

# Kosmetyki wyszczuplające, antycellulitowe, ujędrniające

jagoPRO

Aleksandra Stasiurka-Dudek  
Technolog Jago-Pro Sp. z o. o.

**W**ymodelowane ciało o gładkiej, jędrnej i pozbawionej wszelkich defektów skórze to wciąż jeden z najsilniejszych trendów estetycznych. Wiele z nas boryka się jednak z takimi problemami jak nadmiar tkanki tłuszczowej w poszczególnych partiach ciała, utrata jędrności skóry czy cellulit. Wraz ze wzrastającą grupą osób dotkniętych tymi niedoskonałościami, zwiększa się gama produktów kosmetycznych, których celem jest niwelowanie ich widoczności i wspomaganie w walce o upragniony wygląd.

**Przyczyny i charakterystyka problemów**  
Częstym defektem kosmetycznym jest utrata jędrności skóry, która wynika przede wszystkim ze zmniejszonej produkcji włókien kolagenowych i obniżenia ich jakości.

Zmiany te mogą być wynikiem naturalnego procesu starzenia, wahań masy ciała czy silnej ekspozycji na promieniowanie słoneczne. Oprócz obniżenia jędrności jedną z najczęstszych niedoskonałości w obrębie skóry ciała jest cellulit (określany również mianem lipodystrofii typu kobiecego), będący zwyrodnieniem tkanki łącznej ze zmianami w tkance podskórnej. Charakteryzuje się występowaniem nierówności, zgrubień, guzków i bruzd, szczególnie w okolicy ud, pośladków, brzucha oraz ramion. Według szacunków cellulit obserwuje się nawet u ponad 85% kobiet (u mężczyzn występuje zdecydowanie rzadziej) i dotyczy osób w różnym wieku, niezależnie od masy ciała. Bazując na ocenie

konsystencji skóry, wyróżnia się cztery postacie lipodystrofii: twardą (inaczej cellulit wodny), wiotką (cellulit tłuszczowy), obrzękową (uważaną za najcięższą postać cellulitu) i mieszaną (łączącą cechy wcześniej wymienionych). Z kolei stadium zaawansowania zmian cellulitowych określa się najczęściej przy użyciu czterostopniowej skali makroskopowej, gdzie stopień I wskazuje na cellulit prawie niewidoczny, natomiast stopień IV charakteryzuje poważne, bardzo widoczne zmiany w obrazie skóry.

Pojawienie się i pogłębianie cellulitu nie jest wyłącznie problemem estetycznym – może świadczyć o kłopotach zdrowotnych związanych m.in. z niewydolnością krążenia czy nieprawidłowościami metabolicznymi. Do czynników skorelowanych z jego powstawaniem zalicza się funkcjonowanie gospodarki hormonalnej (głównie oddziaływanie estrogenów na pracę naczyń krwionośnych oraz lipogenezę i magazynowanie tłuszczów), dysfunkcje układu krążenia (zaburzenia mikrokrążenia i wpływ na zwiększenie objętości komórek tłuszczowych), a także niewłaściwe działanie mechanizmów magazynowania tłuszczów czy predyspozycje genetyczne. Za faktory sprzyjające występowaniu powyższych zmian uznaje się również niewłaściwie skomponowaną dietę, niską aktywność fizyczną, stres, niewystarczające nawodnienie organizmu oraz używki.

## Rozwiązania na rynku kosmetycznym

Oferta kosmetyków o działaniu wyszczuplającym, ujędrniającym i antycellulitowym jest naprawdę bogata. Preparaty te występują w różnych formach fizykochemicznych, od żeli, balsamów czy olejków, aż po koncentraty, serum i maski. To właśnie ostatnie z wymienionych rodzajów produktów cieszą się największym zainteresowaniem konsumentów. Skoncentrowane formuły, silne i skuteczne działanie czy szybko widoczne efekty to deklaracje,

które zdecydowanie przyciągają kupujących. Receptury preparatów wyszczuplających i ujędrniających, oprócz bogactwa składników aktywnych, niejednokrotnie zawierają surowce o działaniu chłodzącym lub rozgrzewającym. Chłodzenie ma za zadanie stymulować metabolizm, podobnie jak ma to miejsce w trakcie krioterapii. Z kolei efekt rozgrzewający pobudza mikrokrążenie i przyczynia się do wzrostu jędrności skóry. Ponadto takie odczucia organoleptyczne są często pozytywnie postrzegane przez konsumentów, którzy utożsamiają je z silniejszym działaniem.

