



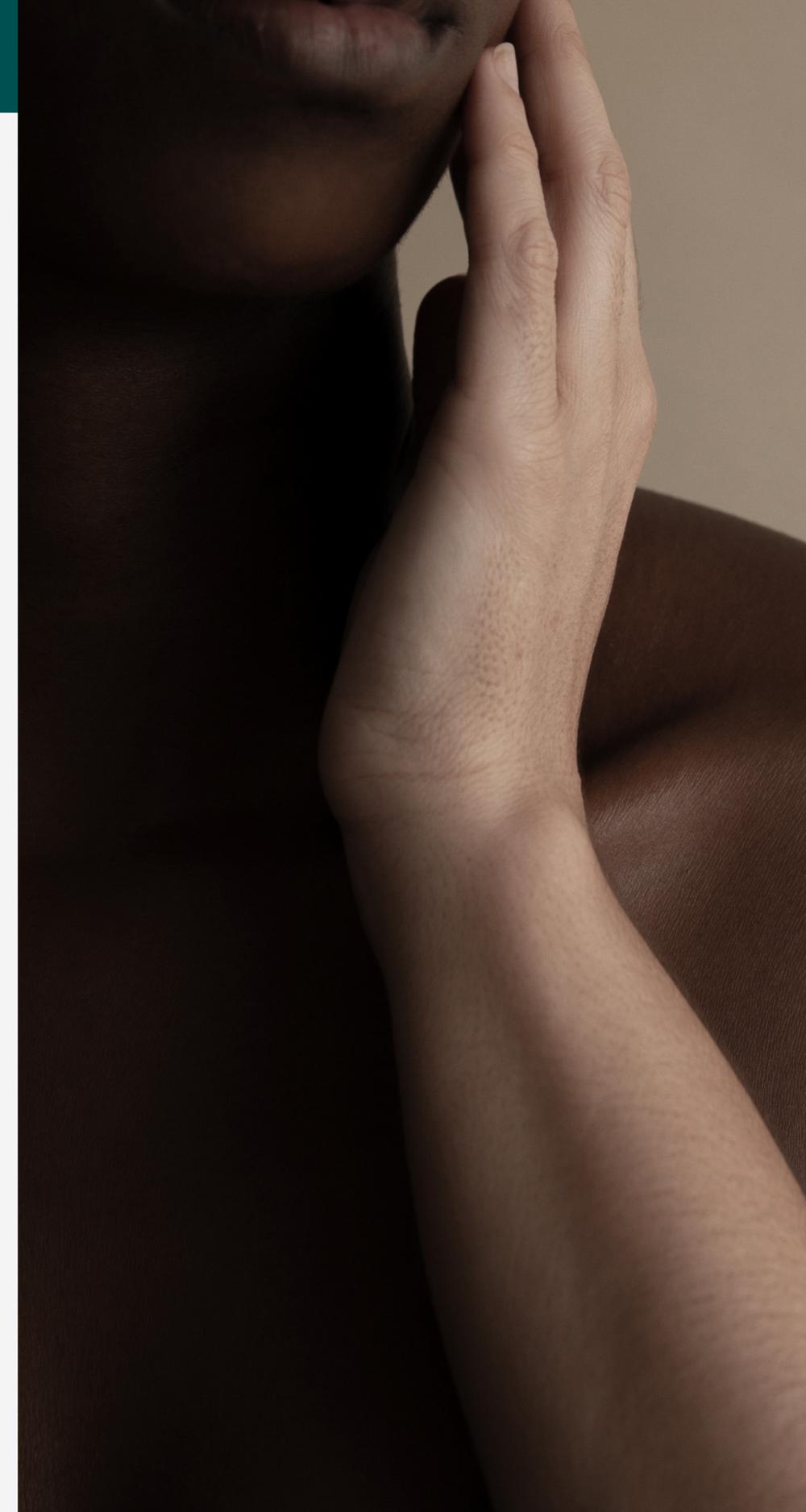
SEU GUIA EXCLUSIVO

Para uma Beleza Consciente e Segura

Nossa jornada em busca de bem-estar, beleza e saúde é constante. Sabemos o quanto é importante estar bem informada sobre os produtos que usamos todos os dias, especialmente quando se trata de nossa pele, nosso maior órgão e, talvez, o mais delicado.

