

LA TRISTE VERITÀ SUI PRODOTTI DI BELLEZZA, PER LA CURA DEL CORPO E L'IGIENE INTIMA

*Mentre si attesta
la consapevolezza
relativa al consumo
di alimenti biologici,
onde ridurre
l'esposizione a
tossine, resta ancora
molta strada da
fare per quanto
concerne i cosmetici
nonché i prodotti
per la cura e l'igiene
personale, per i cui
ingredienti chimici,
spesso cancerogeni,
non è nemmeno
previsto l'obbligo
di comparire
sull'etichetta.*

di Charu Bahri © 2006

Email: charubhari@gmail.com

Un cocktail letale di sostanze chimiche

Nessun comune sapone servirà allo scopo. Ci laviamo con una crema esfoliante per viso e corpo, quindi ci asciughiamo. Poi ci unghiamo con creme rivitalizzanti. Seguono alcune spruzzate di deodorante per mascherare l'odore corporeo (il nostro naturale odore 'sudaticcio' che, va detto, segue ad una dura giornata di lavoro). Magari poi applichiamo un velo di profumo o di dopobarba. Per circa la metà della nostra popolazione adulta o in età adolescenziale – ebbene sì, mi riferisco alle donne – segue un intero regime di "preparazione": crema solare, fondotinta, mèches, rossetto, smalto per unghie. La lista prosegue, dato che siamo consumatori ignoranti di cosmetici e prodotti per la cura del corpo.

La nostra ignoranza ha inizio lì dove non comprendiamo che il destinatario della nostra vanità è il nostro organo più esteso: l'epidermide. Ovviamente l'epidermide è ben altro che una semplice copertura di quanto sta sotto: è un rivestimento vivente che respira, almeno sino a quando glielo consentiamo. Di conseguenza, quando la impiastriamo con creme e lozioni, la sua intrinseca capacità di respirare, e quindi di vivere, diminuisce. Il danno non si limita all'asfissia dell'epidermide; in quanto organo predisposto ad assorbire con facilità, l'epidermide di fatto assorbe i composti che applichiamo alla sua superficie. Se tali composti contengono ingredienti benefici, non ne deriva alcun nocimento; ma se tali prodotti contengono sostanze chimiche che probabilmente avranno effetti avversi sull'epidermide e sugli altri organi del nostro corpo, in particolare un pericoloso effetto cumulativo derivante da anni di impiego, le nostre semplici abitudini igieniche si trasformano in uno stile di vita letale, che ci porta più vicini alla malattia ed alla morte.

Allora, cosa contengono i cosmetici e i prodotti per la cura del corpo comunemente impiegati? Forse sarà una sorpresa, ma spesso sono un cocktail di sostanze chimiche che si comportano da agenti cancerogeni (che provocano il cancro), irritanti del derma (irritanti della cute), tossine dello sviluppo (tossine che colpiscono in particolare la crescita mentale e fisica dei bambini), distruttori endocrini (sostanze che bloccano la produzione o la trasmissione di ormoni nell'organismo e così interferiscono con lo sviluppo), mutageni (agenti che determinano mutazioni del DNA che a loro volta provocano tumori o difetti alla nascita), neurotossine (sostanze chimiche che hanno effetto sul sistema nervoso), tossine riproduttive (agenti che hanno effetto sul sistema riproduttivo) e sensibilizzatori (sostanze chimiche che, in seguito ad esposizione ripetuta, provocano reazioni allergiche nei normali tessuti). Caspita!

Vi riesce difficile crederlo? Prima di approfondire ciò che quanto appena descritto comporta per la nostra salute, esaminiamo il motivo per cui questi fatti vengono occultati con tale dovizia.

Il numero di consumatori di prodotti per l'igiene e la bellezza è in costante aumento – e non c'è da meravigliarsi, poiché la vanità non è più una prerogativa riservata al genere femminile. Anche gli uomini sono stati efficacemente blanditi dai colossi dell'industria cosmetica, i quali predicano il mantra "piacevole aspetto, piacevoli sensazioni". Nei paesi occidentali sviluppati e nei mercati in rapido sviluppo che si aprono nei paesi dell'Est, l'ignoranza e l'erronea convinzione che equipara lo sviluppo all'apparire belli o attraenti tengono saldamente nella propria morsa una popolazione orientata verso il consumo. Il risultato è una crescita esponenziale dei profitti delle corporazioni globali che realizzano prodotti cosmetici e per la cura del corpo; il loro successo alimenta cam-

pagne pubblicitarie sempre più aggressive, che inducono sempre più individui a cadere preda del bisogno di "apparire attraenti".

Per quale motivo accade tutto questo?

