**Naturalna pielęgnacja dziecięcej skóry – poznaj aloes i inne topowe składniki, których warto szukać w kosmetykach dla dzieci i niemowląt**

**Pierwsze miesiące życia są kluczowe w rozwoju małego dziecka. Odpowiednie odżywianie, spora dawka snu i kontakt z ciałem matki sprawiają, że niemowlę może rosnąć i nabierać siły. Nie mniej istotną kwestią jest pielęgnacja ciała maluszka. Bez właściwej opieki delikatna skóra dziecka narażona jest na przesuszenie, podrażnienia i odparzenia. Jakich kosmetyków używać, by zapewnić wrażliwej skórze to, czego najbardziej potrzebuje?**

Pierwsze miesiące życia są kluczowe w rozwoju małego dziecka. Odpowiednie odżywianie, spora dawka snu i kontakt z ciałem matki sprawiają, że niemowlę może rosnąć i nabierać siły. Nie mniej istotną kwestią jest pielęgnacja ciała maluszka. Bez właściwej opieki delikatna skóra dziecka narażona jest na przesuszenie, podrażnienia i odparzenia. Jakich kosmetyków używać, by zapewnić wrażliwej skórze to, czego najbardziej potrzebuje?

**Dlaczego najmłodsi potrzebują wyjątkowej ochrony skóry?**

Skóra niemowlęcia zaraz po urodzeniu znacząco różni się od skóry dorosłych. Aby ta osiągnęła dojrzałość i zaczęła przypominać naszą, muszą minąć jeszcze ok. 2-3 lata. Warstwa rogowa dopiero dojrzewa, przez co dziecięce ciało jest z jednej strony ekstremalnie podatne na wszelkiego rodzaju podrażnienia, a z drugiej łatwo ulega odwodnieniu. Przeznaskórkowa utrata wody spowodowana jest faktem, iż stosunek powierzchni skóry do masy niemowlaka jest o wiele większy, niż w przypadku dorosłego. Co to oznacza? Dziecko łatwo traci wodę w wyniku parowania, łatwiej się też przegrzewa i wyziębia.

Kolejną różnicą między skórą dorosłych i niemowląt jest pH. U dorosłych kształtuje się ono na poziomie 5,5, co oznacza, że ma ono odczyn kwaśny. Inaczej wygląda równowaga kwasowo-zasadowa skóry najmłodszych – jej pH zbliża się do neutralnego (pH 7) i dopiero z czasem przyjmuje pH kwaśne.

Co więcej, skóra niemowlęcia ze względu na niewystarczającą produkcję melaniny, jest o wiele bardziej wrażliwa na promienie UV, przez wzgląd na niewykształcone gruczoły potowe – o wiele łatwiej ulega przegrzaniu, co więcej, traci nawilżenie dwa razy szybciej niż skóra osoby dorosłej i o wiele łatwiej się przesusza.

Nie można zapominać o podatności skóry małego dziecka na czynniki zewnętrzne – trzeba pamiętać, że jest ona o wiele cieńsza w porównaniu ze skórą dorosłych. O wiele większa jest także jej przepuszczalność, co ma szczególne znaczenie w przypadku użycia niewłaściwych środków kosmetycznych. Oprócz reakcji alergicznych i podrażnień dojść może do reakcji toksycznych, jako że mechanizm pozbywania się z ciała szkodliwych substancji jest u malucha dopiero w fazie rozwoju. Warto zauważyć, że niektóre kosmetyki bezpieczne dla osoby dorosłej mogą okazać się szkodliwe dla dziecka, dlatego właśnie tak ważne jest, aby wybierać kosmetyki przeznaczone typowo dla najmłodszych.

Skóra to bariera ochronna organizmu, zarówno w przypadku dorosłych, jak i dzieci. Odpowiednio dobrane kosmetyki powinny więc respektować naturalne właściwości skóry, by aktywnie wspierać procesy odnowy naskórka i jego funkcje ochronne. Jakie więc preparaty wybierać, by nie zaszkodzić, ale pomóc w naturalnym rozwoju skóry najmłodszych?

