

Ružna istina o kozmetičkim i higijenskim proizvodima

Dok raste osviještenost o konzumiranju ekološke hrane radi smanjenja izlaganja toksinima, ona je još uvijek na niskoj razini kad se radi o kozmetičkim, higijenskim i proizvodima za osobnu njegu, čije kemikalije i često kancerogeni sastojci čak ni ne moraju biti navedeni na etiketi.



Charu Bahri © 2006.

Email: charubahri@gmail.com

Smrtonosan koktel kemikalija

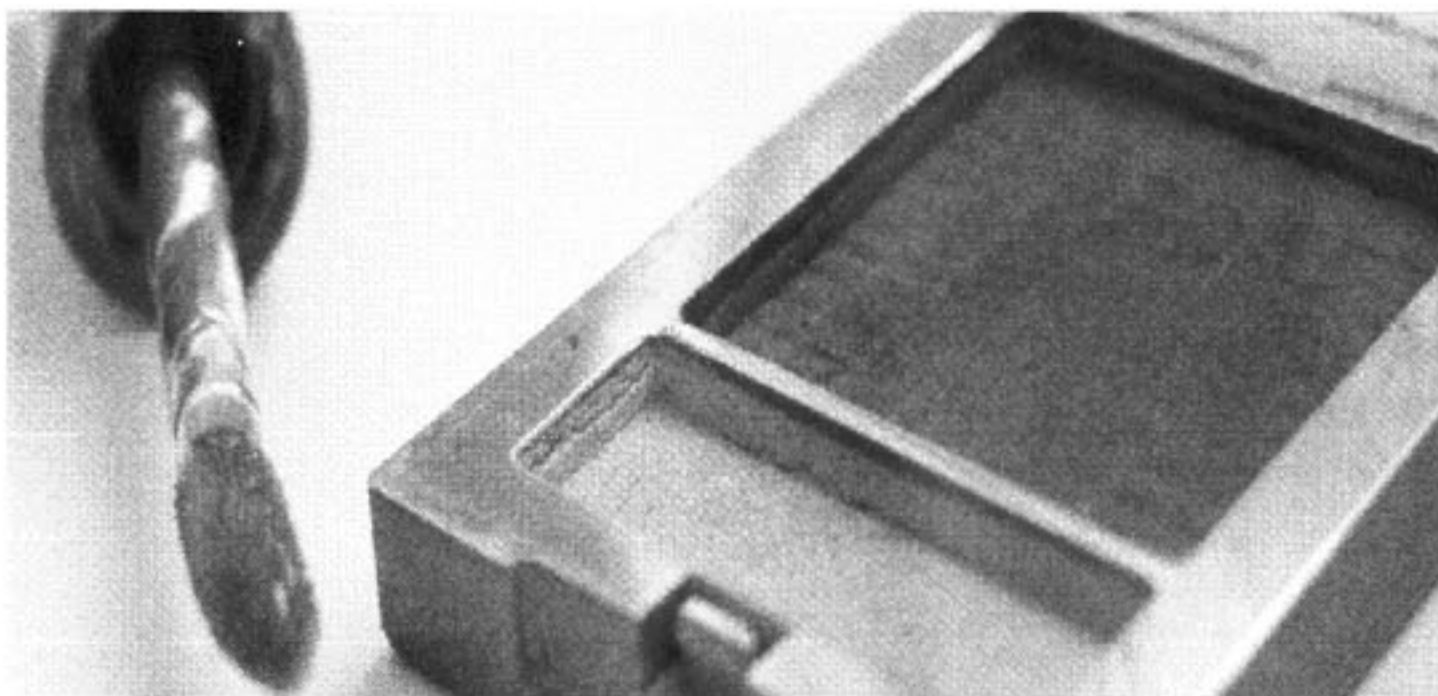
Obični sapuni nisu dovoljno dobri. Čistimo se perući lice i tijelo, a onda osušimo kožu ručnikom. Nakon toga ju namažemo revitalizirajućim kremama. Slijedi deodorans kojim se malo poprskamo da prikrijemo miris tijela (naš prirodan smrad po znoju koji se javlja nakon napornog radnog dana, bolje rečeno). Nakon toga možda slijedi koja kap parfema ili losiona poslije brijanja. Za otprilike polovicu naše odrasle i tinejdžerske populacije - da, govorim o ženama - sad je na redu cijeli režim «dotjerivanja» lica: losion za zaštitu od sunca, podloga, rumenilo, sjenilo, ruž za usne, lak za nokte. Popis se nastavlja, budući da smo neupućeni konzumenti proizvoda za osobnu njegu i kozmetiku. Naša ignorancija počinje kada propustimo uvidjeti da zbog naše taštine trpi naš najveći tjelesni organ - koža. Zapravo, naša je koža puno više od omota za ono što leži pod njom. To je živi prekrivač koji diše, barem onoliko koliko mu dopustimo. Zato, kad ju natrackamo kremama i losionima, smanjujemo njenu urođenu sposobnost da diše, a time da živi. Šteta nije ograničena na gušenje kože. Kao organ s velikom sposobnošću apsorpcije, koža zapravo upija kemikalije koje nanosimo na njenu površinu. Ako te tvari sadrže blagotvorne sastojke, to joj neće nauditi. Ali ukoliko ti proizvodi sadrže kemikalije koje lako

