



URODA





# Kosmetyki mineralne - pielęgnacja i ochrona SPF na wakacje!

Przed nami długie, słoneczne dni. W okresie lata skóra narażona jest na działanie promieniowania UV, które choć niewidzialne, często powoduje szereg nieodwracalnych zmian. Jak zatem wybrać najlepszą ochronę SPF, która równocześnie miałaby właściwości pielęgnacyjne? Odpowiedzią są kosmetyki mineralne!

Wielofunkcyjne, długotrwałe, lekkie i z ochroną przeciwsłoneczną - to tylko niektóre zalety kosmetyków mineralnych. Dodatkowo doskonale sprawdzą się u osób z wrażliwą cerą lub z trądzikiem. Z uwagi na zawartość filtrów fizycznych (tlenku cynku i dwutlenku tytanu), które posiadają zdolność rozpraszania promieniowania UV, kosmetyki mineralne możemy śmiało zabrać na urlop i stosować na skórze naszych pociech.



## Krótką listą INCI

Najważniejszym atutem kosmetyków mineralnych jest krótka lista INCI, z których zostały wykonane - zazwyczaj jest to kilka składników pochodzenia mineralnego m.in. mika, tlenek cynku czy dwutlenek tytanu. Ponadto produkty te, mają lekką konsystencję, nie powodują uczucia ściągnięcia skóry, a co najistotniejsze nie zawierają składników komedogennych (zapychających m.in. talku) oraz sztucznych barwników czy środków konserwujących, które wywołują uczulenia. Dlatego są idealnym rozwiązaniem dla alergików.

## Filtry fizyczne w mineralach

Nazywane także filtrami nieorganicznymi czy mineralnymi, ponieważ do tej grupy należą pigmenty nieorganiczne, takie jak tlenek cynku i dwutlenek tytanu. Filtry fizyczne:

- mają zdolność rozpraszania promieni słonecznych (odbijają światło jak lustro; filtry chemiczne pochłaniają promienie słoneczne),
- chronią zarówno przed promieniowaniem UVA jak i UVB,
- produkowane są w postaci mikro pigmentów.

Główną zaletą tych filtrów, jest to, że nie wchodzą w reakcje ze skórą oraz są bardzo dobrze przez nią tolerowane. Rzadko używa się ich samodzielnie, ponieważ stosując np. sam tlenek cynku o stężeniu 10%, uzyskamy ochronę SPF na poziomie 7-9. Dlatego też, na liście INCI kosmetyków mineralny można spotkać zarówno tlenek cynku i dwutlenek tytanu, które tworzą skuteczny duet przeciwśoneczny. Omawiając temat ochrony przeciwśonecznej, należy wspomnieć o samym wskaźniku SPF. Oznacza on wartość liczbową filtra UVB, która mówi nam jak długo po zastosowaniu danego kosmetyku możemy przebywać na słońcu, bez obaw o oparzenia słoneczne. Bardzo ważna jest także ochrona przed UVA, którą wyraża się w skali od PA+ do PA+++. Ten rodzaj promieniowania nie wywołuje rumienia, a jego efekty zauważymy dopiero po latach, w postaci fotostarzejącej się skóry. Wybierając kosmetyk mineralny zwróćmy uwagę na nie tylko na jego skład, ale także na opakowanie, czy jest na nim zawarta informacja o ochronie SPF i PA.

## Substancje pielęgnacyjne

O produktach mineralnych czasem można przeczytać, że mają działanie pielęgnacyjne. Dlaczego? Z kilku powodów. Po pierwsze, składniki bazowe takie jak: mika, tlenek cynku, tlenek tytanu, odgrywają istotną rolę w pielęgnacji i makijażu.

Matują, chronią przed promieniami UVA i UVB, działają antybakteryjnie i zapewniają odpowiedni poziom krycia, czego nie zawsze można powiedzieć w przypadku kosmetyków tradycyjnych. Po drugie, kosmetyki mineralne nie zawierają wypełniaczy, parabenów czy substancji uczulających, dlatego są szczególnie zalecane osobom zmagającym się z problemami skórnymi. Przez to, że są lekkie, nie dają efektu maski, a skóra może „oddychać”. Po trzecie, niekiedy w składzie, oprócz sproszkowanych minerałów, można znaleźć antyoksydanty, ekstrakty czy oleje roślinne, które mają właściwości nawilżające i pielęgnacyjne. W tym miejscu należy wyjaśnić, że minerały stosowane w kosmetyce, są pozyskiwane w warunkach laboratoryjnych, dzięki czemu mamy pewność, że nie zawierają metali ciężkich.

## Wielofunkcyjność minerałów

Kolejną zaletą kosmetyków mineralnych jest ich wielofunkcyjność. Często jeden produkt pełni kilka funkcji np. podkładu, pudru, korektora czy ochrony przeciwśonecznej. Cienie mineralne możemy bezpiecznie stosować także na policzki czy usta, a pomadki jako róż. Tym sposobem, inwestując w jeden sprawdzony kosmetyk mineralny, zaoszczędzamy czas, zdrowie naszej skóry i pieniądze.

