

Cosméticos Sustentáveis: o que são e como escolher?

Sara Bom, Helena Margarida Ribeiro, Joana Marques Marto

A **sustentabilidade** vai muito além do impacto ambiental... Mas será que compreendemos este conceito enquanto consumidores de produtos cosméticos? Como a maioria dos produtos de consumo, os cosméticos irão ter impacto no meio ambiente.

Qual a diferença entre cosméticos “verdes” e “sustentáveis”?

Os **cosméticos “verdes”** estão associados a produtos que contêm ingredientes naturais e orgânicos à base de plantas e que evitam a utilização de produtos químicos sintéticos como parabenos, ftalatos, lauril sulfato de sódio, etc..

No entanto, natural, orgânico e verde não significa necessariamente sustentável. Estas designações referem-se apenas aos ingredientes do produto que são normalmente categorizados tendo em conta o tipo de agricultura e a origem do ingrediente.

Nos **cosméticos “sustentáveis”** são considerados todos os possíveis impactos associados ao ciclo de vida do produto. Assim, estes não têm uma definição única. Referem-se a produtos com atributos ambientalmente preferíveis e a produtos com responsabilidade ética, social e económica.

Embora não seja possível rotular oficialmente um produto cosmético como “sustentável”, há rótulos de comércio justo, rótulos ecológicos e índices de sustentabilidade e responsabilidade social corporativa que, nesse contexto, se tendem a aproximar da classificação do que é um cosmético sustentável.

O ciclo de vida de um produto cosmético também contempla a fase de uso do consumidor e pós-uso, o que significa que também podemos ter um papel ativo nesta demanda da sustentabilidade.

Enquanto consumidores devemos ter em atenção as matérias-primas e o material de embalagem, que devem ser sempre sujeitos à reciclagem ou reutilização. Os nossos hábitos diários também devem merecer atenção: simples ações como regular e controlar a temperatura e quantidade de água utilizada aquando da utilização de produtos de enxaguamento ou utilizar apenas a quantidade de produto suficiente podem fazer a diferença. Deste modo, estaremos a contribuir para a diminuição da pegada ecológica.

Faculdade de Farmácia da Universidade de Lisboa