Wśród nieco mniej popularnych form produktów warto wymienić balsamy w kostce, które idealnie wpisują się w trend waterless, a także bandaże nasączone preparatem ze składnikami aktywnymi do użycia bezpośrednio na wybraną partię ciała. Właściwości ujędrniające czy przeciwcellulitowe są często wartością dodaną produktów myjących (pod prysznic i do kąpieli), peelingów oraz preparatów brązujących. Ich zadaniem jest zarówno wspomaganie terapii opisywanych zmian, jak i działanie profilaktyczne. Regularne złuszczenie naskórka z wykorzystaniem specjalistycznych preparatów peelingujących lub masaż przy użyciu szorstkiej rękawicy są jednymi z kluczowych działań przeciwdziałających powstawaniu i pogłębianiu się cellulitu.

W odpowiedzi na potrzeby producentów kosmetyków laboratoria badawcze oferują szeroką gamę badań potwierdzających zamierzone działanie. Ocenic można m.in. wzrost poziomu jędrności i elastyczności skóry, stopień redukcji cellulitu i zmniejszenie jego widoczności czy zmianę obwodu części ciała, na którą aplikuje się preparat. Przedstawianie wyników takich badań na opakowaniach produktów (nierzadko w formie liczbowej) oraz w materiałach reklamowych jest popularną praktyką i często wykorzystywanym narzędziem marketingowym.

## Składniki aktywne

Efektywność kosmetyków modelujących opiera się w dużej mierze na zastosowaniu cennych składników aktywnych. Zadaniem tych surowców jest przede wszystkim uszczelnianie naczyń włosowatych oraz poprawa mikrokrążenia krwi i przepływu limfy, co zapobiega przedostawaniu się płynu do przestrzeni międzykomórkowych. Powinny one również regulować metabolizm adipocytów, wykazywać działanie ujędrniające, przeciwobrzękowe i pobudzające syntezę kolagenu. W poniższej tabeli przedstawiono przykłady popularnych składników obecnych w preparatach o działaniu antycellulitowym i ujędrniającym, wraz ze wskazaniem głównych związków w nich występujących oraz sposobu oddziaływania na skórę.

Przykłady składników o działaniu antycellulitowym, ujędrniającym i wyszczuplającym.

