

Abraza por Odette González Santiago tu Bella Naturaleza



Nos urge un momento de detenernos, de repensar...
¿Qué transportamos en nuestra piel?

¿Qué atraviesa nuestros poros? Al día, las mujeres utilizan en promedio 12 productos y los hombres 6 que contienen un surtido de ingredientes químicos cuestionables, entre estos algunos de los cuales se ha demostrado un efecto en la alteración hormonal y en el aumento del riesgo de cáncer.

Realicemos el ejercicio de examinar, y si es necesario, reemplazar con alternativas seguras y de fuentes naturales. Redefiniendo así el cuidado personal. Debemos apostar a tener la capacidad de mantener nuestra higiene, sin dejar de defender una vida sana y en armonía con el desarrollo sostenible.

¡Toma nota de las herramientas que adelante compartimos para ti!

Ingredientes que debes evitar:

Parabeno (Pharaben)

Preservativo antimicrobial de bajo costo de producción. Estudios indican que induce el crecimiento de ciertas células de cáncer de mama y es un interruptor endocrino debido a su capacidad de imitar al estrógeno. Se ha estudiado algunos daños en espermatozoides y alteraciones a las hormonas tiroideas en seres humanos.

Ftalato (Phtalate)

Aunque prohibido en los cosméticos en la Unión Europea, es un ingrediente muy frecuente en los productos estadounidenses. Su exposición se ha asociado con efectos perjudiciales para la salud reproductiva y del desarrollo, así como un mayor riesgo de cáncer.

Lauril Sulfato Sódico (SLS - Sodium Laureth Sulfate)

El exceso de exposición al SLS se ha relacionado con daños en los ojos, depresión, dificultad para respirar, diarrea e irritación severa de la piel.

Propylene Glicol / PEG's

Producto derivado del petróleo. Su función es potenciar (ayudar) la entrada de los ingredientes activos (ejemplo: aluminio) a nuestro cuerpo. Esto puede permitir que ingredientes nocivos sean absorbidos más fácilmente a través de la piel. Puede causar reacciones alérgicas.

Coal Tar Synthetic Dyes / FD&C Colors Agents

Es una mezcla de varias sustancias químicas derivadas del petróleo y es un carcinógeno humano. Puede también estar contaminado con metales pesados. Algunos colores no están aprobados como aditivos a los alimentos, pero se utilizan en los cosméticos.

Triclosan

Antimicrobiano vinculado a trastornos hormonales por su rol aun controversial como interruptor endocrino. Contribuyente al desarrollo de ciertas cepas de bacterias resistentes a los antibióticos. Evidencia reciente sugiere carcinogenicidad hepática.

Echale un ojo también a: talc, mineral oil, toluene y formaldehyde.

Aclarar la duda: Desodorantes y el aluminio

- Las sales de aluminio, como el cloruro de aluminio, circonio de aluminio, clorhidrato de aluminio e hidroxibromuro de aluminio, son el ingrediente activo de la mayoría de los anti-perspirantes.

- Estos forman un bloqueo temporal dentro del conducto de sudor que detiene el flujo del sudor a la superficie de la piel. Se ha documentado que estos compuestos pueden contribuir al desarrollo de cáncer de mama debido a que imitan la actividad del estrógeno.

- En el caso de la piedra de alumbre, conocida en los desodorantes tipo "crystal", observamos una forma natural de aluminio formada por moléculas demasiado grandes para ser absorbidas por la piel. Y en lugar de obstruir los poros, como los anti-perspirantes, ayudan a inhibir el crecimiento de bacterias que causan el olor en el sudor.

Terminos importantes:

1. Hipo-alérgico: significa que utiliza ingredientes que tienen pocas probabilidades de causar una respuesta alérgica, en comparación con los productos o cosméticos regulares. Personas con la piel hipersensible, condiciones e incluso aquellos con piel "normal" puede favorecerle utilizar productos con esta característica.

2. No-comadogénico: un producto de cuidado de la piel o cosmético que no obstruye los poros.

3. Libre de crueldad (Cruelty free): Significa que son construidos o desarrollados mediante métodos que no implican la experimentación con y/o en animales.

4. Bio-degradable: es el producto o sustancia que puede descomponerse en los elementos químicos que lo conforman, debido a la acción de agentes biológicos, como plantas, animales, microorganismos y hongos, bajo condiciones ambientales naturales.

