

LE SOLUZIONI DELLA COSMETICA GREEN

rimedi ed aiuti per il tuo benessere della
prima **Beauty Green** per capelli e corpo



**Dedichiamo questo nostro primo e-book
a NICO BENZ AMBROSECCHIA, primo
Beauty Social Coach nonchè nostro
grande maestro.**

LA NOSTRA FILOSOFIA

CONTATTO: PRIMA BEAUTY GREEN PER CAPELLI E CORPO.

L'unico centro della zona che, con la consapevolezza che la bellezza - ecosostenibile sarà il futuro per tutti, propone percorsi e menù dettagliati per capelli e corpo con l'utilizzo esclusivo di: cosmetici vegetali, oli essenziali, oli vegetali, spezie, erbe ed estratti di piante e fiori uniti al potere insostituibile dell'energia vitale che è in ognuno di noi..

Ci definiamo "*professionisti del secondo miglio*" promuovendo un metodo SICURO di pensare alla bellezza.

Oggi la comunicazione deve riflettere il nostro sapere e per noi che abbiamo scelto la filosofia Green c'è un mondo meraviglioso ed immenso da conoscere e trasmettere.



Cosmetici naturali efficaci ed al tempo stesso sani e sicuri. Queste sono le garanzie che ci hanno portato alla scelta di questi marchi leader nella cosmetica green made in Italy.

Prodotti composti esclusivamente da materie prime e da derivati vegetali coltivate in agricoltura biologica, biodinamica ed eco-sostenibile.

Siamo orgogliosi di poterli definire "cosmetici puliti" senza:

- SLS E SLES (SODIUM LAURETH SULPHATE),
- PARABENI (CONSERVANTI CHIMICI)
- DEA,TEA, MEA (VISCOSIZZANTI CHIMICI)
- FORMALDEIDE (CONSERVANTE CHIMICO CANCEROGENO)
- PROFUMI E FRAGRANZE SINTETICI (DERIVATI PETROLIFERI)
- EDTA (INQUINANTE DEI MARI)
- PARAFFINA ED OLI MINERALI (DERIVATI PETROLIFERI CANCEROGENI)

LA RIFLESSOLOGIA

ristabilire l'equilibrio energetico indispensabile alla salute dell'uomo

Definiamo innanzitutto il concetto di RIFLESSOLOGIA, ossia quella tecnica che aiuta a ristabilire l'equilibrio energetico del corpo.

La riflessologia ha origini antichissime. Praticata da molte civiltà antiche già più di 5000 anni fa, trova oggi ampio utilizzo come medicina alternativa.

I piedi vengono troppo spesso trascurati e poco valorizzati, probabilmente perché quasi sempre nascosti dalle calzature: camminare scalzi non appena se ne offre l'occasione, sulla sabbia, sull'erba, sulla terra o semplicemente sul pavimento di casa, è un accorgimento molto salutare per il nostro benessere.

Secondo i principi della medicina tradizionale orientale, la riflessologia considera il corpo percorso da canali di energia (meridiani), che iniziano o finiscono sui piedi e sulle mani. L'energia circola all'interno di canali che sono in relazione con una certa parte del corpo e con gli organi situati in questa parte. Tali canali, e i loro punti, possono ammalarsi o intossicarsi, dando luogo a uno squilibrio energetico. Attraverso i piedi e le mani si riesce, con una buona pratica, a riconoscere i segnali e a trattare i vari punti, cercando di ristabilire l'equilibrio energetico che, a sua volta, migliorerà il sistema nervoso, quello arterioso e quello venoso.

Esiste una mappa dei punti riflessi, cioè i punti della pianta del piede e del palmo della mano collegati ad alcune parti del nostro corpo, su cui si possono esercitare delle pressioni per ottenere benefici effetti.

Nella riflessologia plantare la figura umana è paragonata a quella dell'albero: le radici sono costituite dai piedi, il tronco è la colonna vertebrale e le fronde sono rappresentate dal volto, il più vicino alla luce solare. Secondo questa disciplina il piede regge il microcosmo dell'essere umano e per questo deve essere sano e stabile.

I punti riflessi sui piedi sono pressoché identici su un piede e sull'altro; le variazioni sono minime. I punti relativi a testa, seni frontali, occhi, orecchie, spalla, polmoni, tiroide, stomaco, duodeno-pancreas, rene surrene, colon trasverso, ginocchio, vescica, ovaie (o testicoli), nervo sciatico e duodeno si trovano infatti sulle piante di entrambi i piedi.

I punti che si trovano solo sul piede sinistro sono quelli corrispondenti a fegato, cistifellea, colon ascendente, appendice.

I punti che si trovano solo sul piede destro sono quelli corrispondenti a cuore, colon discendente, intestino retto e milza

Un discorso molto simile si affronta con la riflessologia della mano. Si opera sui palmi su cui, proprio come sul piede, si trovano le terminazioni nervose che costituiscono i punti riflessi degli organi del corpo che desideriamo "trattare".

Attualmente anche dalla ricerca scientifica arrivano le conferme della sua efficacia per il trattamento di diversi tipi di dolore.

Ovviamente, per godere a pieno dei benefici di questa tecnica bisogna affidarsi alle mani esperte di un operatore di riflessologia plantare.

In genere, il primo effetto che si ottiene con il massaggio riflessogeno è di ripristinare l'equilibrio psichico e nervoso. Si possono inoltre registrare:

- miglioramento della circolazione e dell'ossigenazione dei tessuti
- miglioramento dello stress in generale e dell'insonnia in particolare
- diminuzione del dolore locale e riflesso
- riequilibrio energetico generale. Il massaggio riflessogeno è inoltre di valido aiuto nel bambino e nella persona anziana, in quanto è un trattamento dolce e rivitalizzante.

Usando una tecnica dolce, generalmente le controindicazioni sono poche, ma bisogna sempre tener conto di :

- stati infettivi sulla zona da trattare
- febbre superiore ai 38 °C

I DOCCIASCHIUMA

cosa contengono e come sceglierli

Sostiamo spesso davanti allo scaffale del supermercato.

Il desiderio è trovare un detergente corpo adatto a noi, ma quasi sempre l'offerta è grandissima e, paralizzati dal dubbio, ci rendiamo conto che la scelta è spesso dettata da messaggi pubblicitari e slogan che sapientemente collocati sulle confezioni catturano la nostra attenzione grazie a mirate strategie di marketing.

C'è chi si affida "al naso", apre ed annusa le varie profumazioni, chi viene catturato dalle parole come "neutro" o "idratante", chi sceglie in base al prezzo, chi si aspetta garanzie di qualità dal marchio.

Insomma con quale criterio scegliere un prodotto sicuro ?

Innanzitutto ricordiamoci di non cercare il nutrimento per la pelle con un docciaschiuma come tanti slogan promettono: rimane troppo poco a contatto con la pelle per poter essere davvero nutriente.

E' invece più importante concentrarsi sul fatto che non vadano a disidrarla troppo con ingredienti aggressivi per noi ed inquinanti per l'ambiente.

Ebbene sì perchè i problemi legati ad alcuni componenti dei detergenti gravano soprattutto sull'impatto ambientale. Per la salute di chi li utilizza, il rischio è inferiore perchè fortunatamente sostano poco sulla pelle a differenza delle creme.

COSA E' CONTENUTO ALL'INTERNO DI UN DOCCIASCHIUMA?

Per il 70 - 80% da acqua e solventi (glycerol - propylene glicole) a cui sono aggiunte componenti che emulsionano e danno viscosità al prodotto e che sono poco biodegradabili.

Per il 10 - 20% da tensioattivi (per es. sodium laureth sulfate) che in sostanza servono a rimuovere lo sporco e producono schiuma.

