



Для того, чтобы красота не требовала жертв, нам всего лишь нужно читать состав того, что мы покупаем и чем мы регулярно пользуемся.

1. **Тушь для ресниц** лучше выбирать без надписи (FIBER FREE). В туши для создания дополнительной длины и объема на ресницах добавляют волокна, обволакивающие реснички. Эти волокна создают комочки, утяжеляют взгляд, опадают и, что самое плохое, при попадании в глаз могут вызвать раздражение слизистой.

2. Ищите пометку "OIL FREE" в составе тонального крема, такой крем не лоснится, не изменяет цвет в течении дня, и кожа не чувствует себя жирной.

3. Mineral Oil (heavy and light) - Получают из нефти. На коже формирует жирную пленку, которая не позволяет коже дышать, забирая кислород. Забивает поры. Может вызывать серьезные кожные воспаления.

4. Пудра без талька (Talc free) безопасна, т.к. тальк опасен и токсичен. Его получают из силиката магнезии. Нельзя использовать для детей, поскольку может стать причиной рака легких.

5. Tallow (animal fat). Животный жир. В косметике способствует росту колоний бактерий.

6. Ищите косметику без парабена (PARABEN FREE). Его торговое название: butyl, ethyl, germa, methyl, propyl paraben. В косметике используются как консерванты. Вызывают дерматиты и аллергию. Могут стать причиной возникновения рака груди.

7. Современная безопасная косметика также не содержит: гликол

ь (Glycols), глютен (Glueen), бентонит (Bentonite), также, советую выбирать косметику без силиконов (silicone free). Эти вещества активно используются в косметике для волос и в декоративной косметике. Что бы уберечь свои волосы, обходите стороной косметические средства, где содержание силиконов превышает 50%.

Тэги: [не](#) , [что](#) , [нужно](#) , [состав](#) , [мы](#) , [чем](#) , [всего](#) , [нам](#) , [того](#) , [лишь](#) , [регулярно](#) , [читать](#) ,

[пользуемся](#)

,

[покупаем](#)

,

[требовала](#)