NAZWA ROŚLINY / SKŁADNIKA AKTYWNEGO	SKŁAD CHEMICZNY	WYKAZYWANE DZIAŁANIE
Bluszcz pospolity (Hedera helix L.)	Saponiny triterpenowe (hedera-genina i hederyna), flawonoidy (rutyna, kemferol)	<ul style="list-style-type: none"> <li>poprawa drenażu żylnego i przepływu limfy</li> <li>zmniejszenie przepuszczalności naczyń krwionośnych</li> <li>działanie przeciwzapalne i przeciwobrzękowe</li> <li>hamowanie aktywności hialuronidazy i elastazy</li> </ul>
Miłorząb japoński (Ginkgo biloba L.)	Flawonoidy, terpeny, kwasy (ginkgolowy, askorbinowy, szikimowy)	<ul style="list-style-type: none"> <li>działanie antyoksydacyjne</li> <li>niwelowanie obrzęków</li> <li>wzmacnianie i uelastycznianie ścian naczyń krwionośnych</li> <li>normalizacja procesu lipolizy</li> </ul>
Lukrecja gładka (Glycyrrhiza glabra L.)	Flawonoidy (glabrydyna), saponiny triterpenowe (glicyryzyna, kwas likwirytnowy), olejek eteryczny	<ul style="list-style-type: none"> <li>ograniczenie gromadzenia się lipidów</li> <li>stymulacja lipolizy</li> <li>właściwości nawilżające, przeciwzapalne i antyoksydacyjne</li> </ul>
Wąkrotka azjatycka (Centella asiatica L.)	Saponiny triterpenowe (m.in. azjatykozyd, centellozyd, madekasozyd, centellasaponiny), kwasy triterpenowe (azjatykowy, madekasowy, betulinowy), mono- i seskwiterpeny, flawonoidy, fitosterole, garbniki, witaminy (A, C, E, K)	<ul style="list-style-type: none"> <li>normowanie przemian metabolicznych w komórkach tkanki łącznej</li> <li>działanie drenujące i przeciwzapalne</li> <li>stymulowanie mikrocyrkulacji</li> <li>pobudzenie fibroblastów i syntezy kolagenu</li> <li>zapobieganie gromadzeniu się tłuszczu w adipocytach</li> </ul>
Algi (Algae); m.in. morskoczyń pęcherzykowata, chrząstnica kędzierzawa	Polisacharydy (laminaryna, fukoidyna, kwas alginowy), alkohole cukrowe (sorbitol, mannitol), składniki mineralne (magnez, mangan, jod), witaminy	<ul style="list-style-type: none"> <li>regulacja procesu lipolizy</li> <li>dotlenienie komórek i poprawa ukrwienia skóry</li> <li>pobudzenie przemiany materii</li> <li>stymulacja fibroblastów do wytwarzania kolagenu</li> </ul>
Kofeina (Caffeine)	Alkaloid purynowy; metyloksantyna	<ul style="list-style-type: none"> <li>aktywacja enzymów pobudzających hydrolizę trójglicerydów</li> <li>wspomaganie procesu lipolizy</li> <li>poprawa mikrokrążenia</li> </ul>
L- karnityna (Carnitine)	Pochodna kwasu $\gamma$ -amino- $\beta$ -hydroksymastłowego	<ul style="list-style-type: none"> <li>wzmaganie reakcji metabolicznych lipidów</li> <li>zapobieganie tworzeniu adipocytów i zwiększaniu ich objętości</li> <li>stymulacja przepływu limfy</li> </ul>

Wśród innych często stosowanych surowców kosmetycznych o wysokiej skuteczności względem omawianych zmian wymienić należy składniki, takie jak: ruszczyk kolczasty, traganek błoniasty, olejki eteryczne (np. cynamonowy, rozmarynowy, grejpfrutowy), witaminy A i E. Równie przydatne w pielęgnacji są oleje roślinne, szczególnie jeżeli ich nakładaniu towarzyszy masaż manualny lub np. przy pomocy bańki chińskiej. Oleje wspomagają utrzymanie właściwego poziomu nawilżenia, wspierają elastyczność i jędrność skóry. W grupie szczególnie polecanych olejów znajdują się m.in. olej z awokado, z pestek winogron, bluszczu, nasion kawy czy pietruszki.

Osoby decydujące się na zabiegi w profesjonalnych gabinetach kosmetycznych mogą wybierać z naprawdę imponującej grupy terapii. Najbardziej znane z nich to:

- masaż – możliwy do przeprowadzenia technikami klasycznymi (manualnie) lub przy wykorzystaniu specjalistycznej aparatury. Masaż oddziałuje na tkankę tłuszczową, poprawia krążenie krwi i wspomaga pozbywanie się obrzęków. Często łączy się go z drenażem limfatycznym bezpośrednio wpływającym na układ chłonny i wspierającym jego motorykę;
- endermologia – masaż podciśnieniowy wykonywany przy użyciu urządzeń z głowicą zasysająco-masującą. Endermologia pobudza komórki skóry właściwej, normalizuje przepływ krwi i limfy, przyspiesza proces lipolizy;
- ultradźwięki (tzw. liposukcja ultradźwiękowa) – zabieg przeprowadzany dzięki aparatom emitującym fale dźwiękowe, które rozbijają i upłynniają tkankę tłuszczową, a także pobudzają lokalnie układ krążenia i układ limfatyczny;
- karboksyterapia – metoda polegająca na śródskórnym lub podskórnym podaniu małych dawek dwutlenku węgla docierających do wybranych tkanek. Komórki tłuszczowe są podatne na działanie gazu, który po wstrzyknięciu zmienia się w kwas węglowy rozbijający adipocyty;



### Co oprócz kosmetyków?

Produkty kosmetyczne stanowią zdecydowanie najpopularniejszą i szeroko dostępną formę zapobiegania utracie jędrności skóry oraz niwelowania cellulitu. Synergiczne efekty można uzyskać także poprzez połączenie stosowania kosmetyków i rozmaitych zabiegów. W zdecydowanej większości z nich pobudzane jest mikrokrążenie i przepływ limfy. Preparaty nakładane w trakcie lub bezpośrednio po takich zabiegach silniej przenikają do głębszych warstw skóry, czym wspomagają rezultaty stosowanej terapii. Tę zależność można z powodzeniem wykorzystywać nawet w domowej rutynie, łącząc nakładanie produktów przeciwcellulitowych i ujędrniających z masażem wybranych partii ciała.