Pensando nisso, dedicamos tempo e amor à criação de um material único, pensado especialmente para você: um guia detalhado sobre os ingredientes que merecem nossa atenção antes de figurarem em nossa rotina de beleza.

Este não é apenas mais um guia. Ele é o resultado de extensas pesquisas científicas e do incansável trabalho de organizações independentes dedicadas à saúde e segurança em cosméticos. Com ele, você terá nas mãos (e no celular!) uma lista criteriosamente elaborada dos ingredientes que podem estar escondidos em seus cosméticos favoritos, mas que talvez não sejam tão favoráveis à sua saúde.





Cada substância foi minuciosamente avaliada e apresentada em três formas: seu nome em inglês, em português e como aparece nas rotulagens (INCI), facilitando sua identificação nos produtos. Além disso, compartilhamos os usos mais comuns desses ingredientes e os riscos associados a eles, sempre baseados em evidências científicas.

Consideramos este guia um passo fundamental em direção a uma beleza mais consciente, segura e alinhada com os valores que nos unem na Humã. Ele reflete nosso compromisso não apenas com a beleza, mas com a saúde e o bem-estar de nossa comunidade.

Esperamos que este guia seja um aliado valioso em sua jornada por escolhas mais informadas e seguras. Porque a beleza verdadeira, acreditamos, reside na harmonia entre o bem-estar interno e externo.

A lista dos 15:

AMIANTO

Cancerígeno, ligado a câncer de pulmão quando inalado. É encontrado em produtos como maquiagem em pó ou em talco para bebês que contenham *talc* na composição. Normalmente é contaminante do talco, não um ingrediente em si. Por isso, evite os produtos com talco na composição.

BHA E BHT

(Butylated Hydroxyanisole, Butil-hidroxianisol) e (Butylated Hydroxytoluene, Butil-hidroxitolueno) Usados principalmente como conservadores em hidratantes e maquiagens. Suspeitos de causar câncer (BHA) e interferir no funcionamento hormonal. Nocivos a peixes e outros animais e plantas selvagens.

CHUMBO

(Lead acetate ou lead)
Usado como fixador ou corante em cosméticos com alta pigmentação, como tintas de cabelo e batom. É uma neurotoxina, cancerígena e cumulativa no corpo, podendo causar intoxicação.

CORANTES DE ALCATRÃO DE HULHA

(Coal tar dyes)
Procure por P-Phenylenediamine (P-Fenilenodiamina) em tinturas para cabelo e por cores identificadas como "C.I." e seguidas por cinco dígitos em outros produtos. São potenciais causadores de câncer e podem estar contaminados com metais pesados.

DEA, COCAMIDE DEA, MEA E TEA DEA

(Diethanolamine, Dietanolamina), cocamide DEA, MEA (Monoethanolamine, Monoetanolamina) e TEA (Triethanolamine, Trietanolamina) encontrados em produtos cremosos e que formam espuma, como hidratantes e xampus. Podem reagir e formar nitrosaminas, que são causadoras de câncer. Nocivos a peixes e outros animais e plantas selvagens.

DIBUTILFTALATO

(DIBUTHYL PHTHALATE)
Usado como plastificante em alguns produtos para as unhas.
É tóxico para o sistema reprodutivo e pode interferir no funcionamento hormonal. Nocivo a peixes e outros animais e plantas selvagens.

FORMALDEÍDO E LIBERADORES DE FORMOL

Formaldeh yde-releasing preservatives (conservantes que liberam Formaldeído). Procure por DMDM Hydantoin (DMDM Hidantoína), Diazolidinyl Urea (Diazolidinil Ureia), Imidazolidinyl Urea (Imidazolidinil Ureia), Methenamine (Metenamina) ou Quaternium-15 (Quatérnio-15)
Usados em uma grande variedade de cosméticos como esmaltes de unhas e xampus. Liberam uma quantidade pequena de formol muito devagar. O formaldeído é cancerígeno, causa dermatite de contato e enxaqueca.