**Pielęgnacja skóry dziecka, czyli najwyższa jakość bez kompromisów**

Odpowiednie oczyszczanie i ochrona skóry najmłodszych wiążą się ze stosowaniem kosmetyków dedykowanych skórze wrażliwej. Czym powinny charakteryzować się produkty pielęgnacyjne dla niemowląt, które można bez obaw stosować już od pierwszych dni życia? *Jedną z najważniejszych kwestii jest stawianie na produkty, które mają wysoką zawartość składników naturalnych – najlepiej, by ta wartość była bliska 100%.* – wyjaśnia Aneta Chachuła, ekspert włoskiej marki Equilibra specjalizującej się w produkcji naturalnych dermokosmetyków na bazie surowego aloesu. *Naturalne składy to jednak nie wszystko. Kremy, oliwki i emulsje powinny być także testowane klinicznie i dermatologicznie, także pod względem kompatybilności ze skórą alergiczną.* *Niedopuszczalne są wszelkiego rodzaju parabeny, PEGi oraz barwniki i alergeny zapachowe. Ponadto warto szukać produktów, które są testowane na obecność niklu. Najlepsze marki podają taką informację na opakowaniach swoich produktów.* – dodaje ekspert Equilibra. Wymogi, jakie muszą spełniać dobre produkty pielęgnacyjne dla dzieci, są jak widać bardzo restrykcyjne. Jednak wyłącznie przestrzegając najwyższych standardów jakości, firmy kosmetyczne są w stanie zaoferować najmłodszym bezpieczne produkty, które nie będą podrażniały ich wrażliwej skóry.

Trzeba zaznaczyć jednak, że natura i wysoka jakość nie wykluczają praktyczności i łatwości użycia takich kosmetyków. Produkty najlepszych firm dbają także o wygodę mam i dzieci podczas pielęgnacji. Mleczka i kremy łatwo się rozsmarowują i szybko wchłaniają, oliwki nie zostawiają tłustego filmu, a szampony nie szczypią w oczy. Warto szukać więc marek, które holistycznie podchodzą do kwestii zadowolenia, jaką daje stosowanie produktu wysokiej jakości, a zarazem przyjaznego dziecku i rodzicom.

**Aloes – skuteczny i delikaty w pielęgnacji - już od pierwszego dnia życia**

Wiemy już, że warto stawiać na kosmetyki, które w składzie posiadają wysoki procent komponentów naturalnych. Czego konkretnie należy szukać na etykietach kremów i szamponów dedykowanych dzieciom?

Jednym z najbardziej cenionych i najskuteczniejszych produktów nawilżających jest aloes. Ten naturalny humektant bogaty w polisacharydy, aminokwasy, witaminy i składniki mineralne głęboko nawilża, działa przeciwbakteryjnie i przeciwgrzybiczo, wykazuje także działanie przeciwzapalne i kojące. Taki zestaw cech sprawia, że aloes idealnie sprawdza się w typowych problemach skórnych najmłodszych: podrażnieniach, szorstkości i odparzeniach, gdyż przyspiesza gojenie się ran i wzmacnia barierę ochronną naskórka, zapobiegając powrotom podobnych problemów.

Trzeba pamiętać, że produkty na bazie naturalnego aloesu są łagodne w działaniu i praktycznie pozbawione skutków ubocznych. Rezultaty uzyskane dzięki stosowaniu kosmetyków opartych na naturalnych składnikach utrzymują się o wiele dłużej, niż ma to miejsce w przypadku kosmetyków syntetycznych, które zamiast rozwiązywać problem, najczęściej tylko go maskują.

Co więcej, zdolność aloesu do łagodzenia stanów zapalnych, właściwości zmiękczające, nawilżające i odżywcze są szczególnie istotne w ochronie i pielęgnacji delikatnej skóry dziecka. Nie dziwi więc, że kosmetyki dla dzieci (i nie tylko!)zawierające ten składnik cieszą się taką popularnością. Aloes z delikatnością i mocą koi, odżywia oraz oczyszcza. Można go bez wahania stosować w pielęgnacji dzieci i niemowląt już od pierwszego dnia życia.

