in un fondotinta è stato rilevato del butylparabene, conservante dagli effetti endocrini. I fabbricanti interessati sono stati avvertiti. Tutti affermano che prenderanno sul serio queste informazioni e che condurranno degli studi supplementari.

Più sconcertante, una serie di prodotti dichiara la presenza di molecole non rilevabili dal laboratorio. Se da una parte l'assenza di alcune molecole indesiderabili è rassicurante, dall'altra bisogna constatare che l'informazione risulta piuttosto lacunosa.

E su questo punto, il consumatore non deve transigere.



Consigli ACSI

Per la cura quotidiana

● **Precauzioni**

State attenti alla composizione dei prodotti che non si risciacquano.

● **Gesti giusti**

Non applicate una crema solare e una lozione per il corpo nel corso della stessa giornata.

● **Gravidanza**

Riducete il consumo di cosmetici.

● **Bambini**

State molto attenti ai prodotti destinati a loro e non usate cosmetici per gli adulti perché a volte contengono più sostanze sospette.

● **Marchi ecologici**

Alcuni, come il White Swan (cigno bianco) scandinavo, garantiscono l'assenza di molecole indesiderabili e cominciano a essere diffusi in Europa.