moгу imati štetne učinke na našu kožu i druge organe našeg tijela, posebno opasan kumulativni efekt koji se javlja nakon višegodišnje upotrebe, naše jednostavne higijenske navike znače poguban životni stil koji nas približava bolesti i smrti. Dakle, što sadrže uobičajeni proizvodi za osobnu njegu i kozmetiku? Možda će vas to iznenaditi, ali oni su često koktel kemikalija koje djeluju kao kancerogeni agensi (koji uzrokuju rak), dermoiritanti (iritiraju kožu), razvojni toksini (toksini koji posebno utječu na fizički i mentalni rast djeteta), endokrini disruptori (tvari koje zaustavljaju stvaranje ili blokiraju prijenos

hormona u tijelu i tako narušavaju razvoj), mutagene tvari (agensi koji izazivaju mutacije DNK koje vode do raka ili urođenih defekata), neurotoksini (kemikalije koje utječu na naš živčani sustav), reproduktivni toksini (agensi koji utječu na naš reproduktivni sustav) i senzibilizanti (kemikalije koje uzrokuju alergijske reakcije u normalnom tkivu nakon ponavljanoг izlaganja). Uh! Teško vam je u to povjerovati? Prije nego što poblizе razmotrimo što sve gore navedeno znači za vaše zdravlje, pogledajmo zašto su te činjenice tako

Ali koliko je majki svjesno činjenice da rješenje s pjenušavom kupelji sadrži DEA, TEA i MEA ili, tehničkim rječnikom rečeno, dietanolamin, trietanolamin i monoetanolamin.

dobro zataškane. Broj potrošača kozmetičkih i higijenskih proizvoda u neprestanom je porastu - što nije nikakvo čudo, jer taština više nije isključivo pravo žena. I muškarce su, također, uspješno zaveli kozmetički divovi koji propovijedaju mantru «izgledaj dobro, osjećaj se dobro». Širom razvijenih zemalja Zapada, i brzo rastućih, novootvorenih tržišta zemalja Istoka,



neznanje i pogrešno uvjerenje koje izjednačava razvijenost s dobrim izgledom ili glamurom drže potrošački orijentirano stanovništvo čvrsto u šaci. Rezultat je sve veći rast profita globalnih korporacija koje se bave kozmetikom i proizvodima za osobnu njegu. Njihov uspjeh stimulira još agresivnije reklamne kampanje, zbog kojih mnogi drugi postaju žrtve potrebe za «dobrim izgledom».

Zašto se to događa?

Umjesto pitanja zašto se to događa, trebali bismo se pitati zašto *dopuštamo* da se to događa. Činjenica da ljudi kozmetičke i higijenske proizvode još uvijek ne prepoznaju kao izravno povezane s našom dobrobiti (čitaj, zdravljem), doprinosi tom problemu. Iako sporo, postajemo entuzijastični u vezi s ekološkom hranom i istovremeno oprezni u vezi s ostacima kemikalija i pesticida u voću i povrću koje konzumiramo jer znamo da ih unosimo u sebe, ali kozmetiku i tome slično još uvijek doživljavamo kao proizvode koje koristimo samo izvana. Naš svjesni um nije apsorbirao činjenicu da je naša koža živa spužva, jednako podložna štetnim utjecajima toksina kao, recimo, i naš probavni sustav. Naš je nedostatak svijesti i uznemirenosti to što potiče rast kozmetičke industrije. Kao rezultat toga, dok aktivisti uspješno nastavljaju sa svojom kampanjom protiv industrije duhana, imajte u vidu da već godinama kutije cigareta moraju nositi upozorenje «Pušenje cigareta šteti zdravlju», ali nikakav sličan nalog za nošenje obaveznog upozorenja nije donesen u vezi s kozmetikom i proizvodima za osobnu njegu.

Blagi standardi

Tako, umjesto strogih standarda koje bi trebalo razviti za kozmetiku, u stvarnosti imamo upravo suprotno, što znači da se kozmetička industrija može izvući s mnogo toga. Na primjer, u SAD-u Državna uprava za hranu i lijekove (FDA) ne traži testiranja sigurnosti, bilo od strane proizvođača ili od strane njenih zaposlenika, konačnog kozmetičkog proizvoda prije njegovog puštanja na tržište. Tako i konačni proizvod i njegovi sastojci ostaju sumnjivi. Prema riječima same agencije, «proizvođač kozmetike smije koristiti skoro bilo koju sirovinu kao kozmetički sastojak i plasirati proizvod na tržište bez odobrenja od strane FDA». ¹ I tako, dok vas kozmetičke kompanije žele uvjeriti da itekako brinu o vašoj koži i provode rigorozna testiranja osjetljivosti i sigurnosti (na životinjama, ali ta brutalnost je druga priča) prije puštanja proizvoda na tržište,

u stvari, kako su istaknuli istraživači Nacionalnog vijeća za istraživanja, «od desetaka tisuća komercijalno važnih kemikalija, samo ih je nekoliko bilo podvrgnuto detaljnom testiranju na toksičnost, a većina njih jedva da je uopće bila testirana». ²

