



ANNA SIMONE
GLORIANNA VASCHETTO

COSMETICI NATURALI

per viso, corpo e capelli

Divertiti e Risparmia
con oltre 120 Ricette “Fai da Te”

Il filo verde di
Arianna

La Fattoria
dell'Autosufficienza

Capitolo 1

COME LEGGERE L'ETICHETTA



Impariamo a leggere l'etichetta! Nell'infinità delle sigle, dei numeri e dei simboli riportati sulle confezioni dei prodotti cosmetici a volte si diventa pigri, magari trincerandosi dietro il semplice: "Tanto non capisco". È un atteggiamento che va a nostro discapito perché sulle etichette ci sono una serie di informazioni molto utili, ed è proprio su queste che deve basarsi chi vuole fare delle scelte di consumo consapevole.

Al netto delle decine di pubblicità viste o sentite su ombretti, lozioni, rimmel, detergenti e così via, prima di acquistarli chiediamoci: "cosa c'è dentro?". Ciò che andremo a spalmare sulla pelle dipende da questo momento.

La normativa di riferimento (Regolamento 1223/2009) stabilisce che sul contenitore del cosmetico e sull'imballaggio esterno (se le dimensioni ridotte non lo consentono, saranno scritte su un cartellino o su un foglietto all'interno della confezione) c'è l'obbligo di riportare alcuni dati, quali l'elenco degli ingredienti utilizzati, la presenza di sostanze potenzialmente allergizzanti, la data di scadenza, la durata a partire dall'apertura,

il Paese di origine per i prodotti fabbricati in Stati non membri dell'Unione Europea e via di seguito.

Elenco degli ingredienti

Gli ingredienti contenuti in un determinato cosmetico devono essere elencati in ordine decrescente di concentrazione, quindi i primi della lista saranno presenti in percentuali maggiori rispetto agli ultimi citati.

Le denominazioni delle sostanze sono riportate usando un codice internazionale, detto INCI (International nomenclature for cosmetic ingredient), unico per tutta l'Unione Europea, cui fanno ricorso anche altri Paesi tra cui Usa, Russia, Brasile, Canada e Sudafrica. La nomenclatura contiene alcuni termini in latino (i nomi botanici e quelli di ingredienti presenti nella farmacopea) e altri in inglese. Nel caso dei coloranti si utilizzano le numerazioni secondo l'indice internazionale dei coloranti (CI seguito da un numero a cinque cifre, ad esempio CI 45430), mentre le miscele profumate e le loro materie prime non sono indicate singolarmente ma con il termine

“parfum”. Stesso discorso per gli aromatizzanti e le loro materie prime, indicati con il termine “aroma”.

Durata

La normativa stabilisce che quando la data di durata minima del prodotto cosmetico è inferiore ai trenta mesi dev'essere scritto sull'etichetta. Questo periodo è indicato con la dicitura “Usare preferibilmente entro” seguita dal mese e dall'anno. Si tratta della data entro cui il prodotto, conservato in modo opportuno, continua a soddisfare la funzione iniziale e rimane sicuro. Se il prodotto ha una durata superiore ai trenta mesi, invece, non è obbligatoria l'indicazione della data di durata.

PAO

Quante volte apriamo un nuovo cosmetico spinti dalla curiosità di provarlo per poi abbandonarlo vari mesi e riprenderlo dopo molto tempo? È un modo di fare dannoso, considerando che i prodotti hanno una scadenza ben precisa.

La legge prevede di indicare in etichetta il periodo di tempo in cui il cosmetico, una volta aperto, può essere utilizzato in sicurezza dal consumatore: si chiama PAO, “period after opening” o periodo dopo l'apertura. Nei Paesi dell'Unione Europea è rappresentato da un vasetto aperto su cui è riportata, in cifre, la durata in mesi del prodotto dopo l'apertura seguita dalla lettera “M”. Il simbolo è presente sia sul contenitore del cosmetico sia, se c'è, sull'imballaggio esterno.

Sono esentati dall'indicazione del PAO i prodotti monodose, quelli confezionati in modo da non venire a contatto con l'ambiente esterno (gli spray) e quelli che, per le loro caratteristiche di formulazione (alcune colorazioni per capelli, i profumi e le creme depilatorie), possono durare a lungo senza rischi di deterioramento nel tempo.

Dove lo butto

Le informazioni su come riciclare in modo corretto i contenitori dei vari prodotti cosmetici sono indicate sull'etichetta, purché si legga.

La maggior parte dei contenitori dei prodotti cosmetici è in plastica, dunque la via è quella del cassonetto della plastica. Dev'esserci (sulla base o sul lato) il codice di riciclaggio, cioè il simbolo di un piccolo triangolo con delle frecce che si inseguono, al cui interno si legge un numero (nel caso delle plastiche si va da 1 a 7). A volte può comparire anche la sigla del tipo di materiale (ad esempio, pet, hdpe, pvc, cioè polietilene tereftalato, polietilene ad alta densità). È bene impegnarsi in una corretta raccolta differenziata, pensiamo solo che i contenitori in polietilene abbandonati nell'ambiente si stima impiegheranno dai 100 ai 1000 anni per degradarsi (non saremo più in vita, ma il flacone del nostro shampoo disperso nell'ambiente sì).