5. Certified B corporation: Son productos fabricados por compañías que se enfocan en cumplir con estándares de desempeño social y ambiental, la responsabilidad y la transparencia. Trabajando bajo la filosofía empresarial de alentar a todas las empresas de que no se compite para ser el mejor del mundo, sino para ser lo mejor para el mundo. *Productos Non-gmo, orgánicos y ecológicos son

Nuestras Recomendaciones

Tónico: Everclean by Home health

Después de tu limpiador, aplícalo para refrescar y vigorizar tu piel o Utilízalo como base antes del humectante. Evita enrojecimiento, irritación o estrés en la piel. Everclean es una línea hipoalergénica, no comedogénica (no obstruye los poros) y libre de fragancia, ideal para pieles sensibles.

Labios: Organic Lip balm by Kiss my Face

Suaviza, humecta, protege y ayuda a sanar y prevenir labios agrietados y secos de forma natural. Realizado con aceite de girasol, aceite de coco, aceite de rosa mosqueta, sábila, manteca de karité (shea butter), vitaminas y aceites esenciales que protegen y nutren tus labios.

Maquillaje: Gabriel Cosmetics

¡Una visión de la belleza natural que no contrapone la defensa de una vida sana! Hechos de ingredientes derivados de fuentes naturales. Libres de conservantes sintéticos como los parabenos y realizados en cambio con conservantes naturales como el extracto de semilla de uva. Sin productos químicos sintéticos, derivados de animales o probados en animales. Libres de colores artificiales, falatos, aceite mineral, lanolin, aceites hidrogenados, glicol propileno, tolueno y formaldehído.

Shampoo & conditioner: Hemp + Argan Oil Nourishing by Nature Gate

Revitaliza y nutre el cabello con una mezcla de botánicos. Realizado con aceite de argán, rico en vitamina E y ácidos grasos esenciales para hidratar y resaltar el brillo natural del cabello. También beneficioso para tratar las puntas abiertas. Libres de colores artificiales, falatos, aceite mineral, lanolin, aceites hidrogenados, glicol propileno, tolueno y formaldehído.

FRESHMART
[...es para todos]

1

Limpiador del rostro: Citrus Kombucha by Andalous Fruit Stem Science

Complejo de células madres frutales, cítricos de Kombucha, probióticos, aminos y corteza de sauce aclaradora. Sentirás una espuma suavizante con bases de sábila para evitar el exceso de grasa y la falta de brillo, manteniendo una barrera de humedad saludable para la piel limpia y clara.

3

Reconstruye: Vitality Facial Serum Vit C renewal by Avalon Organics

Diseñado para mejorar la textura de la piel contra la hiperpigmentación, la flacidez y las líneas, los signos más visibles de estrés inducido por los rayos UV. Con una combinación única rica en antioxidantes: vitamina C, bioflavonoides de limón y té blanco que ayudan en la renovación, la protección celular y promueven la producción de colágeno y elastina.

5

Humectante: Coconut Milk & Mango by Pure Life

Coco y mango, un dúo con la habilidad increíble de suavizar y reponer los aceites naturales. ¡Como resultado: una piel saludable!

6

Jabón para el cuerpo: Peppermint by Dr. Broomers

Con aroma de aceite de menta orgánico para refrescar la piel, despejar los senos nasales y mantener una mente activa. Concentrado, biodegradable, versátil y eficaz. Elaborado con ingredientes de comercio justo y orgánicos certificados y envasado en una botella reciclada. ¡Todo en uno!

9

Higiene bucal: Natural Mint Tea tree oil toothpaste by Desert Essence

Ayuda a combatir la placa de forma natural con una profunda limpieza a tus dientes y encías sin abrasivos. Esta fórmula efectiva y refrescante cuenta con bicarbonato de sodio y las propiedades antisépticas naturales del aceite de tea tree (melaleuca).

Algunos ingredientes beneficiosos

1. Preservativos naturales: vitamina E, aceite de árbol de melaleuca (tea tree), neem, glicerina, ácido ascórbico (vitamina C) y potassium sorbate. **2. Reconstructores, antioxidantes y "anti-aging":** pycnogenol, ester C, enzymes, hyaluronic acid, peptides, CoQ10, DMAE, resvetarol, rose hip oil (manchas en la piel). **3. Exfoliador y textura:** sea salt, glycolic acid, salicylic acid, witch hazel. **4. Acné:** tea tree, green tea, sulfur, colloidal silver. **5. Primeros auxilios:** calendula, colloidal silver, sábila.