Američki Nacionalni skrbnik za okoliš, organizacija za nadzor industrije, prikazuje nam turobnu sliku posljedica odsutnosti standarda i testiranja. «Budući da FDA ne obavlja nikakva testiranja zdravstvene ispravnosti kemijskih sastojaka kozmetike prije puštanja na tržište, kada industrija tvrdi da je dugogodišnja upotreba sigurna u potpunosti se zanemaruje činjenica da nemamo nikakvog javno provjerljivog načina uvjeriti se da je takva tvrdnja istinita», kaže Nick Guroff, organizator te grupe za Kaliforniju. ³

Moćni lobi

Međutim, možda ćete radije vjerovati riječima kozmetičke industrije koja na kocki ima milijarde dolara profita. Veliki industrijski konglomerat će, htjeli mi to ili ne, izgurati po svom u zemljama u kojima cvjeta ignorancija. U Europskoj uniji toksični kozmetički sastojci zabranjeni su zahvaljujući novom zakonu donesenom 2003. i implementiranom u rujnu 2004. Međutim, u SAD-u, 35 milijardi dolara vrijedna kozmetička industrija obilno koristi svoja sredstva - kojih joj, mora se reći, ne nedostaje - u ogorčenoj borbi protiv slične zabrane. Kalifornijska zastupnica Judy Chu (D-Monterey Park) radila je na uvođenju zakona kojim bi se zabranila ista dva tipa ftalata koji su zabranjeni u EU, a kasnije možda i druge kemikalije s crne liste Međunarodne agencije za istraživanje raka (IARC) i američke Agencije za zaštitu okoliša (EPA). Ftalati su kemikalije koje se koriste u nekim lakovima za nokte i proizvodima za njegu kose za koje je dokazano da uzrokuju urođene defekte i reproduktivne probleme kod životinja. Prijedlog zakona o

Studije bazirane na ljudima i životinjama pokazuju da tijelo brzo apsorbira kemikalije iz trajne ili polutrajne boje kroz kožu, u vrijeme dok boja stoji na vlasištu.

zabrani ftalata (AB 908) koji je izradila Judy Chu trebao je biti prva zabrana ftalata u Sjedinjenim Državama, ali u siječnju 2006. objavljeno je da je prijedlog zakona «umro». ⁴ Osim zabrane dvaju ftalata, Chu je također htjela da se proizvođači kozmetike pridržavaju novog zakona prema kojem na svim proizvodima mora biti popis sastojaka, posebno opasnih kemikalija. Kako stvari trenutno stoje, označavanje proizvoda je nepotpuno i često zbunjujuće, tako da neupućena osoba nikada ne može biti sigurna što da misli

o navedenim sastojcima. Chu je 2004. nastojala omogućiti potrošačima da donose informiranije odluke o kozmetici koju koriste kroz svoj AB 2012 ili Prijedlog zakona o potrošačima i opasnostima od proizvoda za osobnu njegu, koji bi zahtijevao upućivanje Državne uprave za procjenu zdravstvenih opasnosti iz okoliša u sve kemikalije u kozmetičkim proizvodima koje uzrokuju rak ili reproduktivne štete. ⁵ Međutim, taj je prijedlog zakona također «umro». ⁶ Lobi kozmetičke industrije uspješno je okretao mišljenje u svoju korist izvlačeći se na izgovor da bi nabiranje sastojaka njihovih proizvoda moglo povrijediti ili ugroziti njihove poslovne tajne. Tako ftalati do daljnjeg ostaju, bez obaveze navođenja na etiketi. Treba spomenuti da se grupe boraca za sigurnost koje citiraju negativne

učinke kemikalija ne oslanjaju na glasine. Na primjer, provedena su značajna istraživanja učinka ftalata na zdravlje, poput studije dr. Shanne Swan, profesorice porodiljstva i ginekologije sa Sveučilišta u Rochesteru, koja je te kemikalije povezala s feminizacijom kod dječaka. Ta vladina studija pokazala je jasnu korelaciju između prenatalne izloženosti ftalatima i smanjenog anogenitalnog razmaka (AGD) kod muških beba, što je otkriće koje implicira da će te muške bebe imati povećanu sklonost nepotpunom spuštanju testisa i manjim penisima. Zanimljivo je da su se te promjene javile kod razine ftalata koja je, prema mjerenjima, prisutna kod otprilike jedne četvrtine žena u Sjedinjenim Državama.⁷

Koliko je to loše?

