

INGREDIENTES COSMÉTICOS BAJO SOSPECHA

Aceites minerales y grasas derivadas del petróleo:

Se usan en vez de aceites vegetales porque son más baratos y la piel los absorbe más rápido. Sirven como conservantes y para aportar esa apariencia cremosa en los cosméticos. Algunos forman una película sobre la piel para darle un aspecto "hidratado". Extraen la humedad de la piel y a la larga resecan. Taponan los poros de la piel (promoviendo el acné, las reacciones alérgicas, sequedad e irritación). El cuerpo humano no las puede transformar ni eliminar. En el caso de parafinas y ceras cuando se tragan (por ejemplo con su uso en pintalabios) se almacenan en riñones, hígado y nódulos linfáticos. Incluso se han descrito reacciones inflamatorias en las válvulas cardíacas. Según la OMS una persona no debería absorber más de 0,1 mg diario por kg de peso corporal, pero solo con usar varias veces un pintalabios o protector solar puede sobrepasarse esta frontera.

Denominaciones INCI: Mineral oil, Paraffinum, Paraffinum liquidum, Petrolatum, y cualquier compuesto con las palabras Paraffin- o Petroleum. Carbomer. También son derivados del petróleo las siliconas: Silicone quaternium y Methylsilanol, y suelen estar detrás de "cera microcristalina", Ozokerit, Ceresin, incluida la Vaselina.

Bronopol:

Podemos encontrarlo en toallitas para bebé, acondicionadores y geles de baño, usado como conservante. Es tóxico para el sistema inmunológico y actúa como disruptor endocrino. Se degrada formando formaldehído y nitrosaminas (ambos cancerígenos)

Denominación INCI: 2-Bromo-2-Nitropropane-2,3-Diol.

Colorantes:

No sólo sirven para darle un aspecto acaramelado a cremas y geles de baño, sino que son el principal componente en maquillajes, tintes y decolorantes. Muchos de ellos han demostrado al menos en animales ser altamente cancerígenos y alterar las moléculas de ADN.

Denominación INCI: Los componentes con las sílabas anilin, anilid, como en acetanilid, delatan un colorante altamente cancerígeno y tóxico. Algunos agentes colorantes tienen una estructura molecular tan complicada, que se les han dado iniciales o nombres fáciles para simplificar su denominación, como HC orange 3, acid Red 73, pigment Green 7 o solvent black 3.

Compuestos halógeno-orgánicos:

Se usa como conservante. Muchos son productores de alergias y se acumulan en el organismo dando problemas de salud. Son sospechosas de poder influir en el cáncer.

Denominación INCI: Methylchloroisothiazolinone, Methyl dibromo Glutaronitrile, Iodopropynyl Butylcarbamate, Chloroxylenol, Chlorphenesin y cualquier otro ingrediente que contenga las palabras "chloro", "bromo", "iodo". (No confundir con "chlorid", "bromid", "iodid", que suelen ser componentes inocuos de sales)

Derivados del aluminio:

Presentes en desodorantes y antitranspirantes. Se usan para taponar las glándulas sudoríparas evitando la proliferación del sudor. La toxicidad del aluminio depende muchísimo de su capacidad de penetrar dentro del cuerpo, y esto es función del tipo de molécula en la que se encuentra este elemento. Los compuestos naturales de aluminio como las arcillas o el alumbre no presentan los efectos adversos de las sales sintéticas. Estas últimas pueden provocar trastornos cutáneos como eccemas, tienen efectos como disruptores endocrinos, inflaman las glándulas sudoríparas y provocan la acumulación de desechos en las regiones que se aplican. La acumulación de aluminio puede favorecer la proliferación de enfermedades degenerativas del sistema nervioso como el Alzheimer. El cáncer de mama ha sido asociado por numerosos estudios, con más o menos fuerza, a multitud de sustancias químicas que imitan la acción de las hormonas o que la alteran. El “cóctel químico” que se produce en nuestro organismo por la exposición a varias de ellas es el mayor peligro.

Denominaciones INCI: Aluminium Chloride, Aluminium Chlorhydrate, Aluminium Chlorohydrate, Aluminium Chlorohydrate PG, Aluminium Fluoride, Aluminium Sesquichlorohydrate, Aluminium Zirconium Trichlorohydrate GLY.

Derivados del Formaldehído:

Aunque podemos encontrarlo en distintos tipos de cosméticos, las concentraciones más altas se encuentran en las lacas de uñas. Muchos autobronceadores contienen dihidroxyacetone (DHA) que después de la exposición solar se descompone generando formaldehído a nivel cutáneo. Está incluido en la lista de sustancias cancerígenas del Instituto Internacional de Investigación del Cáncer de la OMS (sobre todo vinculado al cáncer de nasofaringe y leucemia). Este compuesto penetra muy fácilmente en la piel e incluso en dosis muy pequeñas es un potente alérgeno e irritante. Como tal el formaldehído ya no se usa, pero si sus derivados que pueden liberarlo favoreciendo dermatitis, eccemas, erupciones, dolores de cabeza, depresión, fatiga crónica, infecciones de oído e insomnio.