Invece che domandarci il motivo per cui tutto questo sta accadendo, dovremmo domandarci per quale motivo permettiamo che accada. Il fatto che i prodotti per la bellezza e per l'igiene non vengano ancora percepiti in quanto direttamente collegati al nostro benessere (leggi salute) contribuisce al problema. Sebbene lentamente, ci stiamo orientando verso gli alimenti biologici e diventando simultaneamente cauti rispetto ai residui di pesticidi e sostanze chimiche presenti nella frutta e negli ortaggi che consumiamo; questo avviene perché sappiamo che ingeriamo tali prodotti, nondimeno consideriamo cosmetici e simili come prodotti che utilizziamo unicamente a livello esterno. La nostra mente cosciente non ha assimilato il fatto che l'epidermide è una spugna vivente, tanto suscettibile agli effetti nocivi delle tossine quanto, diciamo, l'apparato digerente.

È l'assenza di consapevolezza e la mancata contestazione di tale situazione a stimolare l'ascesa dell'industria dei cosmetici. Di conseguenza, mentre gli attivisti continuano efficacemente la loro campagna contro l'industria del tabacco, tenete presente che è ormai da anni che i pacchetti di sigarette devono recare l'avvertenza "il fumo è nocivo per la salute", senza che tuttavia per i prodotti cosmetici e per la cura del corpo sia stata emanata un'analoga direttiva.

Standard elastici

Così, invece dei rigidi standard che si dovrebbero stabilire per i cosmetici, in realtà avviene l'esatto contrario, ovvero che l'industria dei cosmetici in larga misura la passa liscia. Ad esempio, negli USA la Food and Drug Administration (FDA, Ente statunitense preposto al controllo alimentare e farmacologico, ndr) non prevede la conduzione di test di sicurezza prima che il prodotto di bellezza finale venga messo in commercio, né da parte del produttore né dal proprio personale: quindi tanto il prodotto finale quanto i suoi ingredienti restano sospetti. Secondo le parole dell'ente, "un produttore di cosmetici può utilizzare come ingrediente pressoché qualsiasi materia prima e commercializzare il prodotto senza l'approvazione della FDA".¹

Orduque, anche se le aziende produttrici di cosmetici vorreb-

bero indurvi a credere di avere molto a cuore l'epidermide dei clienti e di condurre rigorosi test di sicurezza e sensibilità (su animali, ma questa brutalità è un'altra storia) prima di lanciare sul mercato un prodotto, in realtà, come sottolineano i ricercatori del National Research Council, "delle decine di migliaia di sostanze chimiche rilevanti sotto il profilo commerciale, solo alcune sono state sottoposte ad approfonditi test sulla tossicità, mentre per la loro maggior parte sono state a malapena testate".²

Come esito dell'assenza di standard e test, l'organizzazione di controllo dell'industria US National Environmental Trust delinea un quadro decisamente fosco. Nick Guroff, responsabile californiano della suddetta organizzazione, afferma: "Dato che la FDA non prevede test di sicurezza sanitaria per gli ingredienti chimici nei cosmetici prima della commercializzazione di questi ultimi, per l'industria rivendicare un apprezzabile impiego sicuro nell'arco di molti anni significa trascurare del tutto il fatto che non disponiamo di alcun modo, verificabile a livello pubblico, per sapere che tale rivendicazione è lecita."³

Una lobby potente

Comunque sia, potete scegliere di fidarvi delle affermazioni dell'industria dei cosmetici, la quale ha in gioco miliardi di dollari. Questo gigantesco conglomerato industriale riesce inevitabilmente a farsi strada in paesi contraddistinti da un'ignoranza diffusa. All'interno dell'Unione Europea gli ingredienti tossici dei cosmetici sono stati banditi grazie ad una legge approvata nel 2003 ed entrata in vigore nel settembre 2004. Ad ogni modo, negli USA, l'industria cosmetica da 35 miliardi di dollari sta facendo ampio ricorso alle proprie risorse - che, va detto, non mancano - per opporsi con i denti e con le unghie ad un bando di questo tipo.