Zaista šokantne vijesti, ali za potrošače je najvažnije da shvate da su slučajevi za koje čujemo, slikovito rečeno, samo vrh sante leda. Ftalati su samo jedna od mnogo, mnogo kemikalija koje su našle put do proizvoda za osobnu njegu koje mi, ne znajući to, svakodnevno koristimo. Radna grupa za okoliš, nadzorna organizacija, procjenjuje da je samo 11 posto od približno 10.500 kemikalija koje su dokumentirane kao uobičajeni sastojci proizvoda za osobnu njegu dovoljno ispitano.⁸ U tom scenariju, neznanje nije blaženstvo. Upravo suprotno: može značiti nesreću i imati ozbiljne posljedice po naše zdravlje i zdravlje naših voljenih. Zamislite majku koja kupuje svoje dijete u pjenušavoj kupelji. Djeca se vole brčkati među mjehurićima u kadi, pa je pjenušava kupelj idealan način da se potakne navika kupanja. Ali koliko je majki svjesno činjenice da rješenje s pjenušavom kupelji sadrži DEA, TEA i MEA ili, tehničkim rječnikom rečeno, dietanolamin, trietanolamin i monoetanolamin. Kad se te tri kemikalije kombiniraju s nitritima - što je reakcija koja se može neprimjetno dogoditi dok je proizvod izložen za prodaju na policama trgovine - nastaju nitrozamini kao što je NDEA (N-nitrozodietanolamin), izuzetno kancerogen spoj, koji je posebno opasan za bubrege i jetru i lako se apsorbira preko kože - vjerojatno još lakše kroz nježnu kožu djeteta. Također je poznato da oni izazivaju alergijske reakcije, iritiraju oči i isušuju kosu. Mnogi šamponi, gelovi za tuširanje i sapuni sadrže tu ubojitu mješavinu kemikalija. Još 1980. FDA je izvijestila da je oko 42 posto svih kozmetičkih proizvoda zagađeno s NDEA, pri čemu šamponi imaju najviše koncentracije.⁹ Međutim, proizvođači inzistiraju da su DEA i njegovi derivati «sigurni» za upotrebu u proizvodima namijenjenim za kratkotrajnu primjenu ili kad se isperu ubrzo nakon primjene. No studija objavljena u časopisu *Journal of the National Cancer Institute* sugerira suprotno, ukazujući na činjenicu da su studije na ljudima i životinjama pokazale da se NDEA može brzo apsorbirati kroz kožu.¹⁰ Zanimljivo, IARC je 1978. upozorio da «[i]ako nikakvi epidemiološki podaci nisu bili dostupni, N-nitrozodietanolamin za praktične potrebe treba smatrati kancerogenim za ljude». ¹¹ Tu tvrdnju potvrdili su gotovo deset godina kasnije. ¹² FDA je izrazila zabrinutost zbog kontaminacije kozmetičkih proizvoda nitrozaminima u obavijesti objavljenoj u glasniku *Federal Register* od 10. travnja 1979. (44 FR 21365). U njoj stoji da se kozmetika koja sadrži nitrozamine može smatrati onečišćenom i podložnom zakonskim mjerama. U pregledima kozmetičkih proizvoda provedenim 1991-92, nitrozodietanolamin je pronađen u 65% uzoraka u količinama do 3 ppm. ¹² Američki nacionalni

toksikološki program 1994. predstavio je sličan zaključak u svom «Sedmom godišnjem izvještaju o kancerogenim tvarima»: «Postoji dovoljno dokaza kancerogenosti N-nitrozodietanolamina kod eksperimentalnih životinja.» Izvještaj dalje ističe da su od preko 44 životinjskih vrsta na kojima je NDEA testiran, sve bile osjetljive na njega.^{14,15} U svom Jedanaestom izvještaju za 2005. NTP je istaknuo da je «razumno očekivati da je N-nitrozodietanolamin kancerogen za ljude...»¹⁶

Čuvajte se...

Gore navedeno kombiniranje DEA, TEA i MEA s nitritima i nastanak NDEA samo je jedan primjer. U stvari, preplavljeni smo pravim morem kemikalija, od kojih svaka ima vlastito djelovanje i sposobnost nanošenja štete ljudskom sustavu.

Najbolje što osoba u takvom scenariju može učiniti je znati koja kemikalija uzrokuje što i kloniti se, koliko je to u praksi moguće, takvog proizvoda. Razmotrimo sada nakratko još neke sastojke koji prodiru u našu kožu uz potencijalno katastrofalne posljedice:¹⁷
Formaldehid: Imidazolidinil urea i DMDM hidantoin su konzervansi koji formiraju formaldehid, korišteni u proizvodima za kožu, tijelo i kosu.