- krioterapia (kriolipoliza) – miejscowa ekspozycja na działanie niskiej temperatury. Wzmacnia reakcję zapalną, która z kolei powoduje obumieranie komórek tłuszczowych. Zabieg poprawia krążenie krwi, niweluje cellulit oraz zwiększa gęstość włókien kolagenowych;
- laseroterapia – aparatura emituje energię do skóry właściwej lub tkanki podskórnej (zależnie od długości fali), przez co pobudzony zostaje przepływ krwi i limfy, a także stymulowana jest synteza kolagenu;

- fale akustyczne i radiowe – kolejne rodzaje terapii w wykorzystaniem emisji energii (odpowiednio fal ciśnienia lub pola elektrycznego i magnetycznego). Powstające w urządzeniu fale są przekazywane w głąb tkanki podskórnej, wzmagają lipolizę i przyspieszają procesy metaboliczne. Ponadto poprawiają krążenie i działają przeciwobrzękowo.

### Ruch bodypositive jako koniec ery kosmetyków antycellulitowych?

Obecnie można spotkać się ze stwierdzeniem, że rodzący się sprzeciw wobec kreowania nierzeczywistych i niemożliwych do osiągnięcia ideałów piękna, mocno promowanych w przestrzeni internetowej, stanowi niejako zagrożenie dla omawianego sektora rynku kosmetycznego. Warto jednak wziąć pod uwagę, że większość tego typu kampanii ma za zadanie podnieść świadomość społeczeństwa poprzez ukazanie prawdziwego wizerunku ludzkiego ciała i namawianie do akceptacji swojego wyglądu. Nie należy mylić tych ruchów z zachętą do odrzucenia stosowania kosmetyków czy braku dbania o atrakcyjną aparycję. Wręcz przeciwnie! Trzeba przyjąć, że dążeniem współczesnych ludzi jest coraz częściej zachowanie zdrowia i urody w harmonii z wyrozumiałością dla własnych niedoskonałości, a kosmetyki stanowią jeden ze środków do osiągnięcia tego celu.

### Podsumowanie

Utrata jędrności skóry, nadmiar tkanki tłuszczowej oraz cellulit to jedne z najczęściej występujących zmian skóry ciała. Przyczyny ich powstawania są wieloczynnikowe, a sprzyjają im niska aktywność fizyczna i źle zbilansowana dieta. Od wielu lat nie słabnie zatem zainteresowanie produktami kosmetycznymi o działaniu wyszczuplającym, ujędrniającym i antycellulitowym, a ich wachlarz stale się poszerza. Dużą popularnością cieszą się kosmetyki o skoncentrowanych formułach, dla których deklarowane jest osiągnięcie widocznych efektów już po krótkim czasie stosowania. Kosmetyki modelujące powinny przede wszystkim poprawiać przepływ krwi i limfy, regulować metabolizm komórek tłuszczowych i zmniejszać obrzęki. Wśród składników aktywnych dedykowanych temu sektorowi kosmetycznemu wymienić należy m.in. kofeinę, bluszcz pospolity czy algi. Korzystne działanie przynosi również połączenie stosowania kosmetyków z zabiegami w profesjonalnych gabinetach. ■



Zeskanuj kod QR, aby pobrać literaturę

Reklama

**jagoPRO**

GMP  
ISO 13485  
ISO 9001  
ISO 14001  
ISO 18001

Quality & Innovation Synergy

medical device

cosmetics

household & automotive

contract & aerosol manufacturer

product development

To find more visit our website

[jagopro.pl](http://jagopro.pl)  
tel. +48 32 614 30 50  
Szczakowska Street 35  
43-600 Jaworzno, POLAND