Il membro dell'assemblea della California Judy Chu (democratici-Monterey Park) si è adoperata per la presentazione di una legge che avrebbe messo al bando gli stessi due tipi di ftalati banditi dall'Unione Europea e, successivamente, forse altre sostanze chimiche presenti nella lista nera della International Agency for Research on Cancer (IARC) e dell'Environmental Protection Agency (EPA). Gli ftalati sono sostanze chimiche utilizzate in alcuni smalti per le unghie e prodotti per la cura dei capelli, che hanno dimostrato di provocare difetti alla nascita e riproduttivi negli animali. La proposta di legge per il bando degli ftalati (AB 908) di Judy Chu avrebbe rappresentato in assoluto il primo bando degli ftalati negli Stati Uniti, ma nel gennaio 2006 tale proposta è stata dichiarata "decaduta".⁴

A parte il bando dei due ftalati, Chu avrebbe inoltre costretto i produttori di cosmetici a conformarsi ad un nuovo regolamento che imponeva a tutti i prodotti di includere una lista degli ingredienti, in particolar modo sostanze chimiche pericolose. Allo stato attuale l'etichettatura dei prodotti è inadeguata e spesso confusa, al punto che un profano non sa mai davvero come regolarsi rispetto agli ingredienti elencati. Nel 2004, Chu ha cercato di mettere il consumatore nelle condizioni di operare scelte più informate sui cosmetici utilizzati tramite il progetto di legge AB 212, ovvero il Consumer and Personal Care Consumer Product Hazards Bill, che avrebbe richiesto la comunicazione allo State Office of Environmental Health Hazards Assessment di tutte le sostanze chimiche, presenti nei cosmetici, che provocano cancro o danni riproduttivi.⁵ Comunque anche questa proposta di legge è "decaduta".⁶

La lobby dell'industria cosmetica è 'felicitemente' riuscita a volgere l'opinione pubblica a proprio favore, tirando in ballo la scusa che l'elenco degli ingredienti dei prodotti avrebbe potuto



"Nell'interesse del riscaldamento globale stiamo iniziando una campagna mediatica internazionale per incoraggiare la nostra clientela ad astenersi dal ruttare."

violare o mettere in pericolo i propri segreti industriali; quindi, per ora, gli ftalati rimangono dove sono, non etichettati.

Un'osservazione pertinente è che i gruppi di tutela della salute che citano gli effetti nocivi delle sostanze chimiche non si affidano a dicerie. Esistono rilevanti ricerche sull'impatto degli ftalati sulla salute, come ad esempio lo studio condotto dal Dr. Shanna Swan, docente di Ostetricia e Ginecologia presso la University of Rochester, che mette in connessione tali sostanze chimiche con la femminilizzazione nei ragazzi. Lo studio, sovvenzionato con fondi governativi, ha evidenziato fra neonati di sesso maschile una netta correlazione fra esposizione prenatale a ftalati e riduzione della distanza anogenitale (AGD), scoperta la quale a sua volta implica che tali neonati probabilmente avranno una discesa dei testicoli incompleta e peni di dimensioni minori. Un aspetto interessante è che questi cambiamenti si sono verificati secondo livelli di ftalati che sono stati rilevati in circa un quarto delle donne statunitensi.⁷

Qual è la gravità della situazione?

Si tratta certamente di notizie sconvolgenti, tuttavia l'aspetto più importante di cui un consumatore si deve rendere conto è che i casi di cui veniamo a conoscenza sono soltanto, per così dire, la punta dell'iceberg.

Gli ftalati sono soltanto una delle numerosissime sostanze chimiche che finiscono nei prodotti per la cura personale da noi quotidianamente utilizzati in modo sprovveduto. L'organizzazione di controllo Environmental Working Group stima che solo l'11 per cento dei circa 10.500 ingredienti documentati come comuni componenti dei prodotti per la cura della persona è stato testato a sufficienza riguardo alla sicurezza.⁸

In questo scenario l'ignoranza non è certo una benedizione. Vale esattamente il contrario: può significare la rovina ed avere un grave impatto sulla nostra salute e su quella dei nostri cari. Immaginate una madre che fa il bagno al suo bambino con il bagnoschiuma; i bambini amano sguazzare fra le bolle nella vasca, quindi il bagnoschiuma rappresenta un modo ideale per incoraggiare l'abitudine a fare il bagno. Ma quante madri sono consapevoli del fatto che un bagnoschiuma contiene DEA, TEA o MEA o, in termini tecnici, dietanolamina, trietanolamina e monoetanolamina. Quando combinate con nitriti – una reazione che si può verificare senza conseguenze mentre un prodotto si trova in vendita su uno scaffale – queste tre sostanze chimiche producono nitrosamine come la NDEA (*N*-nitrosodietanolamina), la quale è altamente cancerogena, costituisce una minaccia in particolare per reni e fegato e viene facilmente assorbita dalla cute – e ancor più, se possibile, dalla delicata pelle dei bambini.