Poznato je da izazivaju alergije, astmu, bol u prsima, kronični umor, depresiju, vrtoglavicu, glavobolje i bolove u zglobovima. Formaldehid, također konzervans i dezinficijens, koristi se u šamponima, lakovima za nokte, učvršćivačima noktiju i proizvodima za rast kose. IARC ga smatra kancerogenim, a američka EPA «vjerojatno» kancerogenim. Njegova prisutnost je često maskirana, jer dolazi kao dio drugih, voluminoznijih sastojaka. Trebali biste paziti na sastojke kao što su hidantoini i surfaktante kao što je natrijev lauril sulfat, koji mogu sadržavati formaldehid, kako biste znali sadrži li proizvod tu tvar ili ne. Također bi bilo dobro da znate da taj proizvod često dolazi pod imenom formalin ili MDM.

Katran kamenog ugljena: koristi se kao baza za boje za kosu i u šamponima protiv peruti, i poznato je da uzrokuje po život opasne bolesti kao što je rak, te cijeli spektar čestih zdravstvenih problema kao što su astma i glavobolje. Pazite na FD&C i D&C brojeve na etiketama proizvoda. Neke sporodjelujuće boje za kosu sadrže olovo, dobro poznatu kancerogenu tvar i hormonski disruptor koji se prilično lako apsorbira kroz kožu i akumulira u kostima. Sveučilište Xavier iz Louisiane istraživalo je tu temu i utvrdilo da neke marke boja za kosu sadrže 10 puta više olova od razine dopuštene u bojama za zidove! Svatko tko je koristio boje za zidove ili boravio u svježe oličenoj sobi zna kakve zdravstvene reakcije to može potaknuti: glavobolje, kihanje i mučninu, da spomenemo samo neke. Dobro je poznato da ličioc, i u manjoj mjeri osobe uključene u proizvodnju boja, imaju povećan rizik od dobivanja raka zbog svoje izloženosti olovu. U stvari, studije sada s tim povezuju veću učestalost raka u djetinjstvu kod djece čiji su roditelji (otac ili majka) izloženi boji.^{18,19} Naravno, treba također naglasiti da boje sadržavaju mnoge druge ubojite kemikalije ličioc su izloženi cijeloj lepezi, a ne nužno samo olovu u obliku čestica koje sadrže olovni kromat.

Petrolatum: polukruta mješavina ugljikovodika koja je također poznata kao gel mineralnog ulja, naftni gel, vazelin ili paraffinum liquidum. Ima sposobnost sprečavanja tijela da

Činjenica je da toksini iz kozmetike i proizvoda za osobnu njegu, nakon upotrebe, završavaju u našem okolišu.



provodi svoj prirodni proces uklanjanja toksina. Također može uzrokovati fotosenzibilnost i može lišiti kožu njenih prirodnih ulja, rezultat čega su ispucanost i suhoća, prerano starenje, akne i drugi kožni poremećaji.

Talk: bolje poznat sastojak koji se nalazi u puderima za lice i tijelo, kao i blago posut po sredstvima za kontracepciju kao što su kondomi, poznata je kancerogena tvar. Studije su ga povezale s izazivanjem raka jajnika kod korištenja u genitalnom području, prvenstveno zato što talk, anorganski magnezijev hidroksid silikat, može iritirati stanice koje prekrivaju jajnike.²⁰ Također, u prošlosti više nego danas, kozmetički talk često je bio zagađen tragovima azbestu sličnih minerala, anorganske tvari za koju je poznato da uzrokuje tumore. Kako? U biti, talk je mineral koji se dobiva vađenjem talkovog kamenja koje se onda prerađuje drobljenjem, sušenjem i mljevenjem radi uklanjanja brojnih minerala u tragovima. Međutim, taj proces ne uklanja sićušna vlakna koja su vrlo slična azbestu. Zato je talk vrlo sličan snažno kancerogenoj tvari azbestu. Znanstvenici su temeljito proučili čestice talka i pronašli opasne sličnosti s azbestom, i to do te mjere da je 1973. FDA izradila nacrt rezolucije koja bi ograničila količinu azbestu sličnih vlakana u kozmetičkom talku. Međutim, nikada nije donesen nikakav zakon, i kozmetički talk je do danas ostao izvan regulacije federalne vlade. Ta neaktivnost ignorira izvještaj Nacionalnog toksikološkog programa iz 1993. koji je otkrio da kozmetički talk, bez ikakvih azbestu sličnih vlakana, izaziva tumore kod pokusnih životinja. Čini se da je kozmetički talk kancerogen bez obzira na prisutnost azbestu sličnih vlakana.²¹ Usput, talk se također može taložiti u našim plućima, izazivajući dišne poremećaje, a možda i rak pluća.

Natrijev lauril sulfat (SLS) se vrlo često koristi u proizvodnji šampona, regeneratora za kosu, pasti za zube i doslovno u svim proizvodima za osobnu higijenu. SLS je jak, grub detergent, koji se također često koristi za odmašćivanje motora! Zamislite što onda može učiniti vašem tijelu. Može uzrokovati iritaciju očiju, pa čak i trajne ozljede očiju, posebno kod djece, zatim osipe, gubitak kose, ljuskavost kože i ulceraciju usta. U kombinaciji s drugim sastojcima, SLS također može stvarati kancerogene nitrozamine. Lako prodire u kožu i može se taložiti u srcu, plućima, jetri i/ili mozgu.