I tensioattivi **NON SONO TUTTI UGUALI**. Alcuni sono molto aggressivi per la pelle e dannosi per l'ambiente, altri più delicati.

Tra i più aggressivi segnaliamo: SLES (sodium laureth sulfate) e SLS (sodium lauryl sulfate).

Sotto l'1% da emollienti, idratanti, regolatori del ph, conservanti, profumi e coloranti.

E' IMPORTANTE EVITARE I SEGUENTI COMPONENTI:

PETROLATUM - PARAFFINUM - DIMETICHONE : occlusivi per la pelle (non la lasciano respirare) e poco biodegradabili.

BHT , un antiossidante che non fa alterare il prodotto ma è altamente tossico per l'ambiente.

METHYLCHLOROISOTIAZOLINONE - METHYLTIAZOLINONE : conservanti tossici per l'acqua

DMDM - HYDANTOIN - IMIDAZOLIDINYL UREA - DIAZOLIDINYL UREA : conservanti che entrando in contatto con l'acqua, rilasciano Formaldeide (cancerogena)

DISODIUM EDTA - TETRASODIUM EDTA : aumenta il potere lavante catturando particelle di metalli nell'acqua. E' tossico per gli organismi acquatici.

STYRENE - ACRYLATES - COPOLIMER : danno la colorazione bianca e come gli altri coloranti è assolutamente inutile, oltre che fortemente inquinante.

COCAMIDE MEA - COCAMIDE DEA: emulsionante tossico per gli organismi acquatici

BENZYL BENZOATE : profumazione sensibilizzante.

Ricordiamo che molti di questi ingredienti sono presenti in tante altre tipologie di cosmetici, non solo nei docciaschiuma.

ATTENZIONE QUINDI ALL'ETICHETTA DEGLI INGREDIENTI

1) RICORDIAMO DI NON UTILIZZARE QUANTITA' ECCESSIVE DI PRODOTTO

2) NON FACCIAMOCI FUORVIARE DA SLOGAN O CONFEZIONI CHE SEMBRANO RISPETTOSE DELL'AMBIENTE SOLO PERCHE' VERDI O PERCHE' COMPAIONO PAROLE COME AD ESEMPIO "NATURA"

3) RICORDIAMOCI SEMPRE DI PREFERIRE COSMETICI FORMULATI CON COMPONENTI VEGETALI, ORGANICI, CON PROFUMI VEGETALI O MEGLIO ANCORA PRIVI DI PROFUMO

4) NON FIDIAMOCI DI UN MARCHIO SOLO PERCHE' FAMOSO

5) NON CREDIAMO CIECAMENTE A CHI CI PROPONE IL COSMETICO SIA ESSO UN FARMACISTA, PARRUCCHIERE, ESTETISTA, ERBORISTA O MEDICO, MA IMPARIAMO AD ESSERE CURIOSI ED A VERIFICARE DI PERSONA IL CONTENUTO DEL COSMETICO CHE ANDREMO AD ACQUISTARE.

LO SAPPIAMO, COSTA QUALCHE MINUTO, MA CREDETECI:

LA VOSTRA PELLE ED IL NOSTRO PIANETA RINGRAZIERANNO

I PARABENI

cosa sono e perchè sarebbe meglio evitarli

Bentrovati.

Oggi vogliamo parlarvi dei PARABENI, ossia di conservanti di sintesi, che l'industria cosmetica, farmaceutica ed alimentare inserisce nei prodotti per combattere lo svilupparsi di funghi, muffe e batteri.

Oggi godono di una certa notorietà, grazie alle numerose aziende che ne hanno fatto il loro "cavallo di battaglia" inserendo a caratteri cubitali la scritta PARABEN FREE.

Ma vediamo come ha avuto origine tutto ciò.

Una ricerca inglese, guidata da Philippa Darbre, pubblicata nel 2004, ipotizzava una relazione tra i parabeni applicati per via topica assieme al cosmetico e il tumore al seno.

Per anni sono stati oggetto di dibattito scientifico e lo sono tutt'ora.

Crescendo l'allarmismo e la pressione pubblica sulla pericolosità dei parabeni, gli enti preposti alla sicurezza dei cosmetici, farmaci e alimenti, hanno confermato la sostanziale sicurezza del loro utilizzo.

L'unione Europea è andata più a fondo e li ha definiti come "possibili interferenti endocrini".

Sembra cioè che alcuni tipi di Parabeni, soprattutto quelli a catena lunga, possano interferire negativamente col sistema ormonale.

La conseguenza è stata che ogni nazione ha adottato i suoi parametri, consentendo percentuali differenti di Parabeni all'interno dei prodotti cosmetici.

La Francia è ad esempio stata estremamente rigida a riguardo e dal 2011 ha una legge chiamata Lachaud, che vieta la vendita, la produzione e l'importazione di prodotti cosmetici contenenti Parabeni.

Certo è che moltissime aziende li hanno eliminati dai loro prodotti.

Poi lo sappiamo: tutto non ruota intorno ai Parabeni, anche se consigliamo di evitare almeno i cinque segnalati dall'unione Europea:

ISOPROPYL PARABEN - PHENYL PARABEN - BENZYL PARABEN - PENTYL PARABEN - ISOBUTYL PARABEN

Si parla talvolta anche del fatto che i Parabeni siano presenti in natura.

Effettivamente alcuni studi hanno trovato tracce di Parabeni ad esempio nel Mirtillo, nella Vaniglia...ma da qui a dire che i Parabeni siano presenti in frutta e verdura ce ne vuole !

Per quale motivo i Parabeni sono stati così comunemente usati ?

Principalmente per il basso costo e per l'efficacia consolidata dai numerosi anni di utilizzo.

Quindi come comportarsi al momento dell'acquisto di un prodotto cosmetico per capelli o corpo?

Innanzitutto la tranquillità deve essere data dal percepire che il professionista a cui ci rivolgiamo, conosca a fondo i cosmetici ed i suoi componenti, e che non è una prerogativa del "camice bianco".

Il discorso è quindi serio ed ecco perchè affidarsi a veri e propri esperti, a chi di questi argomenti ne ha fatto una vera e propria filosofia di lavoro.

Ovviamente noi vi parliamo di CONTATTO, prima Beauty Green per capelli e corpo, ma possiamo anche parlarvi dei numerosi colleghi che come noi hanno a cuore la salute dei propri clienti e dell'ambiente investendo ore di studio e formazione per approfondire sempre di più cosa è veramente racchiuso in un prodotto cosmetico.

E noi, operatori della bellezza, non dobbiamo MAI dimenticare che non stiamo lavorando su dei semplici capelli, pelle, unghie, viso, ma sulla PERSONA.

E la PERSONA, a nostro avviso è senza alcun dubbio

"UNA QUESTIONE SERIA".

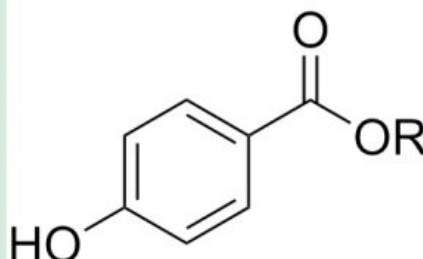
Dove si possono trovare i parabeni?

Nei cosmetici
(creme idratanti e solari).

Nei cibi a lunga
conservazione.

Nei prodotti per
l'igiene personale
(shampoo e saponi).

In alcuni farmaci
(antibiotici, sciroppi).



GLI OLI ESSENZIALI

conosciamo più da vicino questi preziosi alleati che la natura ci dona

Parlare di oli essenziali non è semplice. Molto si sente a riguardo e molti sono gli oli essenziali che vengono proposti ai consumatori. Ancora una volta c'è poca informazione e chiarezza in un tema così importante. La domanda che viene da porsi è:

MA GLI OLI ESSENZIALI SONO TUTTI UGUALI? Beh, la risposta è senza dubbio: ASSOLUTAMENTE NO.