Denominación INCI: Formaldehyde, Aldioxa, Alcloxa, DMDM Hydantoin, MDM Hydantoin, Diazolidinyl Urea, Imidazolidinyl Urea.

Dietanolamina (DEA) y monoetanolamina (MEA) y Trietanolamina (TEA):

Se usan como aditivos (conseguir texturas, estabilizar, dar color...) Cuando estos compuestos están en un producto, pueden reaccionar con nitritos presentes en el mismo, dando lugar a las cancerígenas nitrosaminas. Ha de tenerse precaución con las sustancias que contengan las sílabas [DEA], [MEA] o [TEA] por dar lugar a detergentes de efecto cancerígeno. Tras absorberse por la piel se acumulan en órganos como el cerebro.

Denominación INCI: Triethanolamine (TEA), Diethanolamine (DEA), Monoethanolamine (MEA), cocamide DEA, lauramide DEA/MEA.

Fenilenediamina:

Se puede encontrar en tintes para cabello o mezclada con henna para tatuajes temporales. Puede producir dermatitis alérgica con desarrollo de lesiones alrededor del cuero cabelludo, los párpados y las orejas. Los peluqueros pueden desarrollar eccemas en las manos por el contacto continuado con esta sustancia.

Denominación INCI: P-Phenylenediamine Sulfate.

Fenoxietanol:

Se usa como sustituto de los parabenos y es frecuente verlo en productos que tienen el lema de “sin parabenos”. Es un conservante con poder bactericida. Es tóxico para el sistema inmunitario, irritante y puede provocar reacciones alérgicas.

Denominación INCI: Phenoxyethanol.

Fragancias:

A pesar de la apariencia inocente de los términos perfume o fragancia, tras ellos se esconden enlaces policíclicos de origen petroquímico. Son reproducciones sintéticas de los olores naturales que se han demostrado altamente alergizantes. Se acumulan en los tejidos adiposos y en la leche materna. En algunos casos los fabricantes incluso añaden el adjetivo natural justificándose con que se trata de copias molecularmente exactas. Son peligrosas, porque la mayoría de ellas contiene elementos que, una vez sobre la piel, influyen el equilibrio hormonal y son sospechosos de causar cáncer. En forma de perfume, desodorante o inhibidores del sudor llegan a la piel, donde el sudor descompone las materias que se acumulan en las células, hasta el punto de que en análisis de leche materna, se llegan a registrar altos contenidos de estas sustancias cancerígenas, tóxicas y sospechosas de generar daños genéticos. El acetyl hexametyl causa daños nerviosos y el tonalide y bromocinnamal son irritantes.

Ftalatos:

Los ftalatos (Phthal y Phthalate) son sustancias disolventes y suavizantes que se pueden encontrar con excesiva facilidad en cremas, esmaltes de uñas, perfumes, lacas de pelo y desodorantes. Y eso que el Parlamento Europeo prohibió su uso a partir del pasado 1 de enero en la fabricación de juguetes que puedan meterse en la boca y en artículos de puericultura ya que se les relaciona con daños en los sistemas reproductor y endocrino así como con un aumento del riesgo de padecer asma y cáncer. Pues bien, hay seis tipos de ftalatos que no se pueden usar ya ni en la fabricación de juguetes por razones de seguridad pero puede encontrárselos en diversos cosméticos.

Denominación INCI: dietilhexiloftalato (DEHP), el dibutilftalato (DBP), el butilbenzilftalato (BBP), el diisonilftalato (DINP), el diisodeciloftalato (DIDP) y el dinocilftalato (DNOP), Dibutylphthalate,.

Parabenos:

Por su bajo coste están muy popularizados como conservantes. Se encuentran en más del 90% de los productos que permanecen en la piel y en más del 70% de los que se enjuagan. Los parabenos atraviesan la piel, son xenoestrógenos y disruptores endocrinos, es decir, una vez han penetrado en el cuerpo humano imitan la acción de las hormonas femeninas e interfieren con el sistema endocrino. Una investigación realizada en la Universidad de Reading, Inglaterra, encontró parabenos en muestras de tumores de mama. El caso de los desodorantes se considera especialmente preocupante porque se aplican muy cerca de las glándulas mamarias. Los parabenos no se han prohibido porque todavía no se ha demostrado que sean los causantes del cáncer y por tanto, existe la posibilidad de que se acumulen en las células cancerígenas después de que hayan iniciado su crecimiento.

Denominación INCI: Methylparaben, Ethylparaben, Butylparaben, Propylparaben.

