

Pěna do koupele ovoněná levandulí?

KLOPÍM ZRAK A ŤUKÁM SI NA ČELO!

S FORMULÁTKOU KOSMETIKY LENKOU PRŮŠOVOU JSME SE MĚLY POTKAT V KAVÁRNĚ A VŠECHNY TY INTERESANTNÍ ZÁLEŽITOSTI PROBRAT U KAFE. ALE SVĚT SE OTOČIL TROCHU JINÝM SMĚREM, A TAK JSME SI POVÍDALY PŘES E-MAIL A TELEFON A STÁTEM NAŘÍZENOU KARANTÉNU A BEZ PODÁNÍ RUKY...



Nebyly jsme samy, kdo si nemohl podat ruku a popovídat si u jednoho stolu. V posledních týdnech jsme se ale snad všichni naučili správně si mýt ruce a používáme antibakteriální a dezinfekční mýdla...

Řeknete mi, jaký je mezi nimi rozdíl?

Ve své podstatě se jedná z hlediska účinku o rovnocenné pojmy. Kvalita takových přípravků ale může být rozdílná. Zde už ale nejsme v kategorii kosmetika, ale v kategorii biocidů.

Asi těžko ale poznám, jestli jsem koupila kvalitní, nebo nekvalitní dezinfekční mýdlo, že? Zvlášť když se jich v posledních týdnech vyrojilo na trhu spousta...

Pozná to vaše pokožka při používání. Dezinfekční účinek je věc jedna, výrobek by měl tuto funkci splnit. Lze udělat ale něco, co sice dezinfikuje, ale nemusí to nutně znamenat optimální kompozici z hlediska vysušování a podobně. Jako všude jinde, máme produkty lepší i horší. Bohužel...

Má z vašeho pohledu dlouhodobé používání dezinfekčních mýdel a gelů nějaká rizika?

Stejná jako u jakéhokoli jiného přípravku, který budeme používat dlouhodobě. Můžeme, ale nemusíme, mít časem alergii. Je to opravdu individuální. I dezinfekční mýdlo nemusí nadměrně vysušovat a alergii může indukovat i mýdlo klasické.

A to klasické mýdlo a další dětskou kosmetiku máme hodně řeší – třeba čím mazat svoje děti. Stačí se podívat na diskuse třeba na sociálních sítích. Co byste jim poradila?

Řídit se především zdravým rozumem. Některé diskuse lze považovat přinejmenším za špatný vtíp. To, že matka chce pro své dítě to nejlepší, je zcela logické a pochopitelné. Už jsem ale mockrát zažila, když se mi ozve vyděšená žena na FB a prosí o radu... Bývá to jako přes kopírák. „Mažu svoje miminko přípravkem XY, vždy fungoval skvěle, rychle zklidnil opruzení, ale teď jsem se na diskusi dočetla, že má jedovaté složky...“ Pokud něco maminkám osvědčené a prokazatelně funguje, neměly by se nechat zmást komentáři, které obvykle opravdu nevede žádný odborník. Troufnu si říci, že z konference znám celkem dost lidí, kteří by byli kompetentní v takové diskusi říci relevantní názor. Všichni mají jedno společné. Nemají čas se vyjadřovat do diskusí. (smích)

A co by mě mělo při kupování kosmetiky pro děti odradit, abych věc koupila?

Pokud se bavíme zejména o velmi malých dětech, tak mě rozhodně odrazuje kupovat pěny do koupele. Není důvod vystavovat jemnou kůži takto malých dětí roztoku čistících látek neboli tenzidů, které je vždy budou při delší expozici vysušovat. Nedává to smysl. Také nemám ráda,

LENKA PRŮŠOVÁ (34):
Specialistka, která v ČR hodnotí bezpečnost kosmetických výrobků. Vystudovala Ústav technologie mléka, tuků a kosmetiky na VŠCHT v Praze a absolvovala Safety Assessment of Cosmetics na Vrije Universiteit Brussel. Míchala receptury a byla vývojářkou v několika českých firmách. Aktuálně připravuje receptury pro CB21 Pharma.



pokud jsou přípravky hodně parfémované. Vonné složky jsou prostě alergenní. Když už parfém, tak jemný a syntetického – ano, s plným vědomím říkám syntetického – původu, protože jen tak lze vytvořit allergen free vůni. To je u přírodních silic/éterických olejů nemožné. Občas v obchodě vidím dětskou pěnu do koupele ovoněnou levandulí, byť s nápisem bio, to ale klopím zrak jinam a ťukám si na čelo. **Parfemace tedy rozhodně není žádný benefit...**

Nevnímám to jako benefit, dokonce naopak. Jestli u dětských výrobků musí být vůně, tak syntetický parfém bez alergenů. Ani to ale nemusí být záruka, že na produkt nebude nepřiměřená reakce.

Nepřiměřené reakce jsou i důvodem, proč asi každá rozumná máma čte etikety, a pokud něčím dítě maže, myje, tak sleduje, z čeho se kosmetika skládá...