Una precisazione è doverosa: bisogna fare una prima grande distinzione fra gli oli essenziali ed i profumi o fragranze che dir si voglia. Vi è mai capitato di acquistare o semplicemente vedere quegli spray deodoranti che con meravigliosi disegni di piante e fiori si servono spesso di slogan quali ad esempio " DEODORANTE AL PROFUMO DI LAVANDA ED EUCALIPTO PER LA CASA" oppure "LA FRAGRANZA LAVANDA DI GLADE TI PORTA IN UN MONDO DI QUIETE...". Beh, che la Lavanda abbia proprietà rilassanti è fuori discussione, che i deodoranti alla lavanda lo siano è tutto da vedere. Innanzitutto iniziamo col dire che gli oli essenziali COSTANO ! Eh sì... ed è impossibile che possano avere tutti prezzi uguali.

Vediamo il perché e soprattutto vediamo cosa sono gli OLI ESSENZIALI.

Gli oli essenziali sono sostanze profumate volatili.

Sono miscele di sostanze aromatiche prodotte da molte piante e sono presenti sotto forma di piccolissime goccioline all'interno delle foglie, delle bucce dei frutti, delle resine, cortecce, legni, nei rami e nei semi.

La conoscenza e l'utilizzo degli oli essenziali permette di aiutare ed equilibrare i sistemi dell'organismo in maniera naturale, così come avveniva in passato, quando l'uomo era più a contatto e in sintonia con la natura. I nostri primi antenati avevano capito i potenti effetti degli aromi e li usavano nelle cerimonie religiose, nella preparazione di profumi e unguenti e come primi rimedi terapeutici, attraverso fumigazioni di legni aromatici e resine, per indurre calma e rilassamento o euforia. Le proprietà di alcuni oli essenziali

sono confermate dagli scienziati per esempio lavanda, canfora, timo, salvia, menta piperita, camomilla e tanti altri.

COME SI ESTRAE UN OLIO ESSENZIALE?

La **distillazione a vapore** è il metodo di estrazione più diffuso; le parti della pianta sono messe su una griglia su cui è fatto passare vapore a circa 110°C. La pianta rilascia l'essenza nel vapore che è convogliato verso una serie di stadi di raffreddamento successivi che provocano la liquefazione del vapore stesso. L'olio essenziale presente normalmente galleggia sulla superficie del distillato acquoso che è più leggero e quindi può essere separato facilmente.

L'**enfleurage** è la tecnica per estrarre dal gelsomino l'olio essenziale migliore perchè i petali del fiore sono troppo delicati per resistere al calore della distillazione: nell'enfleurage i petali sono sparsi su grasso purificato che ne assorbe l'essenza e poi sostituiti quando hanno perso il loro colore e questo dura per varie settimane fino a che il grasso ha raggiunto la saturazione, poi il grasso arricchito è diluito in alcool e sottoposto a vibrazione forte per 24 ore per separare l'olio essenziale.

La **spremitura** è usata per estrarre oli dalla scorza degli agrumi: il liquido che si ottiene è lasciato riposare e l'olio che si separa alla superficie del liquido madre è rimosso.

L'**estrazione con solvente** permette di ottenere essenze con un elevato grado di concentrazione; il solvente rilascia una sostanza semisolida detta concreta che contiene l'essenza e le cere estratte dai fiori. La cera è successivamente eliminata per vibrazione della sostanza in alcool.

La **macerazione** si fa mettendo a contatto petali o foglie profumate con un olio (ad esempio di mandorle). Il contenitore è tenuto in un luogo caldo e asciutto per un tempo sufficientemente lungo affinché i composti aromatici passino nell'olio: quando la droga diventa scura deve essere sostituita con altra fino a raggiungere la concentrazione aromatica desiderata. La miscela, dopo essere stata filtrata, è pronta all'uso. L'olio così ottenuto conservato al buio e al chiuso si mantiene per mesi.

Si fa strada un' ultima importante tecnica di estrazione dal momento che molti composti organici tendono a decomporsi a temperature elevate sostenute. L'industria è un passo in avanti per l'utilizzo di metodi di lavorazione delicata alternativa, con spesso una migliore estrazione e risultati di qualità superiore con rendimenti più elevati come nel caso dell'utilizzo di apparecchiature ad **ultrasuoni**.

Vogliamo riportarvi l'esempio dell'olio essenziale di Rosa, il Re tra gli oli essenziali dove servono da 3,5 a 5 tonnellate di petali di rose sono necessarie per ottenere un 1 kg di olio essenziale di rosa!! In una goccia di olio essenziale di rosa sta la fragranza di ca. 30 rose. Da questo semplice dato potete capire come sia impossibile trovare oli essenziali a pochi euro.

GUIDA ALL'ACQUISTO E NOZIONI SUGLI OLI ESSENZIALI

All'acquisto di oli essenziali bisogna dedicare molta attenzione!

Sul mercato vengono proposti tanti oli essenziali di scarsa qualità: allungati, mescolati con oli meno costosi o addirittura sintetici! Questi prodotti possono essere etichettati con il nome di: olio essenziale, essenza 100 % (può esserci meno del 1 % di olio essenziale puro) oppure olio essenziale naturale. Eh sì perché purtroppo le leggi Europee ancora una volta non tutelano i consumatori.

Ricordatevi sempre che gli oli essenziali devono essere riportati nell'INCI (International nomenclature of cosmetic ingredients) col nome latino della pianta da cui sono estratti. Questa è la migliore garanzia. Potete poi trovare oli essenziali puri oppure diluiti in oli vettore come l'olio di Mandorla, di Jojoba, di Ricino, di Sesamo, di Lino, di Canapa.... Gli oli essenziali, a differenza degli oli vettori, non possono essere utilizzati puri sulla pelle perché altamente concentrati di principi attivi che altrimenti potrebbero avere un effetto irritante. L'olio essenziale deve necessariamente essere usato diluito. A un olio vettore va aggiunto uno o più oli essenziali con concentrazioni che raggiungono un massimo del 3%. Per gli oli essenziali forti come quello di timo, chiodi di garofano o cannella, la concentrazione scende addirittura tra lo 0,5 e l'1%.

Gli oli essenziali possono essere utilizzati in vari modi, ma ricordiamo che il loro utilizzo più efficace è senza dubbio l'inalazione per via olfattiva in quanto le stimolazioni olfattive sono le sole a passare direttamente nella corteccia cerebrale in una zona particolare: IL SISTEMA LIMBICO, l'area del cervello, responsabile dell'origine e della gestione delle emozioni. Questo spiega come mai un odore o un profumo possa evocare istantaneamente ricordi estremamente vivi di esperienze vissute, anche molto tempo addietro. Per questa ragione, in aromaterapia sottile, gli oli essenziali vengono impiegati per riequilibrare la sfera psichica ed emozionale.

UN PO' DI STORIA

Gli Egizi erano molto abili nell'uso delle piante aromatiche e adottarono le loro fragranze nei cosmetici, così come nei medicinali, ma soprattutto conoscendo la loro potente azione antisettica e antibatterica, li adoperavano nella laboriosa procedura della mummificazione, per preservare i corpi dei faraoni e bloccarne il processo di putrefazione. I Greci ereditarono in maniera entusiastica l'uso delle essenze dagli Egizi, per aromatizzare i loro cibi e bevande oltre ai loro corpi e ai vestiti. I primi a estrarre le parti più volatili e sottili, furono gli Arabi con l'invenzione dell'alambicco, che permetteva, infatti, di estrarre l'essenza aromatica della pianta, nella forma più pura, mediante distillazione.

