

KONTROWERSYJNE SKŁADNIKI KOSMETYKÓW W CODZIENNEJ PIELEGNACJI SKÓRY CZ. IV

Wokół preparatów z filtrami przeciwsłonecznymi powstało wiele mitów. W IV części cyklu „Kontrowersyjne składniki kosmetyków w codziennej pielęgnacji skóry” omówimy przede wszystkim te związane z ich codzienną aplikacją. Bez wątpienia, krem z filtrami stanowi najważniejszy filar w profilaktyce anti-aging. Dr Leslie Baumann w książce „Dermatologia estetyczna” zaznacza, że ze wszystkich zasad dotyczących pielęgnacji skóry ta jest najważniejsza, ponieważ właściwa ochrona przed słońcem ma ogromne znaczenie dla jej wyglądu w przyszłości. Krem dzienny powinien różnić się od kremu nocnego przede wszystkim tym, że zawiera filtry UV. Bez tego elementu pielęgnacji daremne okazałyby się wszelkie wydatki na pozostałe produkty pielęgnacyjne i zabiegi kosmetyczne. Promieniowanie UV jest główną przyczyną nowotworów skóry, zewnątrzpochodnego starzenia się skóry, zmarszczek i plam barwnikowych. Dlaczego więc, pomimo wiedzy na ten temat, wciąż nie doceniamy znaczenia aplikacji filtrów w codziennej rutynie pielęgnacyjnej?

APLIKACJA FILTRÓW VS. APLIKACJA W WARUNKACH LABORATORYJNYCH

Międzynarodowa norma dotycząca ilości filtra na jednostkę powierzchni skóry, wymagana w celu dokonania pomiaru SPF, wynosi 2 mg/cm² skóry. Osiągnięcie tej grubości na całym ciele oznacza zużycie ok. 30 ml filtra. W przypadku twarzy jest to ok. 1,5 ml, w zależności od gęstości preparatu. Puder do twarzy uniemożliwia nałożenie ilości odpowiadającej 2 mg/cm², która jest stosowana do ustalenia wartości SPF. Przeciętna twarz ma powierzchnię 600 cm², dlatego należałoby nałożyć na nią ok. 1,2 g pudru, aby osiągnąć ustalony na etykiecie produktu poziom SPF. Tymczasem większość kobiet aplikuje ok. 0,085 g pudru. Podsumowując, trzeba by go użyć 14 razy więcej, aby należycie zabezpieczyć skórę przed działaniem słońca. Badania wykazały, że uzyskujemy średnio 20-50% SPF z etykiety produktu, ponieważ nie nakładamy wystarczająco grubej warstwy, takiej jaka jest aplikowana na skórę w warunkach laboratoryjnych. Dlatego warto rekomendować

filtry z jak najwyższym, tolerowanym przez daną osobę SPF, aby wspomniane braki zrekompensować [1]. Badania laboratoryjne potwierdzają, że po dwóch godzinach od aplikacji preparatu następuje jego rozwarstwienie, co oznacza, że filtr słoneczny nie zapewnia już takiej ochrony, jaka wynika z deklarowanego na etykiecie wskaźnika SPF. Uzyskanie odpowiedniej ochrony przed promieniowaniem wymaga zatem częstej, ponownej aplikacji kosmetyku. Jednak jeśli większą część dnia spędzamy w pomieszczeniu, nasza skóra jest nadal w dużym stopniu zabezpieczona.

FILTRY PRZED I PO ZABIEGACH ZŁUSZCZAJĄCYCH

W celu uniknięcia przebarwień pozapalnych PIH (*post-inflammatory hyperpigmentation*) oraz ryzyka powstania powikłań, zarówno przed, jak i po zabiegach złuszczeniowych, niezbędna jest aplikacja preparatów zawierających filtry, również w pochmurne dni. Zakres ochrony powinien obejmować szerokie spektrum promieniowania z zakresu UVB (290-320 nm) i UVA (320-400 nm).

Coraz więcej preparatów chroni również przed promieniowaniem podczerwonym IR, o najdłuższej długości fal (780-1500 nm), które potrafi wnikać głęboko w skórę, zwiększając jej nagrzanie, co jest znaczące w przypadku terapii skór z trądzikiem różowatym.

ŹRÓDŁO

1. Stokes R, Diffey B. How well are sunscreen users protected? *Photodermatology, Photoimmunology & Photomedicine* 1997;13:186



Aleksandra Czarnota
kosmetolog, główny szkoleniowiec i specjalistka ds. segmentu kosmetyki profesjonalnej marki Janssen Cosmetics. Autorka programów szkoleniowych z zakresu kosmetyki estetycznej i pielęgnacyjnej oraz procedur dermatokosmetycznych. Ekspertka ds. kosmetyki anti-aging, ze szczególnym uwzględnieniem mechanizmów starzenia się skóry, strategii zapobiegania temu procesowi oraz manualnych terapii i programów zabiegowych stymulujących i regenerujących skórę. Trenerka Międzynarodowej Konfederacji CIBTAC (*Confederation International Beauty Therapy and Cosmetology*). Autorka specjalistycznych artykułów w profesjonalnych czasopiśmie branżowych



Janssen Cosmetics Polska
ul. Krośnieńska 17/2L
35-505 Rzeszów
T: +48 17 740 15 10
E: biuro@janssen-cosmetics.com
W: janssen-cosmetics.pl