Tady si troufnu nesouhlasit. Můj názor, že běžný spotřebitel nemá šanci se ve složení orientovat a vyhodnotit ho, není tajemství. Na tom trvám. Uvedu příklad z vlastní zkušenosti. Jednou vyvolalo zděšení, že na výrobku byl uveden hydroxid sodný – Sodium hydroxide. Dostala jsem e-mail na A4, jak je možné, že používám žíravé látky. Vysvětlit, že hydroxid byl použit velmi naředěný a jako činidlo vyrovnávající pH, bylo v podstatě nemožné. Paní trvala na svém, nemá tam co dělat. A skutečnost, že krém by po umíchání měl pH = 3,0 a byl by tedy v podstatě na úrovni chemického peelingu? Nezájem.

Jinými slovy já jako máma ne-vzdělaná v oboru nejsem schopna složení přípravku vyhodnotit...

Myslím, že ne... Číst etiketu má smysl v jediném případě. Ví, na co je dítě prokazatelně alergické. Pokud na lanolin, hledám ve složení lanolin, pokud na včelí vosk, tak Beeswax či Cera Alba. Kvalitu ale poznáme až při aplikaci, nikoli z etikety.

Kde by tedy měly podle vás maminky hledat informace, když se rozhodují, jakou kosmetiku, značku, pro děti koupit?

To je velmi těžké odpovědět. Obvykle »

radím, že mají kupovat seriózní brand, ale chápu, že může být matoucí rozluštit, kdo takový je. Mám ráda transparentní věci – kdo za značkou stojí, kde je vyrobena. Pokud se kouknu na webovky a vidím výrobky slibující zázraky, v kontaktech nicméně naleznete maximálně e-mail a ani jedno jméno kohokoli, ani jeden telefon, už to je pro mě signál...

S tím souvisí i specifická péče – pro atopiky, lupénku apod. Jak vlastně v tom lobby světě poznám, jestli mi lékař doporučuje z hlediska podpůrné péče to správné pro moje dítě?

Důvěřujte svému lékaři. Pokud mu nevěříte, najděte si jiného. Já jsem možná idealista, ale nemyslím si, že by lékaři záměrně doporučili něco špatného jen s vidinou profitu. Naprostá většina lékařů, co znám, chce zejména fungující výrobek.

Když se posuneme k nám ženám – kosmetiku bereme vlastně jako „lék“ na vrásky, ztrátu hutnosti, vody, pokles kontur, začervenaní... Roli přece ale hraje i strava, pitný režim, částečně genetika...

Genetika je fajn věc. Někteří šťastlivci mají opravdu kvalitnější pokožku než zbytek populace, ale to jsou výjimky. Podle mého velmi konzervativního názoru můžeme pravidelnou péčí ovlivnit z 50% to, jak vypadáme. Krémy a jiné přípravky nám mohou výrazně pomoci s konturami, hutností, vráskami i dehydratací. Jsou to ale kosmetické přípravky, nikoli prsten princezny Arabely. Jestli si někdo myslí, že krémem napravi 20 cigaret za den, 10 káv, kopec hranolků k obědu a k večeri láhev vína, tak to se bohužel plete. Nezdravý životní styl dlouhodobě nezakryje ani ten nejlepší make-up. Pokud ale člověk žije „tak nějak normálně“ a opravdu pravidelně se stará o svou kůži, je to vždy znát. **Často taky střídáme kosmetiku, to asi není úplně správně?**

Jeden z mýtů, který kosmetice vládne, je, že musíme mít vše od jedné značky. Není to pravda. Můžeme mít odličovač A, tonikum B a krém C, hlavně když nám to bude vyhovovat. Ohledně střídání – aby se naplno projevil účinek aktivních látek v přípravku, je dobré vydržet aspoň měsíc. Ale že bychom museli mít jeden přípravek do skonání světa, to je taky nesmysl. Vždyť i z podstaty samotného střídání ročního období – logicky nám bude sedět něco jiného v létě při +35 °C a něco jiného v zimě při -20 °C.

Může se objevit i opačný problém – třeba dermatitida po tom, co používáme roky stejnou značku. Principiálně může nastat reakce na jakoukoli složku, kterou výrobek obsahuje, když ho opakovaně, dlouho a ve vysokých koncentracích používáme. Je to jako s ovocem. Jedna jahoda nám neublíží, ale pokud budeme jíst kilo jahod denně, dost pravděpodobně se po tom jednoho dne osypeme. U kosmetiky statisticky nejčastěji bývají nežádoucí reakce na již zmíněné alergeny v parfémů, též na konzervační látky, ale opravdu

to může být na cokoli. Mnoho aktivních látek, jako jsou vitaminy, peptidy, antioxidační extrakty, jsou tak účinné, že po jejich aplikaci může dojít k zarudnutí, svědění apod. **Spousta z nás právě kvůli „chemii“ odskočila k „bio masáži“. Obecně to vypadá, že co není pouze v biokvalitě a není to alespoň z 90% z přírodních složek, je pro pleť a pokožku špatně...**

Přírodní neznamená bezpečný. Přírodní znamená, že použité látky se vyskytují i v přírodě. Nic víc, nic méně. Přírodní produkt může být velmi kvalitní, ale i velmi nekvalitní. Říci od stolu, že něco je skvělé jen proto, že to je přírodní, to je názor, který se nezakládá na pravdě. Doposud nechápu, proč jsou umělé, tedy syntetické, suroviny vnímány absolutně negativně. Nic není jen černé a bílé. Některé silikony – ano, s plným vědomím zmiňuji látky ze skupiny silikonů – jsou svými účinky nenahraditelné. Zejména v určitých segmentech, jako např. dekorativní kosmetika. Syntetika není zlo. Správná koncentrace syntetiky je technologický pokrok.