Oggi l'aromaterapia è la branca della fitoterapia che cura le malattie e preserva la salute e il benessere, sfruttando le virtù degli olii essenziali, estratti dalle piante. Questa è considerata a tutti gli effetti una disciplina olistica, in quanto la loro azione non è mai solo qualcosa di limitato e altamente specifico per un organo o un apparato, ma essi hanno piuttosto un'azione più generale sull'organismo in tutte le sue affezioni. Il chimico francese, Renè Maurice Gattefossé, a cui è attribuita l'invenzione del termine "aromaterapia " nel 1928, contribuì alla rinascita dell'interesse dell'uso degli olii essenziali a scopo terapeutico.

LAVANDA

Il JOLLY tra gli oli essenziali

E' una pianta originaria dei paesi che si affacciano sul Mar Mediterraneo. Conosciuta fin dai tempi più antichi, il nome deriva dal Latino "lavare" che allude alle proprietà della pianta, utilizzata per "lavare via" le malattie, disinfettare, pulire e detergere il corpo.

I nomi botanici della Lavanda sono: *Lavandula angustifolia*, *L. officinalis*, *L. vera*, *L. spica*.

Per ottenere l'olio essenziale si utilizzano solo le sommità fiorite dalle enormi proprietà terapeutiche.

Considerato l' "olio universale", è l'olio essenziale per antonomasia, l'adattogeno ideale, in grado di ripristinare l'equilibrio compromesso dell'organismo.

L'estrazione dell'olio di Lavanda avviene principalmente mediante distillazione in corrente di vapore oppure, sistema moderno di estrazione, tramite ultrasuoni: dal momento che molti composti organici tendono a decomporsi a temperature elevate sostenute, l'industria è un passo in avanti per l'utilizzo di metodi di lavorazione delicata alternativa come appunto l'utilizzo di ultrasuoni.

Il principale "problema" legato all'estrazione rimane spesso quello della poca resa come per molti oli essenziali.

Ecco alcuni esempi: per 1 kg di olio essenziale di lavanda sono circa 200 kg di fiori di lavanda fresca necessari, per 1kg di olio di rosa sono tra 2,5 e 5 tonnellate di petali di rosa necessari e per 1kg di olio essenziale di limone la materia prima consiste in circa 3.000 limoni. Pertanto, gli oli essenziali sono molto costosi. Immaginate solo che per l'essenza assoluta di rosa il prezzo è di circa 20,000 € per litro.

Vogliamo ricordare l'importanza della qualità di un olio essenziale che spesso ne influenza il prezzo,

Riconoscere la qualità di un olio essenziale non è facile. In commercio si trovano molti prodotti diversi fra loro seppur con uguale etichetta. Deve essere puro al 100%, non adulterato, non diluito, privo di sostanze sintetiche e sottoposto a rigorosi controlli che ne garantiscano la purezza.

Attenzione quindi che compaia in etichetta oltre al nome italiano anche quello Latino, (linguaggio scientifico universale) e l'informazione sulla parte della pianta utilizzata.

Altre garanzie di qualità dipendono dall'origine della pianta, dalla sua crescita e coltivazione, dal metodo di estrazione, dalla conservazione.

Ma veniamo alle proprietà di un estratto che viene considerato un vero e proprio JOLLY ed olio "da borsetta" per tutte le Donne rimanendo uno degli oli essenziali più sicuri tanto da potersere impiegato anche puro.

- L' olio essenziale di Lavanda è un **ottimo sedativo**: utile in caso di ansia, insonnia, agitazione e nervosismo. Esercita un'azione riequilibratrice, essendo sia tonica e che sedativa.

Dona uno stato di calma, di pace e di quiete interiore. Utile in soggetti iperattivi, irritabili e contro l'insonnia.

- **Rigenera e protegge** i tessuti dal freddo, dal caldo, vento, salsedine, gelo, inquinamento, sostanze chimiche. Protegge le pelli allergiche e sensibili. Efficace su rosacea e couperose. Perfetto dopo rasatura o epilazione.

- Indicato in caso di alopecia (caduta dei capelli) **purifica** il cuoio capelluto, evita forfora e desquamazione. Protegge la struttura del capello.

- Funziona da **seboregolatore** in caso di pelle grassa, mista e acneica. (una goccia di olio sulle pustole aiuta a farle svanire rapidamente)

- Presenta **proprietà analgesiche, antisetliche e antibiotiche** che la rendono un ottimo aiuto contro le malattie da raffreddamento: influenza, tosse, raffreddamento, sinusite, catarro. In tutti questi casi è consigliabile usare l' olio essenziale di lavanda per via inalatoria o in frizione locale.

- **Agisce sullo stomaco e sull'intestino**, stimola l'attività di fegato e bile, le secrezioni gastriche e la peristalsi intestinale.

- **Lenisce** dolori e spasmi addominali e può dare beneficio alle donne che soffrono di dolori mestruali (da non utilizzare in caso di mestruazioni abbondanti).
- **Allevia** i dolori muscolari.
- Ha anche **proprietà cicatrizzanti** e qualche goccia di lavanda apporta sollievo in caso di tagli, ferite, piaghe, punture d'insetti, eritemi da medusa.
- È un'**ottima essenza per i bambini**: tanti piccoli disturbi infantili (coliche, irritabilità, raffreddori, agitazione notturna, ecc.) possono essere alleviati da un massaggio sulla nuca o sul petto con olio essenziale di lavanda o con qualche goccia dell' essenza messa sul cuscino o nell'erogatore di aromi. RICORDIAMO CHE GLI UNICI OLI ESSENZIALI DA POTER USARE SUI NEONATI DILUITI IN OLIO DI MANDORLA O JOJOBA SONO LAVANDA E CAMOMILLA (10/20 gocce in 250 ml. di olio vettore).
Dai 3 mesi si può inserire l'olio essenziale di Mandarino, mentre per gli altri è sempre consigliato superare il primo anno di età.

ALCUNE MODALITA' DI UTILIZZO :

- Per **placare mal di testa**, tensione nervosa, stress, insonnia: 2 gocce di olio essenziale di lavanda massaggiate alle tempie, ai polsi e alla nuca, inspirando l'aroma lentamente e profondamente, alleviano il dolore e la tensione.
- Per favorire la **pulizia della pelle** impura e colpita dall'acne: mescolare l'olio di lavanda un po' di argilla verde (oppure polvere finissima di mandorle) con un po' d'acqua, 2 gocce di olio essenziale di lavanda, qualche goccia di succo di limone e un cucchiaino di miele. Applicare sul viso e rimuovere con acqua tiepida prima che secchi del tutto.
- In caso di **coliche**: massaggiare 1 o 2 gocce di olio essenziale di lavanda sull'addome
- Per eliminare **brufoli, foruncoli, alleviare punture di insetto e bruciature**, si consiglia di mettere 3 gocce di olio essenziale di lavanda su un batuffolo di cotone da applicare direttamente sulla zona interessata. Lasciate agire per 5 – 10 minuti.

- Contro l'**ansia**, ponete qualche goccia di olio essenziale su un fazzoletto da inalare durante la giornata.
- Massaggiare con regolarità il cuoio capelluto con olio essenziale di lavanda aiuta ad **attivare la circolazione** e a rilassarsi e può essere utile per combattere la **forfora**.

RICORDIAMO CHE TUTTI GLI OLI SONO DIFFICILMENTE EMULSIONABILI IN ACQUA. DILUITELI SEMPRE IN OLI VETTORE come Mandorla o Jojoba (per 250 ml. di olio vettore utilizzato per il corpo si possono aggiungere dalle 50 alle 100 gocce dell'olio essenziale scelto) OPPURE PER ALTRI UTILIZZI (come ad esempio per l'acqua del bagno) INCORPORANDOLI IN UNA SOSTANZA GRASSA COME YOGURT, LATTE, O UNENDOLI A GRANELLI DI SALE (meglio se sale dell'Himalaya, di Epsom, del Mar Morto).

