

AKADEMIA SENSUALSPA

ZROZUMIEĆ SKŁADNIKI KOSMETYKÓW

Jak pomóc, a nie szkodzić klientom

PREMIUM EDITION 2026

Sandra Bujnowska

Profesjonalna analiza INCI bez straszenia składnikami - z naciskiem na funkcję formułacji, ekspozycję, tolerancję skóry i aktualne zasady bezpieczeństwa.

JAK CZYTAĆ TEN E-BOOK

01 FUNDAMENTY - czym są składniki i jak działa formuacja

02 FUNKCJE - humektanty, emolienty, substancje aktywne i pomocnicze

03 BEZPIECZEŃSTWO - hazard, risk, stężenie, ekspozycja i regulacje

04 PRAKTYKA - analiza INCI i dobór produktu do potrzeb skóry

Najważniejsza zasada: pojedynczy składnik nie opisuje całego kosmetyku. Liczy się jego funkcja, stężenie, forma produktu, sposób stosowania i tolerancja konkretnej skóry.

PROFESJONALNA ANALIZA INCI

Zacznij od rodzaju i przeznaczenia produktu.

Oceń bazę formułacji oraz główne grupy funkcjonalne.

Zwróć uwagę na składniki aktywne, system konserwujący i substancje zapachowe.

Nie wyciągaj wniosków o dokładnym stężeniu tylko z kolejności INCI.

Połącz analizę składu z wywiadem, stanem skóry i sposobem użycia.

Celem analizy nie jest znalezienie „toksycznego składnika”, ale ocena, czy cały produkt jest odpowiedni dla potrzeb i tolerancji skóry.

SPIS TREŚCI

MODUŁ 1: PODSTAWY SKŁADNIKÓW KOSMETYCZNYCH

- 1.1. Czym są składniki kosmetyczne i jak są oznaczane
- 1.2. Jak czytać etykiety kosmetyków - INCI
- 1.3. Różnica między składnikami naturalnymi, organicznymi a syntetycznymi
- 1.4. Najczęściej występujące składniki w kosmetykach do twarzy
- 1.5. Jakie składniki mogą powodować alergie i podrażnienia

MODUŁ 2: SKŁADNIKI NAWILŻAJĄCE

- 2.1. Co to są humektanty i jak działają
- 2.2. Najpopularniejsze humektanty w kosmetykach do twarzy
- 2.3. Jak stosować humektanty, aby nie wysuszać skóry
- 2.4. Różnica między humektantami a emolientami
- 2.5. Przykładowe produkty z dobrymi humektantami

MODUŁ 3: SKŁADNIKI PRZECIWSTARZENIOWE

- 3.1. Jak działają składniki przeciwstarzeniowe
- 3.2. Najpopularniejsze składniki przeciwstarzeniowe w kosmetykach do twarzy
- 3.3. Jak stosować składniki przeciwstarzeniowe, aby były skuteczne
- 3.4. Rola przeciwutleniaczy w kosmetykach przeciwstarzeniowych
- 3.5. Przykładowe produkty z dobrymi składnikami przeciwstarzeniowymi

MODUŁ 4: SKŁADNIKI OCZYSZCZAJĄCE

- 4.1. Jak działają składniki oczyszczające
- 4.2. Najpopularniejsze składniki oczyszczające w kosmetykach do twarzy
- 4.3. Jak stosować składniki oczyszczające, aby nie podrażniać skóry
- 4.4. Różnica między składnikami oczyszczającymi a peelingującymi
- 4.5. Przykładowe produkty z dobrymi składnikami oczyszczającymi

MODUŁ I

PODSTAWY SKŁADNIKÓW
KOSMETYCZNYCHCZYM SĄ SKŁADNIKI KOSMETYCZNE
I JAK SĄ OZNACZANE?

1.1

Składniki kosmetyczne to substancje, które znajdują się w produktach przeznaczonych do pielęgnacji skóry, włosów, paznokci i innych części ciała. Są one odpowiedzialne za różnorodne właściwości kosmetyków, takie jak nawilżanie, oczyszczanie, odżywanie, ochrona czy nadawanie zapachu. Składniki te mogą pochodzić z różnych źródeł, w tym naturalnych, syntetycznych lub półsyntetycznych. Aby zrozumieć, czym są składniki kosmetyczne i jak są oznaczane, warto przyrzeć się kilku kluczowym aspektom.

Pierwszym krokiem do zrozumienia składników kosmetycznych jest zapoznanie się z ich klasyfikacją. Składniki te dzielą się na różne kategorie w zależności od ich funkcji i pochodzenia. Na przykład, emolienty to substancje, które tworzą na skórze warstwę ochronną, zapobiegając utracie wilgoci. Przykładem emolientu może być olej jojoba, który jest często stosowany w kremach nawilżających. Z kolei surfaktanty to składniki odpowiedzialne za oczyszczanie skóry i włosów. Są one obecne w wielu produktach myjących, takich jak szampony czy żele pod prysznic. Przykładem surfaktantu jest laurylosiarczan sodu.

W kosmetykach można również znaleźć konserwanty, które zapobiegają rozwojowi mikroorganizmów i przedłużają trwałość produktu. Konserwanty są niezbędne w kosmetykach zawierających wodę, ponieważ wilgotne środowisko sprzyja rozwojowi bakterii i grzybów.

Przykładem konserwantu mogą być parabeny, które są szeroko stosowane w przemyśle kosmetycznym ze względu na swoją skuteczność. Inną ważną grupą składników są antyoksydanty, które chronią skórę przed działaniem wolnych rodników, opóźniając proces starzenia się skóry. Witamina E jest jednym z najpopularniejszych antyoksydantów stosowanych w kosmetykach.

Aby zrozumieć, jak składniki kosmetyczne są oznaczane, warto zwrócić uwagę na tzw. INCI, czyli Międzynarodową Nomenklaturę Składników Kosmetycznych. INCI to system nazewnictwa składników, który został stworzony w celu ujednolicenia oznaczeń na etykietach kosmetyków na całym świecie. Dzięki temu konsumenci mogą łatwo rozpoznać składniki w różnych produktach, niezależnie od kraju pochodzenia. Nazwy składników w systemie INCI są zazwyczaj podawane w języku łacińskim lub angielskim, co może być nieco trudne do zrozumienia dla przeciętnego użytkownika. Na przykład, olej kokosowy w systemie INCI to *Cocos Nucifera Oil*, a woda to *Aqua*.

Czytanie etykiet kosmetyków może wydawać się skomplikowane, ale istnieje kilka podstawowych zasad, które mogą ułatwić ten proces.

Po pierwsze, składniki są wymieniane w kolejności malejącej według ich stężenia w produkcie. Oznacza to, że składnik znajdujący się na początku listy jest obecny w największej ilości, podczas gdy składnik na końcu listy jest obecny w najmniejszej ilości.

Na przykład, jeśli na etykiecie kremu nawilżającego woda znajduje się na pierwszym miejscu, oznacza to, że woda stanowi największą część tego produktu.