Padimat-O, također poznat kao **oktil dimetil** i **PABA** uobičajen je sastojak krema za sunčanje. Poput DEA, on je tvar koja stvara nitrozamine. Postoji rastuća zabrinutost da se energija koju apsorbira ova krema za sunčanje pretvara u slobodne radikale,

koji onda zapravo mogu povećati opasnost od raka kože. Zaista ironična situacija, koristiti ili ne koristiti, pitanje je sad!

Alkohol ili **izopropil** je otrovno otapalo i denaturant, što znači da može modificirati strukturu drugih kemikalija. Koristi se u ispiračima boje za kosu, losionima za tijelo i ruke, losionima poslije brijanja i mirisima, i može izazvati mučninu, povraćanje, glavobolje, užarenost lica i depresiju. Također isušuje kosu i stvara napukline u površini kože koje mogu olakšati rast bakterija.

Mirisi koji se koriste u parfemima i mnogim drugim proizvodima za osobnu njegu obično su proizvedeni na bazi nafte. Mogu izazvati glavobolje, vrtoglavicu, osipe, dišne probleme, povraćanje, iritaciju kože i višestruke osjetljivosti na kemikalije. Žalostno je što FDA još uvijek ne obvezuje proizvođače parfema da upozoravaju potrošače na toksične kemikalije koje se nalaze u njihovim proizvodima. Činjenica da se kozmetika proizvodi tako da ima dug vijek trajanja, za razliku od hrane, doprinosi njihovoj toksičnosti i potencijalu da djeluju kancerogeno. Nitriti se nastavljaju stvarati u tim kemijskim smjesama (zvati ih kozmetikom nakon što smo saznali što stvarno jesu bilo bi pomalo naivno) zahvaljujući prisutnosti drugih kemikalija kao što su formaldehid, paraformaldehid, tiocijanat, nitrofenoli i određene metalne soli.²²

Još dokaza? Uzmimo primjer...

Gornji popis je samo indikativan. Nikako ga ne bi trebalo smatrati potpunim popisom toksičnih kemikalija koje se nalaze u kozmetici i proizvodima za osobnu njegu. Bit je u tome da treba biti svjestan, shvatiti da je naša ignorancija omogućila proizvođačima kozmetike i proizvoda za osobnu njegu da se izvuku s praktično bilo čim. U stvari, da još jednom naglasim težinu scenarija, predstaviti ću znanstvena istraživanja koja potkrepljuju vezu između upotrebe trajnih ili polutrajnih boja za kosu i raka. Studije bazirane na ljudima i životinjama pokazuju da tijelo brzo apsorbira kemikalije iz trajne ili polutrajne boje kroz kožu, u vrijeme dok boja stoji na vlasištu. Razmazivanje boje po vašem vlasištu može izazvati više štete nego što biste mislili. Kod samo 30 minuta kontakta boje s vašim vlasištem (koje je, opet, produžetak vaše kože), kroz višegodišnju upotrebu možete, čini se, apsorbirati dovoljno kancerogenih tvari da to potakne rak u vašim kasnijim godinama. Još kasnih 1970-ih studije su utvrdile vezu između upotrebe boja za kosu i raka dojke. Studija iz 1976. izvijestila je da je 87 od 100 pacijentica s rakom dojke duže vrijeme koristilo boje za kosu.²³ Nešto kasnije, 1979. jedna američka studija otkrila je signifikantan odnos između učestalosti i trajanja upotrebe boja za kosu i raka dojke, potvrdivši ono u što se otprije vjerovalo.²⁴ Rizik je bio najveći kod skupine od 50 do 79 godina, što sugerira da su za razvoj raka izazvanog takvim izlaganjem potrebne godine. Tako su žene koje su počele bojati kosu s 20 godina imale dvostruko veći rizik od onih koje su počele s 40, jednostavno zato što su se izložile većoj količini toksina. Još jedna studija objavljena 1980. otkrila je da su žene koje boje kosu kako bi joj promijenile boju, u usporedbi s onima koje samo prikrivaju sijedost, imale trostruko veći rizik, možda zbog korištenih boja (koje su intenzivnije) i vremena potrebnog za sukcesivne primjene (duže trajanje znači više kontakta između kože i boje).²⁵ Kasnije je studija koju su zajedno financirali Američko društvo za rak i FDA priznala

četverostruko povećanje relativno rijetkih oblika raka, uključujući ne-Hodgkinov limfom i multipli mijelom, kod potrošača boja za kosu.²⁶ Te studije također formalno potvrđuju vjerovanje da tamnije nijanse trajnih i polutrajnih boja za kosu, kao što su crna, tamnosmeđa i crvena, povećavaju rizik od raka.²⁷

Izgleda da ih se baš ne možemo riješiti...