Sono note anche per provocare reazioni allergiche, irritare gli occhi e rendere secchi i capelli. Molti shampoo, saponi e bagnoschiuma contengono questa letale miscela di sostanze chimiche. Già nel 1980 la FDA riportò che circa il 42 per cento di tutti i cosmetici è contaminato con NDEA; lo shampoo ne presenta le concentrazioni più elevate.⁹

Ad ogni modo, i produttori insistono nel sostenere che la DEA

e i suoi derivati sono "sicuri" per l'impiego in prodotti destinati ad un utilizzo breve o di tipo "usa e risciacqua". Nondimeno uno studio pubblicato sul *Journal of the National Cancer Institute* suggerisce altrimenti, indicando che studi su umani ed animali hanno entrambi dimostrato che la NDEA può essere rapidamente assorbita attraverso la pelle.¹⁰

Aspetto interessante, nel 1978 la IARC indicò che "sebbene non siano stati disponibili dati epidemiologici, ai fini pratici per gli esseri umani la *N*-nitrosodietanolamina dovrebbe essere considerata come agente cancerogeno".¹¹ Tale postulato venne riconsiderato dieci anni più tardi.¹²

La FDA manifestò le proprie inquietudini in merito alla contaminazione dei cosmetici con nitrosamine in un comunicato pubblicato sul *Federal Register* in data 10 aprile 1979 (44 *FR* 21365), nel quale si affermava che i cosmetici contenenti nitrosamine possono essere considerati adulterati e passibili di iniziative legali. Nel corso di verifiche sui prodotti cosmetici, condotte nel 1991-92, nel 65% dei campioni fu riscontrata presenza di nitrosodietanolamina secondo livelli pari a sino 3 ppm.¹³

Nel 1994, l'American National Toxicology Program presentò una conclusione simile nel suo "Seventh Annual Report on Carcinogens": "In animali da esperimento esistono sufficienti riscontri della carcinogenicità della *N*-nitrosodietanolamina." Il rapporto

notava inoltre che tutte le oltre 44 specie differenti su cui sono stati testati composti di NDEA si sono dimostrate suscettibili.^{14,15}

Nel suo Eleventh Report del 2005, l'NTP notava che "si prevedeva ragionevolmente che la *N*-nitrosodietanolamina sia un agente cancerogeno per gli esseri umani..."¹⁶

Attenti a...

Quanto sopradescritto rappresenta soltanto un esempio di DEA, TEA e MEA che si combinano con nitriti sino a formare NDEA. In

realtà siamo inondati da una vera e propria marea di sostanze chimiche, ciascuna delle quali provvista di una propria potenza e capacità di infliggere danni all'organismo umano. In uno scenario di questo tipo, il meglio che un essere umano può fare è conoscere gli effetti delle singole sostanze e, per quanto possibile, tenersi alla larga da questi prodotti.

Esaminiamo ora brevemente alcuni altri ingredienti che penetrano attraverso la nostra pelle con conseguenze potenzialmente disastrose:¹⁷

Formaldeide: Imidazolidinyl urea e DMDM hydantoin sono conservanti liberatori di formaldeide utilizzati in prodotti destinati alla pelle, al corpo ed ai capelli. Sono noti per provocare allergie, asma, dolore al petto, affaticamento cronico, depressione, vertigini, emicranie e dolori articolari. La formaldeide, anch'essa conservante e disinfettante, viene utilizzata in shampoo, smalti e indurenti per le unghie, prodotti per capelli; la IARC la considera un agente cancerogeno e la US EPA in quanto "probabile" agente cancerogeno. Spesso la sua presenza è mascherata, in quanto parte di altri ingredienti più abbondanti. Per sapere se un prodotto contiene tale sostanza, dovrete andare alla ricerca di ingredienti quali idantoine e surfattanti come il sodium lauryl sulphate, i qua-

Ma quante madri sono consapevoli del fatto che un bagnoschiuma contiene DEA, TEA o MEA o, in termini tecnici, dietanolamina, trietanolamina e monoetanolamina.

li possono contenere formaldeide; sarebbe inoltre utile sapere che essa va anche sotto il nome di formalina o MDM.

Il **catrame di carbon fossile**, utilizzato come base per tinture per capelli e in shampoo antiforfora, è noto per provocare malattie potenzialmente letali come il cancro, nonché una serie di comuni disturbi come asma e mal di testa. Cercate i dati relativi a FD&C o D&C sull'etichetta del prodotto. Alcune tinture per capelli ad azione lenta contengono piombo, noto agente cancerogeno nonché distruttore endocrino che viene facilmente assorbito dall'epidermide e che si accumula nelle ossa. La Xavier University della Louisiana ha svolto ricerche sull'argomento ed ha scoperto che alcune marche di tinture per capelli contengono sino a 10 volte la quantità di piombo consentita nelle vernici per la casa! Chiunque abbia usato vernici per la casa o occupato una stanza dipinta di fresco sa che genere di reazioni si possono verificare: mal di testa, starnuti e nausea, tanto per citarne alcune. Gli imbianchini, e in misura minore tutti coloro impiegati nella produzione di vernici, sono noti per presentare un più elevato rischio di sviluppare il cancro a causa della loro esposizione al piombo. Infatti alcuni studi ora collegano una maggiore incidenza del cancro infantile fra i bambini i cui genitori (padre o madre) sono esposti alla vernice.^{18,19} Naturalmente va anche sottolineato che la vernice contiene molte altre sostanze chimiche letali e l'esposizione di un imbianchino riguarda l'intera gamma, non necessariamente soltanto il piombo in forma di particelle contenenti cromo di piombo.