PARABENOS

Paraben (Parabeno), Methylparaben (Metilparabeno), Butylparaben (Butilparabeno), Propylparaben (Propilparabeno)
Parabenos são usados como conservantes em todos os tipos de cosméticos. Podem interferir no funcionamento hormonal. Associados ao câncer de mama.

PERFUME OU FRAGRÂNCIA

(Parfum ou Fragrance)

Usado mesmo em produtos "sem perfume". Mistura de compostos químicos (pode chegar a 5.000 ingredientes!) que podem provocar alergias e asma. Alguns estão relacionados a câncer e neurotoxicidade. Alguns são nocivos a peixes e outros animais e plantas selvagens.

PEGS

(Polyethylene Glycol, Polietilenoglicol)

Amplamente usado em condicionadores, hidratantes, desodorantes etc. Pode estar contaminado por 1,4-Dioxane (1,4-Dioxano), que tem potencial cancerígeno.

PETROLATOS

Petrolatum (Petrolato)

Encontrado em produtos para o cabelo, protetores labiais, batons, produtos para a pele. Produto derivado de petróleo que pode estar contaminado por impurezas causadoras de câncer. Cria uma camada superficial que impede a pele e o cabelo de respirar, obstrui os poros. Procure por Petroleum oil (Petróleo), Petroleum Jelly (Óleo de Vaselina), Petrolatum (Petrolato), Mineral oil (Óleo Mineral), Mineral Jelly (Geleia Mineral), Liquid Paraffin (Parafina Líquida).

PLÁSTICOS E PLASTIFICANTES

Encontrados em produtos para o cabelo, esfoliantes e até creme dentais.

Usados para adicionar viscosidade e abrasão (no caso das microesferas de plástico). Afetam os hormônios e estão ligados ao câncer. Absorvem toxinas e poluem água, animais selvagens, a cadeia inteira. Procure por lychyon: (Polietileno), Polythene (Polireno), PE ou Phenox yethanol (Fenoxietano), Phthalates (Ftalatos).

SILICONES

Siloxanes (Siloxanos): Cyclotetrasiloxane, cyclopentasiloxane, cyclohexas yloxane e Cyclomethicone (Ciclometicone)

Silicones usados em cosméticos para suavizar, alisar o toque, normalmente em hidratantes para pele e cabelo. Podem interferir nas funções hormonais e causar danos ao fígado. Nocivos a peixes e outros animais e plantas selvagens.

SULFATOS

Sodium Laureth Sulphate (SLES, Lauril Éter Sulfato de Sódio) e Sodium Lauryl Sulphate (SLS, Lauril Sulfato de Sódio)

Encontrados em produtos que formam espuma como xampus, sabonetes líquidos, espumas para banho. Ressecam a pele e podem causar alergias e dermatites. SLES pode estar contaminado por 1,4-Dioxane (1,4-Dioxano), que pode causar câncer. SLS pode causar danos ao fígado. São nocivos a peixes e outros animais e plantas selvagens.

TRICLOSAN

(Triclosano)

Em produtos bactericidas como cremes dentais, sabonetes, desinfetantes para as mãos, pode interferir no funcionamento hormonal e contribuir para a formação de bactérias resistentes a antibióticos. Nocivo a peixes e outros animais e plantas selvagens. Pessoas com espinhas persistentes ao longo da vida podem ter alergia ao triclosan.

Este material foi inspirado no livro Uma Vida sem Lixo,
de Cristal Muniz, criadora do blog Um Ano sem Lixo.

H

H U M A

C O S M É T I C A

"Na essência de cada escolha consciente, jaz o poder de transformar nossa saúde, beleza e o mundo ao nosso redor."

@humacosmetica
www.humacosmetica.com