Discorso simile per quelli in vetro o in metallo. I più hanno il simbolo dell'omino che getta il contenitore nel cestino (tradotto vuol dire che non va disperso nell'ambiente dopo l'uso), e poi c'è il simbolo del materiale, quindi ACC per l'acciaio, AL per

alluminio (cassonetto delle plastiche e dei metalli),
VE per vetro (cassonetto del vetro).

Se avete dubbi su dove conferire un materiale, contattate l'azienda che si occupa della raccolta dei rifiuti nel luogo dove siete e chiedere chiarimenti. La maggior parte ha un sito web con la sezione "dove lo butto", una sorta di guida online con indicazioni che valgono per le utenze domestiche.

Loghi

Oltre ai loghi del produttore, si possono trovare quelli delle certificazioni ottenute da quel determinato prodotto, come biologica, stop ai test sugli animali, energia pulita, WWF (il produttore sostiene i progetti del WWF), FSC (materiale da foreste certificate), cruelty-free e così via.



COSMOS
ORGANIC



COSMOS
NATURAL



INDICE

Cosmetica green legata all'ecologia	5
Come leggere l'etichetta	6
Cosmetica eco-bio e di sintesi chimica: cosa c'è da sapere.	9
Cosmetici non testati su animali: buone notizie!	17
Cosmetica e riciclo	21
In cucina non si butta via nulla!	22
Come riciclare i cosmetici.	30
Cosmetica e giardinaggio	37
Il giardino della bellezza.	38
L'autoproduzione cosmetica.	51
Il divertimento è assicurato!	52
Pronti? Via, si parte!	55
Ricette per la primavera.	61
Ricette per l'estate.	77
Ricette per l'autunno	93
Ricette per l'inverno.	109

Gli argomenti trattati:

- L'autoproduzione cosmetica
- Gli ingredienti da conoscere e gli strumenti indispensabili
 - I preziosi oli essenziali
- Le ricette per le 4 stagioni
 - Cosmetici per l'uomo
 - Ricette per sentirsi belli
- e profumarsi in modo naturale
 - Cosmetica green
 - Prodotti da riciclo
 - Cosmesi e giardinaggio



Anna Simone, sociologa ambientale e autrice dell'eco blog *EcoSpinagli*, si occupa di tutto ciò che riguarda il territorio: dal vivere sostenibile alla bellezza naturale. Collabora con siti web e testate giornalistiche scrivendo di ecologia, viaggi, strutture ricettive green e stili di vita a basso impatto ambientale. Non può fare a meno della natura.



Glorianna Vaschetto, laureata in Lingue e Letterature Straniere, lavora come giornalista freelance per il web e per la carta stampata, occupandosi di beauty, capelli e moda. Da sempre sensibile ai temi di etica, cosmesi e bellezza. Co-founder assieme a Ilenia Messina di www.bellezzanaturale.it, sito dedicato a tutti coloro che vogliono condividere una nuova idea di bellezza, sostenibile e green.

COSMETICI NATURALI

per viso, corpo e capelli

Anna Simone, Glorianna Vaschetto

In questo libro, l'**esperta di cosmetica naturale Glorianna Vaschetto** e l'**eco-blogger Anna Simone**, ti insegnano ad autoprodurre oltre 120 cosmetici per la cura e l'igiene di tutta la famiglia.

Le ricette, facili, semplici e veloci, sono **suddivise nelle 4 stagioni** in modo da offrire soluzioni ad hoc abbinate agli ingredienti naturali che si possono reperire più facilmente.

**Le ricette proposte sono completamente naturali:
il petrolio e i siliconi non servono!**

Autoprodurre è puro divertimento!

**È un modo per ritagliarsi uno spazio creativo,
magari dopo una giornata intensa e stressante.**

Le autrici, per rendere l'autoproduzione un vero e proprio momento di relax che coinvolge corpo e mente, hanno **abbinato ad ogni stagione un suggerimento musicale e un consiglio di lettura**, perfetti per rendere i momenti dedicati al proprio benessere davvero unici e speciali.

📖 **Disponibile anche in versione eBook**

www.ariannaeditrice.it
www.gruppomacro.com

ARIANNA EDITRICE
è un marchio del
GRUPPO EDITORIALE MACRO
Benessere e Conoscenza dal 1987

ISBN: 978-8865881187



9 788865 881187

€ 10,80

Tratto da:

COSMETICI NATURALI PER VISO, CORPO E CAPELLI

Autori: Glorianna Vaschetto, Anna Simone



Acquista il libro completo [cliccando qui](#)