Il **petrolato**, una miscela semi-solida di idrocarburi noto anche come gel di olio minerale, gel di petrolio, vaselina, paraffinum liquidum, ha la prerogativa di impedire all'organismo di adempiere ai propri processi naturali di eliminazione delle tossine; può inoltre provocare fotosensibilità e privare la cute dei propri oli naturali, determinando screpolature e secchezza, invecchiamento precoce, acne ed altri disturbi cutanei.

Il **talco**, noto ingrediente (pensate al talco in polvere) presente in polveri per il viso e il corpo nonché sui profilattici, è un agente cancerogeno riconosciuto. Alcuni studi lo hanno associato come causa del carcinoma ovarico quando utilizzato nell'area dei genitali, in primo luogo perché il talco, composto inorganico di silicato di magnesio, può comportarsi come agente irritante per le cellule che rivestono le ovaie.²⁰ Inoltre, in anni passati e in misura molto maggiore rispetto ad ora, il talco era spesso contaminato con materiali in traccia simili all'asbesto, agente inorganico noto per provocare tumori. In che modo? Fondamentalmente il talco è un minerale prodotto tramite l'escavazione di rocce di talco, che vengono quindi trattate tramite triturazione, essiccazione e macinazione per eliminare una serie di minerali in traccia.

Ad ogni modo, questo processo non separa le minuscole fibre assai simili all'asbesto; di conseguenza, il talco è strettamente collegato al potente agente cancerogeno asbesto.

Gli scienziati hanno esaminato con cura le particelle di talco e scoperto pericolose analogie con l'asbesto, al punto che nel 1973 la FDA stilò una risoluzione che limitava la quantità di fibre ti-

po-asbesto nel talco ad uso cosmetico; comunque sia, non è mai stata emanata alcuna direttiva e, al giorno d'oggi, il talco cosmetico rimane non regolamentato dal governo federale. Tale inerzia non tiene conto di un rapporto del 1993 prodotto dal National Toxicology Program, nel quale si rilevava che il talco ad uso cosmetico, privo di qualsiasi fibra tipo-asbesto, provocava tumori in soggetti animali. A quanto pare, indipendentemente dalla presenza di fibre tipo-asbesto, la polvere di talco ad uso cosmetico è un agente cancerogeno.²¹ Occasionalmente, il talco si può anche depositare nei nostri polmoni, provocando disordini respiratori e potenzialmente cancro del polmone.

Il **sodium lauryl sulphate (SLS)** viene comunemente impiegato nella produzione di shampoo, balsami per capelli, dentifrici e, virtualmente, di qualsiasi soluzione per la pulizia personale. L'SLS è un potente acido detergente, comunemente impiegato anche come sgrassatore dei motori! Immaginate, dunque, quello che potrebbe fare al vostro corpo. Può provocare irritazioni agli occhi e persino danni oculari permanenti, specialmente nei bambini, eruzioni cutanee, perdita dei capelli, squamazione dell'epidermide ed ulcerazioni della bocca. Quando combinato con altri ingredienti, l'SLS può inoltre formare nitrosamine cancerogene. Penetra agevolmente attraverso la pelle e si può depositare nel cuore, nei polmoni, nel fegato e/o nel cervello.

Il **padimate-O**, altrimenti noto come **octyl dimethyl e PABA**, è un comune ingrediente delle lozioni solari. Come la DEA, è un agente liberatore di nitrosamina. Vi sono crescenti timori riguardo al fatto che l'energia assorbita da questa lozione solare si trasformi in radicali liberi, che quindi possono effettivamente aumentare il rischio di cancro della pelle. Una situazione davvero ironica, un amletico usare o non usare!

Studi basati su animali ed esseri umani indicano che, nel periodo in cui la tintura rimane a contatto col cuoio capelluto, l'organismo assorbe rapidamente attraverso la pelle le sostanze chimiche presenti.

L'**alcol o isopropile** è un solvente e denaturante velenoso, vale a dire che può modificare la struttura di altre sostanze chimiche. Utilizzato in tinture leggere per capelli, prodotti per massaggio, creme per le mani, dopobarba e profumi, può provocare nausea, vomito, mal di testa, vampate e depressione; inoltre rende secchi i capelli e provoca lacerazioni nella superficie cutanea, che possono favorire la crescita batterica.