Očigledno je da kozmetički proizvodi, tobožnji proizvodi za ljepotu, zapravo nisu tako lijepi što se tiče naše dobrobiti. Toksini koje sadrže predstavljaju veliku opasnost za zdravlje, i ne samo zbog naše izravne izloženosti. Mogli biste odlučiti odbaciti cijeli svoj spektar kozmetike i još uvijek biste bili u opasnosti da se kontaminirate toksinima, iako bi rizik bio daleko manji - pod pretpostavkom da živite u relativno čistom okolišu, a nemamo svi sreću da nam je to dostupno. Činjenica je da toksini iz kozmetike i proizvoda za osobnu njegu nakon upotrebe završavaju u našem okolišu. Voda sa sapunicom, isprani šampon itd. odlaze niz slivnik u kanalizacijske sustave, time zagađujući vodotokove i tlo, trujući biljke i morske životinje. Nakon što završe u okolišu, te kemikalije vraćaju se u naše domove kroz prehrambeni lanac, i pritom je njihovo ponovno javljanje često još većeg intenziteta. Uzimajući u obzir našu kolektivnu zabrinutost oko toksina u hrani, pomalo je ironično otkriti da naša sklonost kozmetici možda pogoršava naš problem. Ipak, nema razloga da nas naša vlastita povišena svjesnost demoralizira. Trenutno je najvažnije biti svjestan i širiti svjesnost sve dok se naše globalno društvo ne okrene prema onima koji stvaraju ove toksične proizvode i odlučno zatraži odgovore i trajno rješenje.

Kamo dalje?

Korištenje riječi «trajno rješenje» može se činiti pomalo olakim kada znamo da se pravi kemijski koktel i dalje svakodnevno ispituje i testira za buduću upotrebu na našoj osjetljivoj, živoj koži. Sporno pitanje je sljedeće: Imamo li zaista realnog izbora kad je riječ o alternativama? Koliko su dobre (ili loše) te takozvane alternative? To traži dodatno širenje naše novootkrivene svjesnosti. Mnoge kozmetičke kompanije shvatile su što se sprema, i čini se da počinju na tržište izbacivati «prirodne» proizvode. Ali ni među tim proizvodima nisu svi dobar izbor. Neki su, kako se to kaže, staro vino u novim bocama s novom etiketom. Ne postoje standardi koji određuju što znači «prirodno». Tako je jedini način da znate što kupujete taj da pažljivo čitate ono što na etiketi piše najmanjim slovima. Ne treba nas iznenaditi da mnogi takozvani «prirodni» proizvodi također sadrže kemikalije. Dakle, najbolje što možete učiniti je da sastavite popis opasnih sastojaka i sigurnih alternativa i podijelite ih svojim prijateljima i voljenim osobama. Što nam je dalje činiti? Određene grupe koje se bore za javne interese pokrenule su web-lokacije kao što je Skin Deep,²⁸ koje djeluju kao interaktivni vodič za sigurnost proizvoda za osobnu njegu. Pretraživač baza podataka Skin Deepa, na primjer, prikazuje sigurnosne ocjene različitih marki i detaljne informacije o preko 14.000 šampona, losiona, deodoranasa, krema za sunčanje i drugih proizvoda od gotovo 1000 marki. Tu uslugu osmislila je Radna grupa za okoliš, partner Kampanje za sigurnu kozmetiku, kako za potrošače tako i za proizvođače, ohrabrujući i jedne i druge da prijeđu na istinski sigurnije alternativne formule.²⁹

Zadnja riječ: naturalizam

Na kraju dana doslovno morate odlučiti koju ćete noćnu kremu primijeniti kako biste unaprijedili svoju ljepotu. Ali budite oprezni, jer dok se vaše tijelo nastoji pomladiti tijekom noći, maska na vašem licu možda prodire kroz kožu i taloži se u vašem tijelu, kako bi jednog dana izazvala tešku štetu. Možda vaš *beauty sleep* djelotvornije čini čuda bez dodatne pomoći.

Privlačno lice s kozmetičkog proizvoda često ne zna ili ga nije briga što reklamira. Reklamiranje je oblik iznuđivanja novca, i najbolje što možete učiniti je da se klonite njegove mreže. Pažljivo birajte proizvode koji zaista koriste prirodne sastojke koje prepoznajete - ili, još bolje, kupite dobru knjigu s uradisam receptima, razmislite o organiziranju grupe s vašim prijateljima i uživajte u pravljenju (i korištenju) vlastitih šampona, krema, sapuna, losiona itd.³⁰

Kad se radi o vašem zdravlju i dobrobiti vaših voljenih, nikada ne možete otići predaleko. Dodatni korak će vas, u ovom slučaju, nesumnjivo odvesti puno dalje od bolesti i nesreće.

O autorici:

Charu Bari je autorica i slobodni pisac iz Indije. Također povremeno radi za jednu humanitarnu organizaciju iz zdravstvenog sektora. Charu snažno zagovara jednostavan i zdrav životni stil. Može ju se kontaktirati na charubahri@gmail.com.

