

in Bio make up

Approfondimenti dal mondo del make up naturale - Numero 2 - Aprile 2014 - © 2014 biomakeup.it - Tutti i diritti sono riservati



Creme antiage
Come scegliere
la migliore

Coloranti alimentari
Qual'è la loro
provenienza?



 biomakeup.it

in Bio makeup



COME SCEGLIERE UNA BUONA CREMA ANTIAGE

Ormai in commercio esistono numerosissime versioni di creme anti age, ricche di promesse e slogan accattivanti. Non tutte queste creme ovviamente si pongono sullo stesso livello ed ecco perché ho pensato che potesse tornare utile un approfondimento ed alcuni consigli in tal senso, che possano servire a fare un acquisto consapevole e soddisfacente.

La crema anti age è un cosmetico nato per apportare maggior tonicità ed idratazione alla cute, prevenendo e curando i segni del tempo, affinando la grana della pelle e rendendola più liscia e compatta. Una pelle giovane è una pelle idratata e di conseguenza elastica ecco perché è importante che la crema anti age contenga un'adeguata percentuale di sostanze nutritive. A tali elementi debbono accompagnarsi inoltre sostanze dal potere antiossidante, capaci di contrastare i radicali liberi ovvero i responsabili dell'invecchiamento cutaneo.

L'invecchiamento cutaneo è un processo che si realizza a carico dell'epidermide e del derma. L'epidermide tende ad assottigliarsi con il passare del tempo a causa della riduzione della capacità proliferativa delle cellule. Il derma invece vede una perdita di funzionalità per i fibroblasti, sempre meno impegnati nella sintesi di macromolecole come l'elastina ed il collagene.

Oltre ad essere insediata costantemente da processi maturativi fisiologici, la bellezza della pelle risente altresì delle aggressioni esterne siano esse termiche o chimiche. In particolare, responsabili della produzione dei radicali liberi e del conseguente stress ossidativo, sono i raggi ultravioletti e l'inquinamento. Ecco perché accanto alla scelta di una buona crema anti age per il viso è importante prestare molta attenzione al proprio stile di vita, prediligendo un'alimentazione sana e ricca di vitamine ed escludendo fumo ed alcool, inquinanti e tossici per l'organismo. Una dieta ricca d'alimenti con vitamine A, C ed E assicura indubbiamente benefici cutanei tra cui sostegno alla produzione del collagene e protezione dai radicali liberi.

Una bella pelle è sicuramente l'emblema di un corpo in salute anche se è inevitabile che con il passare degli anni sia sempre più importante adottare una skin care adeguata e realizzata con prodotti ricchi di principi attivi anti age. Come anticipato poco fa, scegliendo la propria crema viso anti age è importante osservare la presenza di ingredienti dai poteri nutritivi ed idratanti (come oli e burri vegetali) ed al contempo ingredienti antiossidanti (come vitamine ed oli essenziali) correttamente dosati e controllati.

In commercio esistono sostanzialmente due tipologie di creme: talune efficaci e curative e tal altre aventi invece meri effetti estetici. La maggior parte delle creme anti age purtroppo appartiene a quest'ultima categoria, indipendentemente dal costo o dal brand che le commercializza. Per attuare il loro effetto meramente estetico queste emulsioni contengono spesso elevate quantità di siliconi (riconoscibili nella lista degli ingredienti del prodotto tramite le diciture Ciclopentasiloxane, Dimeticone e similari). I siliconi rivestono la pelle come una pellicola, attenuando all'apparenza le rughe ed i segni d'espressione, affinando la grana cutanea e l'apparenza dei pori. La pellicola che i siliconi formano sulla pelle, soprattutto con un utilizzo costante, tende ad inibire l'idratazione cutanea, disidratando la pelle e rendendola più esposta e sensibile alle aggressioni cutanee. Nel tempo accade che la pelle così disidratata risulti più spenta, opaca, con rughe più marcate causate dalla per-

dita costante di elasticità e nutrimento. S'instaura quindi un circolo vizioso: la pelle appare più invecchiata e si utilizza un quantitativo sempre maggiore di crema anti age, essendo portati a comprarla sempre più spesso. Accade frequentemente inoltre che le creme contenenti siliconi non abbiano al loro interno alcun principio effettivamente curativo per la pelle e risultino quindi emulsioni molto economiche da produrre (aventi spesso ingredienti di bassa qualità come i petrolati riconoscibili nella lista degli ingredienti con le diciture di paraffinum, petrolatum, mineral oil, cera microcristallina) vendute a caro prezzo alle ignare consumatrici.

