



Iwona Nolbert
Dyrektor ds. Szkoleń DelaWell
www.delawell.pl

Znaczenie olei w pielęgnacji skóry

Zastosowanie olei do pielęgnacji skóry znane było już w starożytnym Egipcie. Już wtedy pozyskiwano oliwę z oliwek czy olej z orzeszków drzewa Moringa. Egipcjanie smarowali całe ciało chroniąc je przed wysuszeniem. Oleje były znane i stosowane przez Azteków w postaci różnych maści, mazideł do ochrony skóry. Natomiast Galen z Pergamonu (rzymski lekarz greckiego pochodzenia) był twórcą pierwszej recepty na krem z olejem. Olejek z jojoby był bardzo popularny w Starożytnym Wschodzie, gdzie stosowano

sproszkowane nasiona jojoby do codziennego mycia ciała. Właściwości tłuszczów naturalnych i ich przydatność w kosmetyce zależą od wchodzących w ich skład kwasów tłuszczowych. Temperaturę topnienia tłuszczu obniża zawartość nienasyconych kwasów tłuszczowych (NKT), a więc tłuszcze w temperaturze pokojowej w stanie ciekłym nazywamy olejami. Nieliczne tłuszcze roślinne zawierające wiele NKT i żywic nazywane są masłami i mają konsystencję stałą jak np. masło kakaowe.

W kosmetyce stosuje się oleje otrzywane biotechnologicznie. Są one zbierane z upraw ekologicznych, tłoczone na zimno i nierafinowane co pozwala na zachowanie ich cennych wartości (skład, zapach). Spośród najważniejszych niezbędnych NKT jest kwas gamma-linolenowy (GLA). Ma on ogromne znaczenie dla funkcjonowania nie tylko narządów wewnętrznych, ale również skóry. Niedobór GLA powoduje suchość skóry i utratę elastyczności co w efekcie prowadzi do pojawienia się zmarszczek. Przy niedoborze GLA skóra staje się

bezbronna wobec szkodliwych czynników zewnętrznych. Dochodzi do jej ścieńczenia, podrażnienia, łuszczenia oraz do pęknięć naskórka. Wytwarzanie GLA wraz z wiekiem maleje wówczas musi on być dostarczany w preparatach kosmetycznych. Niedobór GLA dotyczy osób cierpiących na tożotokowe zapalenia skóry, wyprysk atopowy czy łuszczyca. Największą zawartość NKT ma olej wiesiołkowy gdzie kwas gamma – linolenowy stanowi 9,5%-12%. Olejek wiesiołkowy zawiera również dużą ilość kwasu linolowego



(70%-79%) – prekursora GLA. Inne oleje zawierające dużą ilość NKT to ; olej z pestek winogron, makadamia, kukui (mają znaczące działanie lecznicze w przypadku skór skrajnie suchych i pękających)

Zawarte w olejach roślinnych nienasycone kwasy tłuszczowe biorą udział w licznych procesach zachodzących w skórze: procesie fizykochemiczny – utrzymując prawidłową płynność błon komórkowych i lipidów cementu komórkowego, procesie biochemicznym – w przebiegu którego powstają tzw. eikozanoidy, odgrywające kluczową rolę w procesach zapalnych, a także w podziale komórkowym.

Podstawowym zadaniem olei w preparatach kosmetycznych jest zmiękczenie i odżywienie skóry. Oprócz drogocennych tri glicerydów oleje zawierają również fitosterole, vit. E, które działają regenerująco i przeciwutleniająco.

Na rynku mamy szeroki wybór bogatych i drogocennych olei roślinnych. Występują w kosmetykach jako składnik fazy tłuszczowej w kremach, maskach, emulsjach, mleczkach itp. Występując w kosmetykach decydują o postaci preparatu i są

również nośnikami składników czynnych. Wyróżniamy podział olei wg „tłustości” na: schnące, półschnące i nieschnące. Cery tłusta i mieszana – oleje schnące i półschnące. Cery suche i dojrzałe – oleje półschnące i nieschnące. Oleje nieschnące mogą działać komedogennie (zaskórnikotwórczo).