*Le persone che hanno una pelle molto sensibile e reattiva, e soffrono di allergie e intolleranze dovrebbero ricorrere al **Patch Test** per accertarsi di non avere problemi di incompatibilità con gli oli essenziali.*

Si effettua in questo modo:

- aggiungere 1 goccia di olio essenziale ad un cucchiaino di olio di base (Mandorla o Jojoba)
- applicarne una piccola quantità nell'incavo del braccio e massaggiare fino al completo assorbimento
- attendere 24 ore e verificare che non vi siano arrossamenti, irritazioni o prurito nella zona di applicazione. In tal caso evitare l'utilizzo e preferire un olio essenziale differente.

FARMACIE....MA NON SOLO

l'importanza del professionista veramente preparato

Entri per l'antibiotico e poi compri anche la crema viso e lo shampoo rinforzante, convinta che siano più efficaci di altri.

“Buongiorno dottore, cosa mi consiglia per questa brutta ruga che mi sta spuntando sul viso?”

oppure

“In questo periodo ho una forte caduta dei capelli, quali prodotti mi consiglia?”
e tanto altro.....

Forse l'approccio non è proprio così, ma è probabile che anche tu sia entrato di recente in una farmacia o in una para-farmacia per chiedere un cosmetico. Questo canale di vendita copre infatti ormai quasi il 20% del totale dei prodotti per l'igiene e la cura personali.

La domanda a questo punto è: ma **i cosmetici venduti in farmacia sono migliori di quelli che si trovano in altri negozi?**

Per lo più hanno le stesse caratteristiche di quelli che trovi in profumeria, magari qui puoi contare sul consiglio del farmacista (che ha sì una preparazione universitaria, ma non è detto che abbia approfondito le tematiche cosmetiche), ma spesso in un Centro Estetico o in un Salone di Acconciature trovi professionisti molto preparati e prodotti assolutamente validi anche se purtroppo esiste una folta schiera di pseudo-professionisti del settore che nemmeno conoscono cosa sia contenuto nell'INCI dei cosmetici con cui entrano ogni giorno in contatto.

Vengono spesso scelti fidandosi esclusivamente della spiegazione “commerciale” data loro dai fornitori delle varie aziende o in alcuni casi “approfonditi” da corsi di aggiornamento dove spesso si impara il sistema di utilizzo piuttosto che integrare anche con l'insegnamento di ciò che vi è contenuto. (e ve lo garantisce chi da 30 anni fa parte del settore della bellezza).

La legge parla chiaro: i cosmetici servono a pulire, profumare, modificare l'aspetto, correggere odori, proteggere, mantenere in buono stato la superficie del corpo, i denti o la mucosa su cui sono applicati.

Sono diversi dai prodotti che curano o prevengono le malattie e che non possono rientrare nella categoria cosmetici. Ecco perché diciamo : “ad ognuno il proprio settore” nel massimo rispetto per una professione, quella del Farmacista, verso cui MAI ci sentiremmo di mancare del doveroso rispetto che merita.

Smettiamola però di credere che sia il camice bianco a darci la sicurezza in tutto questo!!!!

A livello normativo, nulla distingue creme e sieri venduti in farmacia da quelli che si trovano in altri canali di vendita. Sono solo scelte aziendali.

Alcuni marchi decidono di proporre i loro prodotti nelle farmacie, altri nelle erboristerie, altri ancora nei saloni di bellezza o nelle profumerie.

VOGLIAMO QUINDI' RICORDARE AI LETTORI CHE NON E' IL CANALE DI VENDITA CHE DA' LA GARANZIA DEL PRODOTTO ACQUISTATO, MA E' CIO' CHE IN ESSO E' CONTENUTO !



I PROFUMI

spesso solo sostanze irritanti

In questo articolo del nostro blog Contatto (parrucchieri, estetica e benessere Green) desidera riportarvi un interessantissimo test tratto dal SALVAGENTE, periodico leader nei test di laboratorio contro le truffe ai consumatori.

ANCHE QUESTA VOLTA CONTATTO SI PROPONE COME RIFERIMENTO SICURO AL CLIENTE.

I NOSTRI PRODOTTI SONO SCELTI ECO SOSTENIBILI PERCHÉ LE NOSTRE CLIENTI POSSANO AFFIDARSI A NOI IN ASSOLUTA TRANQUILLITÀ SENZA "IMPAZZIRE" TRA I COMPONENTI COSMETICI, MA COME SEMPRE PER SCELTE CONSAPEVOLI E' INDISPENSABILE CONOSCERE.

Profumo di allergie nelle nostre case

Spray, emanatori, oli essenziali che portiamo tra le pareti domestiche sono un concentrato di sostanze irritanti, in grado di sensibilizzare l'organismo. Come abbiamo scoperto mettendone a confronto 12 molto venduti

Sembrano innocui spray per profumare la casa, in realtà sono un concentrato di sostanze nocive che faremmo bene a non diffondere nei nostri ambienti. Di deodoranti per interni, ce ne sono di ogni tipo, dai semplici spray ai bastoncini, dai diffusori elettrici alle candele. Seducono i consumatori con un marketing che "esalta" il potere della natura con frasi del tipo "oli essenziali al 100% naturali" o "100% bio".

In realtà di naturale c'è ben poco e una casa "profumata" con questi prodotti rischia di inquinarsi di sostanze potenzialmente tossiche. Irritanti come l'acetaldeide, l'acroleina, l'etanolo e il tricloroetilene, e una miriade di allergeni, verso cui molte persone hanno sviluppato sensibilità. Una volta sprigionate, queste molecole possono creare una pericolosa combinazione con il calore o l'ozono che trovano nell'aria e in alcuni casi trasformarsi nella cancerogena formaldeide.

Gli effetti più frequenti dell'esposizione a queste sostanze sono rappresentati da sintomi allergici, irritazione alle vie respiratorie e agli occhi, mal di testa, nausea e vertigini.

Dato che intensificano l'asma bronchiale e la bronchite cronica, sono molto pericolosi per chi soffre di asma o insufficienza respiratoria. La causa dei disturbi è da attribuire ai Cov, i Composti organici volatili che provengono dalla degradazione di prodotti di sintesi o naturali come gli oli essenziali e sono molto irritanti per l'apparato respiratorio. I Cov più utilizzati sono i distillati del petrolio, alcoli e chetoni che si propagano facilmente a temperatura ambiente e coprono gli odori. In molti casi, purtroppo, gli ingredienti non sono elencati in etichetta perché nessuna legge lo prevede. Eppure la pericolosità è cosa nota da anni.

Risale a 10 anni fa uno dei primi test effettuati dal Natural Resources Defense Council sui deodoranti per ambiente: su 14 prodotti analizzati, ben 12 contenevano ftalati molto pericolosi, come il Dehp sospettato di creare gravi disfunzioni a livello ormonale.

Gli ftalati, per la verità, sono stati trovati anche nei deodoranti dichiarati "naturali" o "privi di profumazione". I ricercatori dell'American College of Allergy Asthma and Immunology hanno trovato in ogni prodotto una media di 20 Cov, un terzo dei quali è classificato come pericoloso o tossico. Da qualche anno il primario di patologia toracica del nuovo ospedale civile di Strasburgo, Frédéric de Blay, sta cercando di capire cosa contengano questi prodotti alla luce di un significativo aumento di pazienti che hanno accusato forti crisi respiratorie dopo aver inalato le sostanze emesse dagli spray agli oli essenziali (acquistati paradossalmente per respirare meglio).