- Hearn, Kelly, «Chemical Soup and Federal Loopholes», AlterNet, objavljeno 11. ožujka 2005, <http://www.alternet.org/envirohealth/21468/>; također pogledati Lewis, Carol, «Clearing Up Cosmetic Confusion», http://www.fda.gov/fdac/features/1998/398_cosm.html
- «Avoiding toxic cosmetics», 5. rujna 2003, na <http://www.ecocycle.org/askeco-cycle/20030905.cfm>
- Hearn, ibid.
- http://www.leginfo.ca.gov/pub/bill/asm/ab_0901-0950/ab_908_bill_20060131_history.html
- «Industry Kills Bill to Inform Public of Toxic Cosmetics», objavljeno 26. kolovoza 2004, <http://www.exodusnews.com/california/California063.htm5>, http://www.leginfo.ca.gov/pub/03-04/bill/asm/ab_2001-2050/ab_2012_bill_20041130_history.html; http://democrats.assembly.ca.gov/members/A49/accomplish_2004.htm
- Swan, Shanna, *San Francisco Chronicle*, <http://www.sfgate.com/cgi-bin/article.cgi?file=/chronicle/archive/2006/01/09/EDGMKGJGL61.DTL6>. Hearn, ibid.
- Citirano na <http://www.healthycommunications.com/96citizenspetitiondea.html> i u «Seventh Annual Report on Carcinogens», Nacionalni toksikološki program, američko ministarstvo zdravlja i socijalnih službi, Rockville, MD, 1994, <http://ntp.niehs.nih.gov:8080/query.html?qt=7th+Annual+Report+on+Carcinogens&col=005main&charset=iso-8859-1>
- J Nat Cancer Inst* 1981; 66:125-7; *Toxicol Lett* 1979; 4 : 217-22
- IARC Monographs Database on Carcinogenic Risks to Humans* 1978; 17:77-82, na <http://monographs.iarc.fr/ENG/Monographs/vol17/volume17.pdf>
- IARC, dopunjeno 27. ožujka 1998, <http://monographs.iarc.fr/ENG/Monographs/vol17/volume17.pdf>
- Pogledati poglavlje «Nitrozamini» u <http://www.cfsan.fda.gov/~dms/cos-hdb3.html>
- National Toxicology Program, «Seventh Annual Report on Carcinogens», ibid., <http://ntp.niehs.nih.gov:8080/query.html?qt=7th+Annual+Report+on+Carcinogens&col=005main&charset=iso-8859-1>
- Lijinsky, W., *Chemistry and Biology of N-Nitroso Compounds*, Cambridge University Press, New York, 1992.
- National Toxicology Program, «Eleventh Annual Report on Carcinogens», 2005, sažetak na <http://ntp.niehs.nih.gov/ntp/roc/eleventh/profiles/s126nitr.pdf>; također pogledati <http://ntp.niehs.nih.gov/ntp/roc/toc11.html>
- «Toxic Cancer-Causing Chemicals in Toiletries», http://www.healthreport.co.uk/harmful_toxic_toiletries_chemicals_cancer_causing.html
- International Agency for Research on Cancer (IARC), «Summaries & Evaluations, Occupational Exposures in Paint Manufacture and Painting», <http://www.inchem.org/documents/iarc/vol47/47-13.html>
- Dr. sc. Chen, Ruoling, dr. med i Anthony Seaton, dr. med, FRCP, FFOM, «A Meta-Analysis 18. of Painting Exposure and Cancer Mortality», Odjel medicine rada i okoliša, Medicinski fakultet Sveučilišta u Aberdeenu, UK, <http://www.cancerprev.org/Journal/Issues/22/6/296>
- Jelovsek, Frederick R., dr. med, «Perineal Powder and Pads May Cause Problems», <http://www.wdxcyber.com/nvulva02.htm>
- Cancer Prevention Coalition, «Risks of Talcum Powder», <http://www.preventcancer.com/consumers/cosmetics/talc.htm>
- Science* 1973; 182:1245-6; *J Nat Cancer Inst* 1977; 58:409; *Nature* 1977; 266:657-8;
- Food Cosmet Toxicol* 1983; 21:607-14; također pogledati http://www.preventcancer.com/press/petitions/oct22_96.htm
- NY State J Med* 1976; 76:394-6
- J Nat Cancer Inst* 1979; 62:277-83
- J Nat Cancer Inst* 1980; 64:23-8
- J Nat Cancer Inst* 1994; 215-310
- «Toxic Cancer-Causing Chemicals in Toiletries», ibid.
- <http://www.ewg.org/reports/skindeep/>
- <http://www.ewg.org/reports/skindeep/?key=nosign>
- Erickson, Kim, *Drop Dead Gorgeous: Protecting Yourself from the Hidden Dangers of Cosmetics*; Falconi, Dina, *Earthly Bodies and Heavenly Hair*; Cox, Janice, *Natural Beauty* prema savjetu s <http://www.ecocycle.org/askeco-cycle/20030905.cfm>