Fortunatamente in commercio esistono altresì delle creme anti age dal potere realmente curativo e dagli effetti idratanti ed antiossidanti. Acquistare queste creme corrisponde alla scelta vincente per la salute della propria pelle perché tali emulsioni realmente agiscono apportando miglioramenti cutanei e riducendo le rughe ed i segni d'espressione con la costanza delle applicazioni.

Tendenzialmente le creme migliori sono quelle eco bio, realizzate unicamente attraverso l'impiego d'ingredienti d'origine vegetale, benefici e curativi per la pelle. Anche nell'ambito dell'eco bio tuttavia è importante scegliere con saggezza perché non tutte le creme possono risultare efficaci e soprattutto adatte alle esigenze della propria pelle.

Per assicurarsi che la propria crema sia realmente anti age ed efficace è bene innanzitutto che nella formula non siano presenti i già citati siliconi e petrolati, aventi mero effetto estetico. Sono da escludere inoltre le creme che possiedono parabeni, conservanti la cui sicurezza è attualmente dubbia.



Detto questo è importante scegliere formulazioni ricche d'ingredienti anti age. Per mantenere la pelle giustamente idratata ed elastica ottimi sono gli oli vegetali di Argan, Avocado, Canapa, Melograno, Rosa Mosqueta e Canina, Vinaccioli. Questi oli sono alcuni tra i migliori che una crema anti age possa contenere poiché ricchi di poteri nutrienti e capaci di aiutare la pelle a mantenersi idratata, morbida e lucente. In particolare questi oli aiutano la pelle a produrre collagene, indispensabile per un tono cutaneo giovane, proteggono dai radicali liberi e possiedono vitamina E, antiossidante ed ossigenante per le cellule. Molto valido in tal senso è anche il burro di Karité, idratante e rigenerante.

Per ridurre cicatrici e macchie cutanee, spesso presenti su una pelle non più giovanissima, un valido aiuto è la Rosa Canina. L'olio estratto da questa pianta infatti possiede un elevato quantitativo di vitamina C ed è noto per le sue proprietà schiarenti e rigeneranti per la pelle.

Per lenire le macchie cutanee un ulteriore validissimo ingrediente è la Bava di Lumaca, un concentrato naturale di collagene, elastina, acido glicolico, allantoina e vitamine. La Bava di Lumaca è un estratto prezioso per una crema viso poiché ha enormi proprietà leviganti, attenua le rughe e stimola il ricambio cellulare esfoliando delicatamente la pelle e lenendo le macchie dovute al passare del tempo.

Molto noto ed utilizzato dall'industria cosmetica dell'anti age è sicuramente il Coenzima Q10, molecola organica che contribuisce a mantenere l'elasticità cutanea e promuove la produzione di collagene. Ulteriore alleato per la bellezza della pelle è l'Acido ialuronico, sostanza capace di ringiovanire la pelle rendendola più tonica ed idratata. A contatto con la pelle l'Acido ialuronico opera un'evidente effetto filler, riempitivo per le rughe e levigante per la cute. Protegge inoltre dalla disidratazione e crea una barriera sulla pelle che previene la perdita di liquidi.

Tra gli oli essenziali che denotano proprietà anti age troviamo invece i seguenti: Achillea, Cisto, Elemi, Galbano, Incenso, Legno di Rosa, Neroli, Palmarosa, Rosa Damascena e Ylang-Ylang.

Deborah Lazzaro - debyvany91@biomakeup.it

Campioni Gratis
Omaggi ed opportunità dal web!

CAMPIONI
omaggio.info

in Bio makeup



COLORANTE E120: COSA E' E DOVE VIENE UTILIZZATO

Imparare a leggere in autonomia l'etichetta di un prodotto è indubbiamente un elemento utilissimo per realizzare acquisti consapevoli e mirati. La lista degli ingredienti, sia essa di un cosmetico o di un alimento, rivela infatti moltissime notizie e consente all'acquirente di valutare la salubrità del prodotto scelto prima di un acquisto.

In campo alimentare, l'etichetta di un prodotto deve specificare principalmente i seguenti elementi: elenco degli ingredienti, termini di scadenza, quantitativo, azienda produttrice e lotto di appartenenza. Essendo vincolate alla veridicità di quanto affermato sulle etichette dei loro alimenti, le aziende produttrici non possono falsificare le caratteristiche degli ingredienti impiegati e questa risulta sicuramente una garanzia per il consumatore.



tetica, non tutti consentiti in Europa.