Najbardziej popularne oleje stosowane w kosmetyce to:

Olej z oliwki europejskiej – Olea Europaea Fruit Oil, wytwarzany z miąższu oliwek (olej nieschnący)

Olej arganowy – Argania Spinosa Kernel Oil wytwarzany z ziaren orzecha drzewa Arganowego (olej półschnący)

Olej kokosowy – Cocos Nucifera Oil wytwarzany z miąższu orzecha kokosu (olej nieschnący)

Olej słonecznikowy – Helianthus Annus Seed Oil wytwarzany z nasion słonecznika (olej schnący)

Olej awokado – Persea Gratissima Oil wytwarzany poprzez tłoczenie suszonego miąższu lub macerację z świeżego miąższu avocado (olej nieschnący)

Olej migdałowy – Prunus Amygdalus Dulcis Oil wy-

twarzany z migdałów (olej półschnący)

Olej winogronowy – Vitis Vinifera Seed Oil wytwarzany z pestek winogron (olej schnący)

Olej z nasion wiesiołka – Oleum Oenotherae syn. Oleum Onagrae wytwarzany z ziaren wiesiołka (olej schnący)

Przykłady stosowania olei w zależności od problemu skórniego:

Olej z wiesiołka

Pomimo, że jest to olej schnący to ze względu na swoje właściwości polecany jest w preparatach dla skóry dojrzałej, suchej, wrażliwej a także tłustej i zanieczyszczonej. Olej z wiesiołka wpływa na pracę gruczołów łojowych oraz reguluje przez naskórkowe wchłanianie wody.

Olej arganowy

Przeznaczony dla skóry wrażliwej, dojrzałej, alergicznej, trądzikowej i suchej. Olej ten wykazuje właściwości antyseptyczne, ochronne, ujędrniające i wygładzające. Ma szerokie zastosowanie w pielęgnacji całego ciała i włosów.

Olej migdałowy

Olej migdałowy jest jednym z uniwersalnych olejów. Można go stosować do każdego rodzaju skóry. Podczas zastosowania nie daje efektu ciężkości i jest dobrze wchłaniany. Polecany szczególnie do pielęgnacji skóry dziecka.

Olej z Awocado

W kosmetyce używany jako czysty olej lub składnik kosmetyków przeznaczonych dla skóry suchej, dojrzałej i wrażliwej. Wykorzystywany jako olej do masażu działając regenerująco i ochronnie na naskórek.

Olej kokosowy

Ma szerokie zastosowanie w kosmetyce i fryzjerstwie. Stosowany jako czysty olej do masażu np. regenerującego skórę. Jest składnikiem kremów do cery dojrzałej, uszkodzonej przez słońce. Silnie regeneruje suche i łamliwe włosy.

Olej z oliwki

Polecany przy suchej, słabo ukrwionej skórze. Ma również kluczowe znaczenie przy suchej i skórze podrażnionej. Stosowany w maskach do zniszczonych włosów i do pielęgnacji paznokci.

Olej makadamia

Jest stosowany w kosmetykach hamujących procesy starzenia się skóry. chroni lipidy ścian komórkowych przed wolnymi rodnikami. Zmiękcza skórę zmniejszając uczucie suchości i napięcia. Ma zastosowanie w pielęgnacji zniszczonych włosów na skutek zabiegów fryzjerskich i działania słońca.

Do produkcji preparatów kosmetycznych jest używanych wiele olejów roślinnych, które mają ogromne znaczenie zwłaszcza w ochronie płaszcza hydrolipidowego. Skóra po ich zastosowaniu jest dobrze nawilżona, gładka i natłuszczona. Oleje roślinne wchodzi w skład wielu leków stosowanych w leczeniu dermatoz. Podczas doboru kosmetyku należy zwrócić uwagę na skład (INCI) powinny być zawarte naturalne oleje roślinne, składniki aktywne itp. Tłuszcze zawierają również liczne składniki w nich rozpuszczalne jak witaminy: A,E,D, beta-karoten, fosfolipidy, niezbędne do procesów zachodzących w skórze.

Podział w zależności od cer:

Cera wrażliwa:	olej z jojoby; olej z dzikiej róży; olej migdałowy; olej morelowy; olej arganowy.
Cera normalna:	olej z jojoby; olej makadamia; olej sezamowy; olej z orzechów laskowych; olej z dzikiej róży.
Cera sucha:	olej z avocado; olej z jojoby; olej makadamia; olej migdałowy; olej morelowy; olej z oliwek; olej z kielków pszenicy; olej z dzikiej róży.
Cera mieszana i tłusta:	olej z jojoby; olej z orzechów laskowych; olej makadamia; olej z kukurydzy; olej arganowy.
Cera dojrzała:	olej z kielków pszenicy; olej z dzikiej róży; olej morelowy; olej arganowy.
Dla dzieci:	olej makadamia; olej z migdałów; olej morelowy; olej słonecznikowy; olej z oliwek; olej sezamowy.
Do opalania:	olej z oliwek; olej makadamia; olej z jojoby; olej z avocado