Il primario ha misurato il tenore di Cov nell'aria dopo aver vaporizzato in ambienti chiusi uno spray purificante della Puressentiel, marchio leader del mercato. Dopo mezz'ora, la concentrazione di limonene nella stanza era 10 volte superiore ai limiti di esposizione stabiliti dalla Commissione europea. "Esposto ad una tale miscela di sostanze, l'organismo si sente aggredito e reagisce sviluppando più facilmente una patologia allergica", ha spiegato al mensile 60 Millions de consommateurs Isabelle Bossé, allergologa e presidente del Sindacato francese degli allergologi.

I produttori di deodoranti per ambienti si difendono affermando che i composti organici volatili emessi dai loro prodotti sono di origine naturale e non sono nocivi contrariamente a quelli di sintesi. Ma in realtà l'impatto dei Cov sulla nostra salute, sintetici o naturali che siano, è lo stesso

Le molecole da evitare

- **Cov:** Composti organici volatili che provengono dalla degradazione di prodotti di sintesi o naturali come fiori e oli essenziali: sono tossici per l'apparato respiratorio e provocano irritazioni, allergie e crisi d'asma.

● **Formaldeide e benzene:** annoverate tra i cancerogeni, sono emesse in particolare da incensi, oli e candele. Il benzene può fissarsi nel tessuto del midollo osseo

● **Lista dei 26 allergeni più irritanti:** Alpha-isomethyl ionone, Amyl cinnamal, Amylcinnamyl alcohol, Anise alcohol, Benzyl alcohol, Benzyl benzoate, Benzyl cinnamate, Benzyl salicylate, Butylphenyl methylpropional, Cinnamal, Cinnamyl alcohol, Citral, Citronellol, Coumarin, Eugenol, Evernia furfuracea, Evernia prunastri, Farnesol, Geraniol, Hexyl cinnamal, Hydroxyisohexyl 3-cyclohexene carboxaldehyde, Hydroxycitronellal, Isoeugenol, Limonene, Linalool, Methyl 2-octynoate.

"Figli di nessuno" con poche regole di legge

I deodoranti per gli ambienti non sono considerati né cosmetici né detergenti e non hanno legislazione specifica ci spiega l'esperto Fabrizio Zago. Che ci aiuta a riconoscerne i pericoli a partire dalle etichette (quando ci sono)

I Salvagente ha analizzato 12 deodoranti e come temevamo tutti contengono allergeni. Da un minimo di 3 fino ai 15 contenuti nel Fragrance.

Uno è il **butilfenilmetilpropionale**.

Fabrizio Zago, chimico industriale, consulente Ecolabel e autore del "bio-dizionario" in cui sono analizzate circa 5mila sostanze utilizzate in cosmetica, ci spiega che "di recente è stato **dichiarato molto pericoloso dal Comitato scientifico per la sicurezza dei consumatori della Ue**, di solito poco severo con i produttori. È sospettato di danneggiare la fertilità in bambini non ancora nati". Ovviamente oltre una certa soglia, ma Zago sottolinea:

"Se una sostanza è pericolosa lo è sempre, poca o tanta che sia".

Tra i conservanti in Air Wick "Magnolia rosa e orchidea" abbiamo trovato il **sodio borate, sostanza pericolosa per la riproduzione**, oltre determinati limiti. Nel Glade Refresh "Fresh Mountain", invece, c'è il **methylothiazolinone, conservante allergico bandito da molti cosmetici**. Air Wick "Lavanda in fiore" e Millefiori Aria "Grape classis" contengono il 2,4-dimethyl-3-cyclohexen-1-carboxaldehyde, presenza "inaccettabile" per Fabrizio Zago. "I deodoranti per ambienti sono figli di nessuno - ci spiega Zago, - non hanno legislazione specifica non essendo né cosmetici, né detergenti. Il 90% di quelli in commercio sono estremamente infiammabili: i più pericolosi perché saturano facilmente l'ambiente. Non dobbiamo assolutamente usarli, ad esempio, in

cucina vicino ai fuochi, o in bagno insieme ad altri deodoranti perché trasformiamo l'ambiente in una camera a gas.

In etichetta sono indicati come idrocarburi (spesso alifatici). Un idrocarburo molto diffuso nei deodoranti che catturano gli odori, invece che coprirli con i profumi, è il trietilene glicolico. Poi ci sono i prodotti caricati ad aria compressa, a CO₂ o ad azoto che sono più sicuri perché hanno un altro modo di erogare il profumo e anche più cari". Zago prosegue: "Discorso diverso per i deodoranti che disinfettano gli ambienti, che hanno una pericolosità intrinseca. Vengono indicati come presidi medici chirurgici, ma presto saranno etichettati come biocidi, sottoposti a una precisa registrazione e a regole più stringenti". A Zago abbiamo chiesto cosa dovremmo cercare in etichetta. "Qualche anno fa la Ue ha stilato una lista di 26 sostanze talmente utilizzate nei profumi da rendere sensibili molti consumatori. Ma la Commissione ha continuato a cercare sostanze di questo tipo e a oggi ne ha identificate più di 100. Se tenessimo conto di questa lista, che non è pubblicata perché non è ancora ufficiale, dovremmo scrivere in etichetta un elenco molto più lungo. È importante precisare che l'indicazione degli allergeni è 'indirizzata' a chi è già allergico a quella sostanza. Non vuol dire che tutti i consumatori lo sono o lo diventeranno. Inoltre il produttore deve indicare in etichetta, le sostanze che possono provocare allergia o hanno un alto livello inquinante sull'ambiente". Altro elemento importante è il solvente, che incide sulla resa del prodotto: i deodoranti a base d'acqua, ad esempio, hanno una resa minore perché il profumo non resta sospeso ma cade per terra. "Nei solventi potrebbero esserci anche cessori di formaldeide che spesso vengono indicati dal produttore con formule strane per non essere facilmente identificabili", ammonisce Fabrizio Zago. Sempre che l'etichetta ci sia...

AIR WICK
MAGNOLIA ROSA E ORCHIDEA

Prezzo (euro/litro):
8,29

Cosa contiene:
7 fragranze di cui 4 allergeni.
Sgradito la presenza del sodio borato, per tua balneazione endocrino-



FRAGRANCE
L'ATTESO

Prezzo (euro/litro):
31,80

Cosa contiene:
17 fragranze diverse, di cui 15 allergeni



MILLEFIORI NATURAL
JASMINE ST ANG

Prezzo (euro/litro):
63,60

Cosa contiene:
17 fragranze diverse, di cui 4 allergeni



AIR WICK
LAGUNA IN FIORE

Prezzo (euro/litro):
188,95 (ricarica)

Cosa contiene:
13 fragranze diverse, di cui 6 allergeni.
Da segnalare come sgradito il 2,4-dimetil-1,3-cyclohexen-1-carbonyl dehyde



GLADE REFRESH
FRESH MOUNTAIN

Prezzo (euro/litro):
9,40

Cosa contiene:
12 fragranze diverse di cui 5 allergeni.
Sgradito la presenza di butilfenil metilpropionalde e del solvente di propylene glycol. Tra i conservanti l'allergene methylisothiazolinone



OUST
ELIMINA ODORI

Prezzo (euro/litro):
11,63

Cosa contiene:
10 fragranze diverse, di cui 3 allergeni, tra questi il butilfenil metilpropionalde, concorrono ad alte concentrazioni. Sgradito il solvente di propylene glycol



AUCHAN
PROFUMO DI LAVANDA

Prezzo (euro/litro):
4,67

Cosa contiene:
Non c'è traccia né nell'etichetta né nel sito degli ingredienti. Come valutare un prodotto del genere?