Tra i coloranti utilizzati dall'azienda alimentare troviamo l'E120, un derivato animale che viene prodotto mediante l'essiccazione e la macinazione di un insetto appositamente allevato per lo scopo: la cocciniglia. La cocciniglia è un parassita delle piante appartenente alla famiglia delle Coccoidee. Il corpo delle femmine di quest'insetto è il classico color rosso utilizzato per pigmentare succhi e bevande, dolci, arrosti e salumi, prodotti farmaceutici, sciroppi e pastiglie.

Purtroppo questo colorante è contenuto in moltissimi alimenti in commercio, seppur presente in percentuali studiate per ridurre il rischio di allergie. Per produrre un chilogrammo di E120 servono 100.000 insetti, per altro allevati appositamente

Leggendo l'etichetta di un alimento infatti, prima ancora di scorrere la lista degli ingredienti, è possibile soffermarsi sulle caratteristiche dei singoli elementi impiegati ponendo già a questo livello delle prime distinzioni. Grazie alla tutela della veridicità di quanto affermato sulle singole etichette, i consumatori possono scoprire se un prodotto è realizzato a partire da uova di galline allevate a terra piuttosto che uova così banalmente nominate, olio extravergine d'oliva di prima spremitura anziché semplice olio d'oliva senza alcuna specificazione e così via dicendo.

Tra gli ingredienti che un alimento può contenere esistono i coloranti, indicati solitamente nell'etichetta con un codice compreso tra E100 e E199. Tra essi sono presenti sia coloranti d'origine naturale che sin-

per essere uccisi.

Molto frequente è il suo impiego in aperitivi e succhi d'arancia, talvolta rossa soltanto poiché colorata con questo additivo. Spesso le conserve a base di frutta come le marmellate e gli sciroppi sono pigmentate con la cocciniglia per donare un colore vivo ed invogliare all'acquisto gli ignari consumatori.

Per assicurarsi che i cibi acquistati non contengano questo colorante, chiaramente non vegetariano né tanto meno vegano, è bene leggere l'etichetta e prediligere alimenti naturali, privi di additivi inutili e spesso impiegati solo per accattivare e migliorare esteticamente l'alimento in questione.



Meglio affidarsi dunque all'antico proverbio "siamo quello che mangiamo" e scegliere con cura i cibi da inserire nel proprio carrello!

Deborah Lazzaro - debyvany91@biomakeup.it

Prenatal

new
collection

primavera 2014

Come descrivereste [La Gazzetta del Bio](#) a chi non la conosce? Cosa possono trovare i vostri fan di speciale sulla vostra pagina Facebook?

Ecco, abbiamo già risposto in parte a questa domanda. Possiamo solo aggiungere che è come un salotto aperto a tutti dove le persone possono trovare nuovi spunti, consigli e si possono confrontare con noi e con gli altri lettori della pagina. Cerchiamo di essere onesti e ci differenziamo un po' rispetto agli altri soprattutto per la varietà di argomenti trattati. Non parliamo solo di make up ad esempio o una certa fascia di prodotti, spaziamo molto e questo vediamo che piace.

Sicuramente molti vostri lettori vi chiedono dei consigli e sono sicura che voi rispondete con disponibilità ed accuratezza. Qual è il consiglio che daresti a chi si inizia ora ad approcciare al mondo della cosmesi eco-biologica?

La prima cosa fondamentale è fare un passaggio graduato, non buttare le cose non bio che si hanno in casa perchè sarebbe la prima azione sbagliata e non ecologica! Piuttosto cercare di utilizzare e riciclare i prodotti in altri modi, ce ne sono tantissimi, basta solo cercare in rete o chiedere a noi. Bisogna avere un po' di pazienza, non tutti i cosmetici bio vanno bene per noi, dobbiamo cercarli ed individuare i principi attivi che fanno a caso nostro.

Una piccola curiosità prima di salutarci: qual è stata la soddisfazione più grande che avete provato grazie all'apertura de [La Gazzetta del Bio](#)?

Indubbiamente la stima e il riscontro delle persone che ci seguono. Abbiamo stretto rapporti meravigliosi con i nostri lettori e le continue conferme ci spronano a fare sempre meglio e di più per loro! Quando ci contattano per ringraziarci del nostro lavoro siamo felici.

Grazie a tutti per averci fatto compagnia in queste righe e vi aspettiamo sulla nostra pagina!

Nel salutare Cristian e Manuel desidero ringraziarli personalmente per la loro disponibilità. Vi consiglio di cuore di visitare [La Gazzetta del Bio](#) perchè si tratta veramente di un piccolo mondo tutto da scoprire che vi farà immergere ancor di più nel meraviglioso universo della cosmesi eco biologica!



**Entra nel mondo della
cosmesi naturale Bottega Verde.**