Přírodní znamená, že obsažené látky se vyskytují i v přírodě. Nic víc, nic méně.



Číst etiketu má smysl jen v případě, pokud vím, na co je dítě alergické.

Pokud chceme uživatelsky špičkový výrobek, neznamená to, že musí být 100% přírodní. Neznamená to ani, že má být 100% syntetický. Znamená to, že se má najít optimální rovnováha mezi přírodou a vědou. Osobně se stavím proti jakýmkoli extrémům. Říci, že cesta 100% natural je jediná možná a hlavně ta nejspornější, může jen člověk s velmi omezeným rozhledem v dané problematice.

Jak se vlastně díváte z hlediska své profese na testy kosmetiky na sociálních sítích?

Pokud blogerka dá na výrobek názor ve smyslu hezky voní, dobře se vstřebává, líbí/nelíbí se mi, považuji to za legitimní. Následovat takový názor můžeme, nemusíme, rozhodnutí je na nás. I já sama jsem se občas koukla na nějaký YouTube kanál, kde byl třeba tutorial. Co mě ale naopak vytáčí je, když se uživatelské hodnocení zvrhne do odborné roviny a dotyčná si myslí, že je dostatečně kompetentní pro posuzování složení a hlavně se pasuje do role toxikologa.

Tak to máte asi chuť reagovat nejen vy, ale i samotný výrobce...

Už ani nespočítám, kolikrát jsem viděla blogerku, která s odhodlaným výrazem v očích odsuzuje Dimethicone či Phenoxyethanol, protože jsou jedovaté a jak je to vůbec možné, že tam jsou... Obvykle dodá, jak jí to zklamalo, protože je výrobek zdraví škodlivý. Sice měla chemii naposledy na základce, ale to jí „vůbec neva“. Jednoho dne právě nějakému výrobcu za podobné lživé nařčení dojde trpělivost a bude se soudně bránit. Vlastně to očekávám docela brzy, očeňujících komentářů na toto téma je totiž už opravdu mnoho a stále se to stupňuje.

Vy hodnotíte celou řadu kosmetických přípravků. Jaké jsou největší prohřešky výrobců?

Největší prohřešek je ale zcela jasný – tvrzení na výrobku. Prezentovat kosmetiku jako něco s léčivým účinkem – na opary, praskliny, ekzémy, atopie a něco, co hojí kůži – to jsme již za hranicí kosmetického průmyslu. Neseriózní výrobci to ale rádi dělají.

To znamená, že pokud nějaký kosmetický přípravek hlásá, že mi vyléčí opar a zahojí odřeninu, tak si ho rozhodně kupovat nemám?

Pokud to hlásá kosmetický výrobek, je to v podstatě jasně porušení zákona. Kosmetika se totiž nesmí aplikovat na kůži s porušenou integritou. A kosmetika neléčí. Smí to naopak hlásat léčiva, která na to mají příslušné klinické studie.

FOTO: LUKÁŠ OUIJESKÝ/ECONOMIA, JOSEF KUBÍČEK A ARCHIV CBZI PHARMA



Tak na závěr alespoň trochu optimisticky – uměla byste nastínit, jestli nás nečeká přece jen v budoucnu nějaký kosmetický zázrak v podobě přípravku, který bude umět to, co všechny chceme – omladit pleť, pokožku?

Ano, vím o něčem takovém.

Vy na něčem takovém pracujete?

Už ne. (smích). Už takový přípravek mám hotový. Jedná se o emulzi, která díky prebiotikům optimalizuje přirozenou mikrofóru pokožky, tzv. mikrobiom. Obsahuje kyselinu hyaluronovou s nejmenší molekulovou hmotností, jakou je možné na světě sehnat. Použití ceramidů mají identické složení jako naše vlastní, které máme v pokožce, i když jsou rostlinného původu. Nezapomněla jsem ani na CBD a k němu je přidán i proteolytický enzym, který zvyšuje účinky všech zmíněných látek. Celé to je posazeno do kompozice skládající se z olivového mléka, mangového másla a moringového oleje. Stálo mě to hodně, nejen rok vývoje, ale i zhruba 25 rozbitých kádinek, které mi občas pod návalem emocí upadly „o zeď“. To se při vývoji prostě stává. Ale povedlo se a já jsem za to šťastná. ✕