Le **fragranze** utilizzate nei profumi e in molti altri prodotti per la cura del corpo sono solitamente a base di petrolio; possono provocare mal di testa, vertigini, eruzioni, problemi respiratori, vomito, irritazioni cutanee e sensibilità chimica multipla. Malauguratamente, la FDA non richiede ancora ai produttori di profumi di informare i consumatori sulle sostanze chimiche tossiche presenti nei loro prodotti.

Il fatto che, diversamente dai prodotti commestibili, i cosmetici vengano realizzati per avere una lunga vita di scaffale, contribuisce alla loro tossicità ed alla potenzialità di comportarsi come agenti cancerogeni. In questi composti a base chimica (definirli cosmetici dopo aver saputo cosa sono realmente è alquanto ingenuo) continuano a formarsi nitriti, e questo grazie ad altre so-

stanze chimiche come formaldeide, paraformaldeide, tiocianato, nitrofenoli e determinati sali metallici.²²

Altre prove? Un caso emblematico...

La lista di cui sopra è meramente indicativa. Non la si dovrebbe considerare minimamente in quanto elenco esauriente delle sostanze chimiche tossiche presenti nei cosmetici e nei prodotti per la cura del corpo. Il concetto è quello di stare in guardia, di comprendere che la nostra ignoranza ha permesso ai produttori dei suddetti prodotti di farla franca praticamente su tutta la linea.

A tale proposito, per sottolineare nuovamente la gravità della situazione, vi sottopongo una ricerca scientifica a sostegno del legame fra il cancro e l'impiego di tinture per capelli permanenti o semipermanenti. Studi basati su animali ed esseri umani indicano che, nel periodo in cui la tintura rimane a contatto con il cuoio capelluto, l'organismo assorbe rapidamente attraverso la pelle le sostanze chimiche presenti nelle tinture permanenti o semipermanenti; quindi un impiastro di tintura sul vostro cuoio capelluto può risultare più nocivo di quanto riusciate ad immaginare.

Dati soli 30 minuti di contatto con il cuoio capelluto (che, tengerlo a ribadire, deve essere considerato un'estensione della vostra cute), con l'andare degli anni potreste assorbire sostanze cancerogene sufficienti a provocare l'insorgenza del cancro in età matura. Già negli anni '70 alcuni studi rilevarono connessioni fra l'impiego di tinture per capelli e cancro al seno; uno studio risalente al 1976 riportava che su 100 pazienti affette da cancro al seno, 87 avevano utilizzato a lungo tinture per capelli.²³

Successivamente, nel 1979, uno studio eseguito negli USA rilevò un significativo rapporto di relazione fra frequenza e durata di impiego di tinture per capelli e cancro al seno, a conferma di quanto ritenuto in precedenza.²⁴ I soggetti più a rischio erano le donne di età compresa fra i 50 e i 79 anni, ad indicare che il cancro provocato da tale esposizione impiega alcuni anni a svilupparsi. Di conseguenza, le donne che avevano iniziato a tingersi i capelli intorno ai 20 anni presentavano un rischio doppio rispetto a quelle che avevano cominciato intorno ai 40, per la semplice ragione che avevano esposto sé stesse ad un maggior quantitativo di tossine.

Un altro studio, pubblicato nel 1980, rilevò che le donne che si tingono i capelli per cambiarne il colore, diversamente da quelle che seguono la prassi di mascherare i capelli grigi, presentavano un rischio tre volte superiore, forse a causa dei colori utilizzati (più intensi) e del tempo necessario per le successive applicazioni (una durata più lunga comporta maggiore contatto fra il cuoio capelluto e la tintura/colore).²⁵

In seguito uno studio, finanziato congiuntamente dalla American Cancer Society e dalla FDA, riconobbe nelle utilizzatrici di tinture per capelli un aumento, pari a quattro volte, di cancri relativamente insoliti, fra cui linfomi non-Hodgkin e mielomi multipli.²⁶

Questi studi inoltre confermano l'assunto che le tonalità più scure delle tinture per capelli permanenti e semipermanenti, ad esempio i colori nero, castano scuro o rosso, aumentano il rischio di cancro.²⁷

A quanto pare non riusciamo a liberarcene...

Evidentemente i cosmetici, presumibilmente prodotti di bellezza, non sono poi così piacevoli in termini di benessere del nostro organismo. Le tossine in essi presenti costituiscono un rilevante problema sanitario, e non solo in virtù dell'esposizione diretta cui siamo sottoposti. Potreste decidere di rinunciare all'intera gamma dei vostri cosmetici e correreste comunque il rischio, quantunque significativamente inferiore – posto che viviate in un ambiente relativamente salubre, il che non è una condizione di cui tutti noi abbiamo la fortuna di usufruire – di essere contaminati da tossine.