GLADE DISCREET
CUCINE DI MORN

Prezzo (euro/litro):
2,79 (ricarica da 8 grammi)

Cosa contiene:
Ben 42 fragranze diverse, di cui 4 allergeni. Sgradito il solvente di propylene glycol



OUST
ELIMINA ODORI

Prezzo (euro/litro):
189,50 (ricarica)

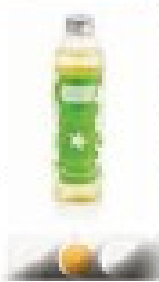
Cosa contiene:
Una ventina di fragranze di lusso, di cui 3 allergeni



EQUIVALENZA
JASMINE

Prezzo (euro/litro):
64,50

Cosa contiene:
Contiene 5 allergeni



IRCE CASA
DEODORANTE MUSCHIO

Prezzo (euro/litro):
6

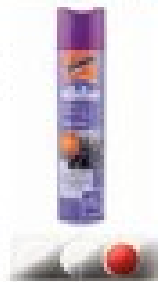
Cosa contiene:
Riporta solo alcuni ingredienti tra questi due allergeni



STRABILLA MILLEFLEURS
LAVANDA

Prezzo (euro/litro):
3,33

Cosa contiene:
Non c'è traccia né nell'etichetta né nel sito degli ingredienti. Come valutare un prodotto del genere?



ATTENTI AGLI SMALTI PER UNGHIE

quali sostanze tossiche bisogna evitare

Ecco per voi un focus che CONTATTO, specialisti in cosmesi green nella provincia di Brescia, desidera condividere come risorsa per una migliore scelta durante i vostri acquisti. Lo smalto è talvolta un concentrato di sostanze tossiche più di qualunque altro cosmetico: ci sono 4 sostanze che potrebbero contenere e da cui è meglio stare alla larga.

La prima è la **formaldeide**: quando presente, viene raccomandato di evitare il contatto con la pelle! Questo perché è altamente tossica, irritante per pelle, occhi, mucose e già da diversi anni inserita dall' Agenzia Internazionale per la Ricerca sul Cancro tra le sostanze quasi certamente cancerogene.

Il **toluene** è un solvente, che negli smalti favorisce la stesura; pericoloso sia per assorbimento che per inalazione, può causare vari disturbi alle vie respiratorie, al sistema nervoso, irritazioni cutanee, infezioni e, pare, anche danni al nascituro se utilizzato durante la gravidanza.

La **canfora** è una sostanza deleteria anche per l'ambiente: è come un potente veleno per flora e fauna, tanto che la Food and Drug Administration americana ne ha fissato l'11% del prodotto totale come limite massimo. Nella scheda di FDA si leggono, tra gli effetti che potrebbe provocare, difficoltà respiratorie e faringiti se inalata, irritazioni a occhi e mucose, mal di testa, nausea; si precisa però che potrebbe avere anche altre conseguenze non ancora conosciute.

Infine il **dibutyl phtalate**, che troverete come **DBP**, è un ingrediente vietato in Europa per la sua tossicità, ma ancora consentito in alcuni Paesi esteri, e **a volte arriva anche da noi nascosto dietro la dicitura 'Parfum'**. Gli studi hanno riportato effetti nocivi soprattutto in gravidanza, come malformazioni del feto o aborti spontanei, ma anche una riduzione della fertilità.

Non vodesideriamo creare allarmismi: bisogna anche considerare l'uso che si fa di uno smalto. Ma dal momento che, spesso, gli effetti dannosi a lungo

termine si scoprono almeno dopo molti anni, perché rischiare? **Prendiamoci alcuni minuti per leggere le etichette e salvaguardiamo la nostra salute e quella del nostro Pianeta.**

SHIRODHARA EMOTIONS

spegnere la mente ed abbandonarsi al relax

CONTATTO è la prima Beauty Green a proporre lo SHIRODHARA EMOTIONS.

Lo Shirodhara è uno dei trattamenti classici descritti in Ayurveda e significa letteralmente "doccia sul capo".

CONTATTO ha creato lo SHIRODHARA EMOTIONS, servizio unico di 60 minuti e consiste nell'irrigare, con un flusso continuo e regolare, la fronte della persona in trattamento facendo precedere un'importante fase di massaggio della testa e del viso.

La "colata", potrà avere composti differenti: potrà essere di olio caldo aromatizzato, di latte medicato oppure di tisane aromatiche.

Il flusso scende da un recipiente di terracotta o di rame; verrà posizionato a 10 – 15 cm sopra il capo della persona trattata.

Da qui, ha inizio il trattamento: attraverso un foro scende il liquido, in un flusso continuo, che stimolerà la zona centrale della fronte, tra le sopracciglia.

Il flusso e la sua gentile pressione, stimoleranno il sesto Chakra producendo una serie di effetti benefici.

Secondo le antiche scritture, lo Shirodhara, è il miglior rimedio per riequilibrare il dosha Vata; in particolar modo il subdosha Prana Vayu, responsabile della formazione del pensiero e di tutta l'attività del sistema nervoso centrale. E' ovviamente indicato per tutte le tipologie di Dosha.

Lo Shirodhara produce uno stato unico di profondo rilassamento e allo stesso tempo induce alla vigilanza interiore.

Calma la mente ed elimina gli squilibri nervosi, come l'ansia, l'angoscia, l'insonnia, l'irritabilità e l'instabilità.

Rimuove i pensieri negativi e produce una sensazione di rinascita.

Promuove la forza e la vitalità.

Migliora la concentrazione, la memoria, la sicurezza e l'autostima.

L'olio utilizzato (mix di Sesamo e Girasole) è un toccasana per la salute di cute e capelli rendendoli nutriti, ristrutturati, lucenti e mai pesanti.

L'uso regolare dello Shirodhara, riduce i disturbi fisici come mal di testa ed emicrania; permette la regolare crescita dei capelli, migliora l'attività degli organi dei sensi ed, esteticamente, si nota che il volto

della persona sottoposta al trattamento, diventa più luminoso, come in una piena espressione di gioia.

La pratica dello Shirodhara, con origini di almeno 3000 ANNI, è un valido rimedio per abbassare il livello di tensioni e stress, di cui oggi, l'uomo, è sovraccaricato. Questa è la ragione per cui lo Shirodhara è diventato il simbolo dell'Ayurveda ed il motivo per cui è il trattamento che meglio identifica la filosofia di lavoro di CONTATTO sia per quanto riguarda il benessere di mente e corpo che di cute e capelli.

Abbiamo ottenuto la specializzazione presso il centro MEKONG del maestro ANTONIO RANALLI primo ad aver portato e diffuso questa pratica in Italia. Con orgoglio lo proponiamo nel nostro centro certe dei risultati e degli enormi benefici che questa trattamento dona a ciascuna persona.

QUELLA SPORCA DOZZINA

attenzione ai componenti cosmetici

Questo protocollo si prefigge l'unico scopo di informare le persone della presenza nei cosmetici di sostanze petrolchimiche.

Propilene Glicole

Frazione oleosa resa trasparente derivata dal petrolio. Viene usata in migliaia di cosmetici di ogni marca, presente nei cosmetici professionali e nei cosmetici di largo consumo. La marca del cosmetico non è sinonimo di garanzia. Il Propilene Glicole è una sostanza usata in meccanica come lubrificante antigelo. E' utilizzato in cosmetica per la sua viscosità e stabilità chimica oltre al suo basso costo.

Paraffinum Liquidum

E' cera petrolifera liquida, era principalmente usato per produrre le candele. Chiamato anche vaselina è usato in larga scala per i cosmetici di ogni genere. E' una sostanza chimica molto usata nei cosmetici in crema e oleosi. Viene usato per il suo basso costo.