Aloes jest szczególnie ceniony jako składnik kosmetyków dla dzieci i maści na odparzenia pieluszkowe. Kosmetyki zawierające ekstrakt z tej rośliny skutecznie łagodzą i koją podrażnienia, głęboko nawilżają i wzmacniają naturalną ochronę skóry. Wybierając kosmetyki z aloesem warto jednak upewnić się, czy aloes w nich zastosowany jest ekstrakowany i przetwarzany na zimno, bez pasteryzacji. Dlaczego to takie ważne? Otóż dlatego, że tylko w ten sposób pozyskiwany aloes nie traci właściwości i zachowuje pełnię swoich dobroczynnych mocy. Aloes który uzyskuje się w ręcznym procesie ekstraktowania liścia na zimno jest wysokojakościowy. Po ręcznej ekstrakcji następuje upłynnienie i stabilizacja wewnętrznej tkanki liścia, dzięki czemu surowiec zachowuje 100% swoich dobroczynnych właściwości. Właśnie takiego aloesu w kosmetykach warto szukać.

**Bogactwo natury w trosce o zdrowie najmłodszych**

Wiemy już, że aloes jest szczególnie polecany w ochronie i oczyszczaniu skóry najmłodszych. Jakie jeszcze składniki powinny znaleźć się w dobrym kremie lub oliwce dziecięcej?

Bez wątpienia warto polecić masło shea (karite). Znane jest ono ze swych dobroczynnych właściwości nawilżających i uelastyczniających. Dzięki licznym witaminom (m.in. E, A, F) wzmacnia warstwę rogową naskórka, zapobiegając jej pękaniu. Dodatkowo łagodzi zmiany zapalne i posiada właściwości regenerujące. Skuteczna w ochronie wrażliwych miejsc jest także gliceryna roślinna. Pamiętajmy jednak, by wybierać tę naturalną, najlepiej pochodzenia roślinnego, unikajmy natomiast tej syntetycznej, wytwarzanej z benzyny.

Jeśli chodzi o oliwki, cenionym składnikiem jest olejek ze słodkich migdałów i olej sojowy. Ten pierwszy uznawany jest za naturalny emolient, nawilża i regeneruje naskórek. Drugi natomiast łagodzi stany zapalne skóry, zmiękcza i przyspiesza gojenie się ran. Dobre oliwki powinny zawierać także bisabolol, czyli ekstrakt z rumianku. Pomaga on przeniknąć substancjom aktywnym w głąb skóry, a dodatkowo koi oraz łagodzi zmiany alergiczne.

*Ze swojej strony polecałabym także inulinę, która wyjątkowo dobrze sprawdza się w chusteczkach oczyszczających, gdyż pomaga utrzymać odpowiednią florę bakteryjną skóry; wartym uwagi składnikiem jest również dobrze znany nagietek, który działa kojąco na podrażnienia i łagodząco na odparzenia pieluszkowe. Szukajmy go w mydłach, kremach, a nawet szamponach. Jeśli to możliwe, wybierajmy produkty, których składy choć w części bazują na rolnictwie ekologicznym.* – dodaje Aneta Chachuła, ekspert marki Equilibra.

**Zielona planeta dla przyszłych pokoleń**

Najlepsze firmy produkujące kosmetyki dla dzieci powinny nie tylko spełniać najwyższe standardy jakości, ale także wykazywać się poszanowaniem dla środowiska naturalnego i żyjących w nim istot. Jesteśmy odpowiedzialni za to, jak przyjaznym miejscem do życia będzie ziemia dla przyszłych pokoleń. Jeśli chcemy, by nasze dzieci i wnuki żyły w czystym, naturalnym i nieskażonym środowisku, wybierajmy marki, które wspierają ochronę naszej planety. Biodegradowalne opakowania pochodzące z recyklingu, bezpieczne naturalne składy oraz odpowiednie oznaczenia to kwestie, których nie należy pomijać przy wyborze dziecięcych kosmetyków. Wspieranie marek, które aktywnie przyczyniają się do ochrony środowiska, świadczy także o nas jako o osobach (i rodzicach), które są świadome zagrożeń ekologicznych i które chcą uczynić świat przyjaźniejszym dla przyszłych pokoleń.

Więcej o naturalnej pielęgnacji dziecięcej skóry na equilibra.pl