Il problema è che, una volta utilizzate, le tossine presenti nei cosmetici e nei prodotti per la cura del corpo si disperdono nell'ambiente. L'acqua saponata, i risciacqui degli shampoo e simili finiscono negli scarichi e quindi nelle fognature, contaminando in tal modo i corsi d'acqua e il suolo ed avvelenando piante e forme di vita marine. Una volta rilasciate nell'ambiente, queste sostanze chimiche si fanno strada nelle nostre case attraverso la catena alimentare e spesso la loro ricomparsa avviene in una forma di intensità accresciuta. Date le nostre crescenti inquietudini collettive riguardanti le tossine presenti negli alimenti, da un certo punto di vista è ironico scoprire che la nostra predilezione per i cosmetici può aggravare il problema.

Tuttavia la nostra maggiore consapevolezza non deve essere motivo di sconforto. La necessità del momento è quella di essere consapevoli e di diffondere tale consapevolezza sino a quando la nostra società non si rivolgerà ai produttori di questi prodotti tossici, chiedendo risposte e una soluzione permanente del problema.

E adesso?

La locuzione "soluzione permanente" può apparire vagamente superficiale, visto l'autentico cocktail

chimico che è stato e continua ad essere testato per impieghi futuri sulla nostra delicata epidermide vivente. Il punto opinabile è il seguente: quanto ad alternative, abbiamo davvero a disposizione una scelta realistica? Quanto valide (o nocive) sono le cosiddette alternative?

Questo richiede un ampliamento della nostra nuova consapevolezza.

Molte aziende produttrici hanno, per così dire, letto l'avviso sul muro, e stanno apparentemente commercializzando prodotti "naturali". Non sono tutte opzioni legittime. In certi casi si tratta, almeno così si dice, di vino vecchio in una bottiglia nuova e con un'altra etichetta. Non esistono standard che definiscano il termine "naturale". Quindi l'unico modo per sapere cosa state acquistando è quello di leggere le minuscole note stampate sull'etichetta del prodotto.

Non è certo una sorpresa che molti dei cosiddetti prodotti "naturali" contengano anch'essi sostanze chimiche. Di conseguenza, l'opzione migliore è quella di compilare una lista di ingredienti pericolosi e delle analoghe alternative più sicure, facendone circolare copie presso familiari, amici e conoscenti.

Da qui dove si arriva? Determinati gruppi di tutela dei consumatori hanno inaugurato siti web, come Skin Deep,²⁸ che funge

Il problema è che, una volta utilizzate, le tossine presenti nei cosmetici e nei prodotti per la cura del corpo si disperdono nell'ambiente.

da guida interattiva sulla sicurezza dei prodotti per la cura del corpo. Il database consultabile di Skin Deep, ad esempio, riporta marca per marca graduatorie di sicurezza ed informazioni dettagliate su oltre 14.000 fra shampoo, lozioni, deodoranti, creme solari ed altri prodotti di quasi 1.000 marche. Questo servizio è stato impostato dall'Environmental Working Group, partner della Campaign for Safe Cosmetics, ad uso tanto dei consumatori quanto dei produttori, con l'intento di indurre entrambi ad optare per composizioni alternative autenticamente più sicure.²⁹

L'ultima novità: naturalismo

Al termine della giornata dovete scegliere quale crema per la notte applicare per incentivare la bellezza. Ma fate attenzione perché, mentre il vostro corpo cerca di ringiovanire durante la notte, forse la maschera applicata sul vostro viso filtra attraverso la cute e si insedia stabilmente nell'organismo, solo per provocare disastri in futuro; magari il vostro riposo di bellezza opera più efficacemente il proprio miracolo senza ausilio complementare.

Spesso il grazioso volto riportato sui prodotti di bellezza non

sa o non si interessa di quello che propaganda. La pubblicità è un racket finanziario e la cosa migliore da farsi è stare alla larga dalle sue grinfie. Scegliete con attenzione prodotti che utilizzano davvero ingredienti naturali che riconoscete – o, meglio ancora, acquistate un buon libro di ricette fai-da-te, considerate l'ipotesi di costituire un gruppo con i vostri amici e diletatevi a creare (ed utilizzare) shampoo, creme, saponi, lozioni, etc. di vostra produzione.³⁰

Quando sono in gioco la salute e il benessere personali e dei propri cari, non vi sono limiti alla distanza che potete coprire. In questo caso percorrere un pezzetto di strada in più vi allontanerà di molto da malattie e sventure. ∞

A proposito dell'Autrice:

Charu Bahri, scrittrice ed autrice indipendente, vive in India; lavora part-time anche per un'organizzazione di beneficenza nel settore sanitario. Charu propugna energicamente uno stile di vita improntato ad un'esistenza semplice e salubre. Per contatti, charubhari@gmail.com.