Petrolatum

Petrolio trattato in raffineria per uso cosmetico. E' presente in cosmetici di fascia alta e di marche insospettabili. Garantisce profitti elevati. Usato nelle creme viso e corpo ma anche nei protettivi labbra. Viene usato per il suo basso costo.

Mineral oil

Olio petrolifero normalmente usato come olio motore per veicoli. Lo si trova facilmente negli oli essenziali professionali. Vengono anche venduti per profumare la casa. Una volta bruciati emettono diossina tossica. Mineral Oil lo si trova in molti prodotti hair styling e oli da massaggio per il corpo. Usato per il suo basso costo.

Parabeni

Methyl, Butyl, Propyl e Ethyl Paraben, sono conservanti petrolchimici onnipresenti in cosmetica per aumentare la vita dei prodotti. Sono usati nonostante si conoscono gli effetti allergenici e accusati di cancro al seno. Si è calcolato che una persona di ceto medio in 12 mesi per alimentarsi, ingerisce circa 2 kg di conservanti chimici e 5 kg di additivi chimici alimentari.

Imidiazolidinyl Urea

È un derivato della formaldeide. In molti stati è vietato per la sua tossicità conclamata ed è stato trovato il legame allo sviluppo della leucemia. Presente negli shampoo, balsami e tutti quei cosmetici formulati su base acquosa. È un conservante.

Tetrasodium EDTA

Conservante utilizzato nei cosmetici per capelli, viso, corpo e prodotti per bambini. A causa della sua enorme diffusione e utilizzo, ha inciso pesantemente all'inquinamento delle falde acquifere e l'avvelenamento dei mari. È una sostanza mutogena che si modifica in mercurio in condizioni ideali. Vengono prodotte 80 mila tonnellate all'anno.

Propano e Butano

Alias, GPL, gas petrolifero liquefatto, presente nelle lacche spray (lakuose) e nelle mousse (putose) per capelli. La formula chimica non è modificabile ed è composta al 47% sul totale del contenuto di GPL per poter fare uscire il prodotto dalle bombole.

Profumi/Fragranze/Essenze/Aromi Decreto Legge 107 del 1992

Sono molecole ottenute chimicamente dal petrolio e ne esistono oltre 5000. Danno profumo ai cosmetici di ogni genere come ai detersivi. Sono sostanze piene di allergeni e regolamentate dal Ministro della Sanità catalogandole nel registro "Veleni". Non hanno niente in comune con gli oli essenziali vegetali ma si possono reclamizzare come PROFUMI NATURALI.

Cheratina Collagene Colesterolo

Sono sostanze prevalentemente ottenute da unghie e grasso animale. Queste sostanze sono combinate con i siliconi nei cosmetici che promettono Trattamenti di Ricostruzione dei capelli e Trattamenti Anti Age per la pelle. Le case cosmetiche li usano perché questi scarti animali sono quasi gratis e ne decantano le virtù performanti.

Laureth e Lauryl Sulphate

Tensioattivi derivati dal petrolio responsabili della detergenza con molta schiuma. I danni che provocano alle persone sono noti e conclamati da anni. Sono causa di allergie e irritazioni acute in modo particolare per le persone molto esposte dovuto all'uso costante, come la categoria dei parrucchieri. Lo si trova in dosi sensibili anche nelle tinture e decoloranti.

Ciclophentaxiloxane Ciclometicone Dimeticone

Sono i nomi chimici dei Siliconi più diffusi e utilizzati in cosmetici per capelli, viso, corpo e farmaci in crema o olio. La consistenza oleosa permette di pubblicizzarli come oli (vedi olio di Argan e Oro Liquido). Ci vogliono 250 anni perché si decompongano. Ne sono piene le maschere per capelli e i cosmetici per il trucco come le miracolose creme viso ad effetto lifting.

Methylisothiazolinone

È un conservante comparso sul mercato dopo le denunce sulla tossicità dei Parabeni da parte dei consumatori. Le aziende per timore di boicottaggi commerciali e perdite di quote mercato hanno aggirato le polemiche con questa sostanza. È derivato dal petrolio e gli Inglesi, molto sensibili e evoluti sugli effetti alla salute delle sostanze chimiche, hanno fatto un esposto al Ministro della Salute.

Butylene Glycole

Sotto prodotto e scarto petrolifero utilizzato particolarmente nei cosmetici professionali per capelli in sostituzione del fratello maggiore Propilene Glicole, che nelle persone più informate ha un'immagine bruciata. Anche questa sostanza è il tentativo di aggirare l'opinione pubblica.

MINERAL OIL...MA NON SOLO...

o più semplicemente...OLIO JHONSON

Petrolatum, paraffinum liquidum o mineral oil: di che cosa stiamo parlando? Semplicemente dell'**INCI** (International Nomenclature of Cosmetic Ingredients) e cioè l'elenco degli ingredienti cosmetici che, per legge, dal 1997, ogni prodotto deve riportare sulla propria confezione in ordine decrescente per quantità.

Petrolatum, Paraffinum Liquidum o Mineral Oil, sono i possibili nomi riportati nell'inci per definire un ingrediente, chiamato più comunemente **paraffina**, che deriva dal petrolio e che da secoli è utilizzato dall'uomo in maniere e metodologie diverse.

Paraffinum Liquidum è la denominazione utilizzata in campo cosmetico all'interno dell'Unione Europea, mentre negli USA e in altri Paesi extra-UE è identificato con il nome di *Mineral Oil*.

L'olio minerale è un ingrediente comune in lozioni per bambini, creme fredde, unguenti e cosmetici. È un olio economico e leggero, inodore e insapore, reca danni a cose e persone danneggiando comunque l'**ambiente**, non essendo un prodotto biodegradabile e di difficile smaltimento.

L'olio Johnson è uno dei prodotti più famosi ed usati per la cura della persona, ma soprattutto dei bambini. È descritto come un olio idratante, addolcente e lenitivo, perfetto per la pelle dei neonati. È facilmente reperibile, profumato e nemmeno costoso, ciò fa di questo prodotto uno dei must delle mamme di tutto il globo.

Ma tutti conoscono la verità? NO

Basta semplicemente leggere l'**INCI** di questo prodotto per rendersi conto che si tratta di assoluto e puro PETROLIO!

INCI:

 **PARAFFINUM LIQUIDUM** (antistatico / emolliente / solvente)
 **ISOPROPYL PALMITATE** (antistatico / legante / emolliente / solvente)
 **PARFUM [FPT1350]**

Il primo ed unico ingrediente è la **PARAFFINA**, uno scarto di derivazione petrolifera, un sottoprodotto liquido della raffinazione del petrolio greggio per produrre benzina e altri prodotti petroliferi. Questo tipo di olio minerale è un olio trasparente, inodore una sostanza occlusiva che a lungo andare può provocare pelle asfittica, cioè pelle in asfissia, che non respira più. Disintegra la barriera naturale della pelle impedendole di assorbire i nutrienti e di espellere le tossine.

L' Organizzazione mondiale della sanità classifica gli oli minerali non trattati o lievemente trattati come agenti cancerogeni per l'uomo

È molto famoso il caso dell'americana Jackie Fox che per anni aveva utilizzato prodotti Johnson, (tra cui l'olio e il talco) che è morta di tumore. L'azienda subì un duro colpo poiché venne accertato che la causa del tumore della donna era stato l'uso dei cosmetici Johnson e dovette sborsare 72 milioni di dollari per risarcire la famiglia.

CONSIGLIAMO QUINDI DI EVITARE QUASIASI PRODOTTO CONTENENTE QUESTE SOSTANZE E DI PREFERIRE SEMPRE OLI E BURRI VEGETALI CHE ESSENDO AFFINI ALLA NOSTRA PELLE LA RENDONO NUTRITA ED IDRATATA IN ASSOLUTA SICUREZZA PER NOI E PER L'AMBIENTE