Phenol y Phenyl:

El fenol y el fenil se utilizan como conservantes en la industria de la cosmética. En el caso del fenol, por ejemplo, es conveniente saber que se trata de un alcohol que se produce mediante la oxidación parcial del benceno lo cual lo convierte en un ingrediente tóxico que puede afectar al sistema nervioso central, al corazón, al hígado, al riñón y a la piel. En cuanto al fenil penetra por la piel, accede al torrente sanguíneo y puede causar problemas hepáticos.

Denominación INCI: Nitropheno, phenolphthalein, chlorophenol, phenylenediamine sulfate o N-Phenyl, P-Phenylenediamine...

Plomo:

Presente en cosmética decorativa, especialmente se encuentra en los colorantes que se usan para pintalabios y pintauñas. Está en algunos pigmentos y se usa para conseguir que el color tenga una larga duración tras aplicarlo. El plomo tiene efectos nocivos tanto si se ingiere como si se inhala. En el caso de productos labiales la absorción es mayor ya que la semimucosa que compone los labios tiene una absorción mayor que la piel común del resto del cuerpo. La toxicidad del plomo puede afectar a cualquier sistema del cuerpo, aunque el sistema nervioso central es el más sensible a la exposición a este metal. La exposición al plomo puede provocar problemas en el aprendizaje y el lenguaje, así como trastornos de conducta y agresión. Las mujeres embarazadas y niños pequeños (que pueden absorberlo varias veces más que los adultos) son más sensibles a este tipo de efectos.

Denominación INCI: No aparece como tal en las etiquetas pero va ligado como contaminante a ciertos colorantes.

Polietilenglicoles (PEG):

Se usan como emulgentes (para ligar la grasa con el agua), tensioactivos o detergentes. Introducen el resto de ingredientes más fácilmente en la piel. En su fabricación participan gases extremadamente tóxicos (como el óxido de etileno) por lo que pueden contener residuos de sustancias tóxicas (dioxinas) catalogadas como cancerígenas. También se usan para favorecer la permeabilidad de la piel a otras sustancias nocivas presentes en el propio cosmético o en el entorno.

Denominaciones INCI: todos los ingredientes que contengan las palabras PEG, PPG, Polyethylene, Cetareth, ceteth, hydroxypropyl o la terminación "eth".

Sodium lauryl sulfate:

No confundir con sodium laureth sulfate. Es el ingrediente que provoca la espuma, un detergente muy irritante, usado en el 90% de los champús, que ha provocado problemas de pigmentación, así como comedones y pérdida de pelo en las partes expuestas en tests con animales. La [Cosmetic Ingredients Review](#) la ha calificado de aceptable en productos de uso poco frecuente y sólo en concentraciones inferiores al 1%. Pero se puede encontrar incluso en dentífricos. Con el simple contacto con la piel, se absorbe y se almacena en los tejidos del corazón, el hígado, los pulmones, los ojos y hasta el cerebro. También afecta al sistema inmune, interactúa con otros ingredientes favoreciendo la aparición de cáncer y en cantidades suficientes puede modificar el material genético contenido en las células. De hecho, en los laboratorios se utiliza para inducir mutaciones en bacterias. Al mezclarse con aminas presentes en la fórmula pueden formar-se nitrosaminas, muy cancerígenas.

Denominaciones INCI: Sodium Lauryl Sulfate. Ojo también con otras bases detergentes polémicas como Amonium Lauryl Sulfate, Disodium Laureth Sulfosuccinate, Sodium Myreth Sulfate, Sodium Lauryl Sulfoacetate (a veces escritos SLS).

Talco

Es una sustancia químicamente muy similar al asbesto o amianto, elemento conocido por provocar cáncer (especialmente de pulmón). El talco forma parte de numerosos productos cosméticos, entre ellos los maquillajes y los polvos para los bebés. Tapa los poros de la piel e impide sus funciones normales. También usado en condones. En este sentido, por ejemplo, ya en 1997 se publicó en la Revista Americana de Epidemiología que a largo plazo usar talco en la zona genital hace que el riesgo de padecer cáncer de ovarios aumente hasta un 60%.

Tolueno:

Presente en quitaesmalte y esmalte de uñas. Se usa como disolvente. Es un irritante de ojos, garganta y pulmones. Puede provocar fatiga, dolores de cabeza y náuseas. Deben evitarlo las mujeres embarazadas por el riesgo que supone para el feto. El tolueno es más peligroso si va contaminado con benceno (cancerígeno)

Denominación INCI: Toluene

Triclosan, triclocarban y chlorhexidine:

Son usados como antibacterianos, aunque no se ha demostrado que sean más efectivos matando bacterias que el jabón tradicional. Se acumulan en los tejidos e incluso se han detectado en la leche materna. Tienen efectos como disruptores hormonales y afectan a la flora positiva (sobre todo en boca) favoreciendo la aparición de bacterias resistentes. El triclosán pueden alterar la función hepática y suele estar contaminado con nitrosaminas (demostradas cancerígenas).

Denominación INCI: Triclosan, Triclocarban, Chlorhexidine.