Note:

1. Hearn, Kelly, "Chemical Soup and Federal Loopholes", AlterNet, postato l'11 marzo 2005, <http://www.alternet.org/envirohealth/21468/>; vedere inoltre Lewis, Carol, "Clearing Up Cosmetic Confusion", http://www.fda.gov/fdac/features/1998/398_cosm.html
2. "Avoiding toxic cosmetics", 5 settembre 2003, presso <http://www.ecocycle.org/askeco-cycle/20030905.cfm>
3. Hearn, ibid.
4. http://www.leginfo.ca.gov/pub/bill/asm/ab_0901-0950/ab_908_bill_20060131_history.html
5. "Industry Kills Bill to Inform Public of Toxic Cosmetics", pubblicato il 26 agosto 2004, <http://www.exodnews.com/california/California063.htm>
- z7. Swan, Shanna, San Francisco Chronicle, <http://www.sfgate.com/cgi-bin/article.cgi?file=/chronicle/archive/2006/01/09/EDGMKGJGL61.DTL>
8. Hearn, ibid.
9. Citato presso <http://www.healthy-communications.com/96citizenspetitiondea.html> ed in National Toxicology Program, "Seventh Annual Report on Carcinogens", US Department of Health and Human Services, Rockville, MD, 1994, <http://ntp.niehs.nih.gov:8080/query.html?qt=7th+Annual+Report+on+Carcinogens&col=005main&charset=iso-8859-1>
10. *J Nat Cancer Inst* 1981; 66:125-7; *Toxicol Lett* 1979; 4:217-22
11. IARC Monographs Database on Carcinogenic Risks to Humans 1978; 17:77-82, presso <http://monographs.iarc.fr/ENG/Monographs/vol17/volume17.pdf>
12. IARC, aggiornamento del 27 marzo 1998, <http://monographs.iarc.fr/ENG/Monographs/vol17/volume17.pdf>
13. Vedere la sezione "Nitrosamines" presso <http://www.cfsan.fda.gov/~dms/cos-hdb3.html>
14. 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>
15. Lijinsky, W., *Chemistry and Biology of N-Nitroso Compounds*, Cambridge University Press, New York, 1992

16. National Toxicology Program, "Eleventh Annual Report on Carcinogens", 2005, sommario presso <http://ntp.niehs.nih.gov/ntp/roc/eleventh/profiles/s126nitr.pdf>; vedere inoltre <http://ntp.niehs.nih.gov/ntp/roc/toc11.html>
17. "Toxic Cancer-Causing Chemicals in Toiletries", http://www.health-report.co.uk/harmful_toxic_toiletries_chemicals_cancer_causing.html
18. 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>
19. Chen, Ruoling, MD, PhD, e Anthony Seaton, MD, FRCP, FFOM, "A Meta-Analysis of Painting Exposure and Cancer Mortality", Department of Environmental & Occupational Medicine, Medical School, University of Aberdeen, UK, <http://www.cancerprev.org/Journal/Issues/22/6/296>
20. Jelovsek, Frederick R., MD, "Perineal Powder and Pads May Cause Problems", <http://www.wdxcyber.com/nvulva02.htm>
21. Cancer Prevention Coalition, "Risks of Talcum Powder", <http://www.preventcancer.com/consumers/cosmetics/talc.htm>
22. *Science* 1973; 182:1245-6; *J Nat Cancer Inst* 1977; 58:409; *Nature* 1977; 266:657-8; *Food Cosmet Toxicol* 1983; 21:607-14; vedere inoltre http://www.preventcancer.com/press/petitions/oct22_96.htm
23. *NY State J Med* 1976; 76:394-6
24. *J Nat Cancer Inst* 1979; 62:277-83
25. *J Nat Cancer Inst* 1980; 64:23-8
26. *J Nat Cancer Inst* 1994; 215-310
27. "Toxic Cancer-Causing Chemicals in Toiletries", ibid.
28. <http://www.ewg.org/reports/skindeep/>
29. <http://www.ewg.org/reports/skindeep/?key=nosign>
30. Erickson, Kim, *Drop Dead Gorgeous: Protecting Yourself from the Hidden Dangers of Cosmetics*; Falconi, Dina, *Earthly Bodies and Heavenly Hair*; Cox, Janice, *Natural Beauty* – come suggerito presso <http://www.ecocycle.org/askeco-cycle/20030905.cfm>