



¿Son sanos tus cosméticos?

Información importante para adolescentes



Belleza antigua



Por miles de años, la gente ha usado cosméticos y otros productos de cuidado corporal para aumentar su belleza y bienestar. Los antiguos egipcios se aplicaban aceites perfumados y cremas para suavizar su piel, y se ponían maquillaje natural

hecho con plantas y minerales. En el mundo actual, podemos elegir miles de productos de cuidado corporal, y un adolescente promedio norteamericano usa ¡entre 10 y 25 productos de cuidado personal por día! Estos artículos incluyen la pasta dental, el champú y el acondicionador, jabón, loción, desodorante, loción solar, talco, rímel, lápiz de labios, gel para el cabello, esmalte de uñas y perfume.

Dosis diaria de veneno



Muchos de los productos que usamos para limpiarnos o vernos más atractivos contienen sustancias químicas tóxicas dañinas que son malas para nuestra salud.

Nos ponemos esas sustancias químicas en la boca, pintamos nuestras caras con ellas y los frotamos por nuestra piel y cuero cabelludo. Desgraciadamente, ¡estamos envenenándonos sin saberlo!

En promedio, nuestros cuerpos absorben más de 200 sustancias químicas diferentes provenientes de los productos de cuidado personal. De hecho, un 70% de los productos de cuidado personal que utilizamos diariamente entra a nuestros cuerpos de diferentes formas. Podemos absorber esos productos a través de la piel (como cuando nos ponemos lápiz de labios o usamos desodorante), podemos



respirarlos (como cuando nos ponemos perfume o usamos fijador de pelo) o incluso podemos tragarlos en pequeñas cantidades (como cuando nos cepillamos los dientes o usamos blanqueadores dentales).



Todo suma

Cuando un producto de cuidado personal contiene un ingrediente tóxico, por lo general sólo es una cantidad pequeña, así que usar algo de perfume un día no dañará

nuestra salud. Sin embargo, ponerse perfume repetidamente, además de los 10 a 25 productos restantes que usan la mayoría de los adolescentes diariamente, incrementa enormemente la exposición a las sustancias químicas dañinas a lo largo de la vida. Todas esas exposiciones a las sustancias químicas se suman o **acumulan** y afectan negativamente nuestra salud a largo plazo.

¿Por qué los cosméticos tienen sustancias químicas nocivos?



Las sustancias químicas que se usan en los cosméticos pueden tener distintas funciones y se utilizan en otros productos y aplicaciones distintas.

Aunque no todas las sustancias químicas son nocivas para la salud, muchas lo son. Por ejemplo, el **formaldehído** es muy conocido como conservante en los laboratorios médicos y como fluido para embalsamar cadáveres. Pero, también se usa en algunos esmaltes de uñas, como desinfectante y conservante. Desafortunadamente, el formaldehído puede dañar nuestro ADN y también se sospecha que

puede causar cáncer en los humanos.

El **tolueno** es una sustancia química usada comúnmente en los disolventes para pinturas y en los adhesivos industriales. Los productos industriales con tolueno generalmente tienen una etiqueta de advertencia que indica usar el producto con buena ventilación y evitar su contacto con la piel. A pesar de tales advertencias, sorprendentemente el mismo químico también se usa en los esmaltes de uña y en tinturas de cabello que aplicamos directamente sobre el cuerpo. El tolueno es causante potencial de cáncer y puede causar daños al hígado. Sin embargo, ¿cuándo fue la última vez que viste una etiqueta de advertencia de tolueno en tu esmalte de uñas?

Sustancias químicas no investigadas: una apuesta de riesgo



Hay ciertas sustancias químicas, como el formaldehído y el tolueno, que sabemos que son peligrosas para nuestra salud, y sin embargo las permiten en los cosméticos. ¿Es

igualmente alarmante que en los cosméticos hay miles de sustancias químicas sobre las que no sabemos nada! Las investigaciones independientes han demostrado que *un tercio* de todos los productos de cuidado personal contienen uno o más ingredientes venenosos clasificados como sustancias químicas posiblemente causantes del cáncer o como toxinas reproductivas.

¿Por qué no hay reglas?



A pesar de los peligros conocidos de ciertas sustancias químicas, no hay investigaciones de salud ni seguridad sobre las sustancias químicas que se

encuentran en nuestros cosméticos y productos de cuidado personal, por más que el gobierno regula muchos otros productos que usamos diariamente. Por ejemplo, la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus

siglas en inglés, Food and Drug Administration) tiene la responsabilidad de proteger nuestra salud asegurando la seguridad de los medicamentos. La FDA investiga rigurosamente todos los medicamentos antes de entregarlos al público y se asegura de que todos los fabricantes de medicamentos etiqueten sus productos en una forma específica. Sin embargo, a diferencia de los medicamentos, no existe ninguna agencia gubernamental que apruebe que los cosméticos y productos de cuidado personal sean inocuos antes de que los pongan a la venta.. Como resultado, las compañías de cosméticos pueden poner cantidades ilimitadas de sustancias químicas en los productos de cuidado personal, sin tener que investigarlos, monitorear sus efectos sobre la salud, o usar etiquetas adecuadas.

Europa lidera con el ejemplo



La Unión Europea (U.E.) ahora prohíbe más de 1,000 sustancias químicas en los cosméticos, porque pueden causar cáncer, defectos congénitos o problemas reproductivos. Es alarmante que, sólo nueve sustancias químicas están prohibidas en los Estados Unidos para su uso en cosméticos. La U.E. tiene estándares específicos de etiquetado de productos cosméticos para que los consumidores sepan qué ingredientes están usando. Desafortunadamente, actualmente no hay estándares en los EE.UU. para el etiquetado de ingredientes de cosméticos.

Fuerzas de cambio en casa



A pesar de la resistencia de las compañías de cosméticos, muchas personas en todos los Estados Unidos están trabajando para que los cosméticos seguros sean una realidad para todos. En 2002, la Campaña para los Cosméticos Seguros se formó como una coalición nacional de grupos de salud pública, educación, religión, trabajo, ambiente para las mujeres y consumidores, buscando reducir

gradualmente el uso de sustancias tóxicas en los productos de cuidado personal. Puedes aprender más e involucrarte visitando

<http://www.safecosmetics.org>.

Actúa localmente



Los adolescentes de todo el país están entrando en acción, desenmascarando la verdad oculta detrás de los productos de cuidado personal venenosos. Hay muchas cosas que puedes hacer dentro de tu

comunidad para correr la voz acerca de los cosméticos seguros. Informa a tus padres y a tu familia, y concienzialos acerca de nuestro derecho a una buena salud; contacta con las compañías de cosméticos directamente y pídeles que reemplacen los ingredientes tóxicos con alternativas más seguras, o escribe una carta a tus oficiales de gobierno local, instándoles a que respalden cualquier legislación sobre cosméticos seguros.

Tu derecho a un cuerpo sano



Las sustancias químicas industriales no deben estar en los cosméticos ni en nuestros cuerpos. Protege tu salud y minimiza la cantidad de venenos a los que estás

expuesto por los cosméticos. Lee las etiquetas de ingredientes de los cosméticos y productos de cuidado personal. Aprende más acerca de los productos que usas en

<http://www.ewg.org/skindeep/>

