

Luonnonkosmetiikka

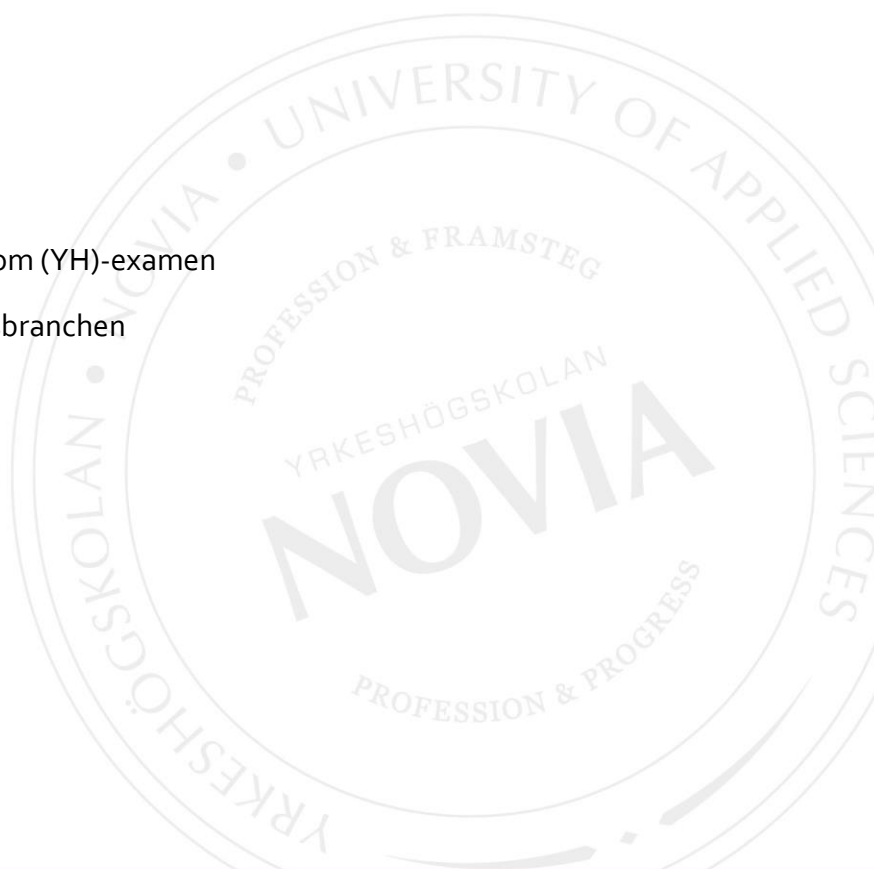
- Katsaus luonnonkosmetiikkaan -oppimateriaalia
kauneudenhoitoalan ammattilaisille ja opiskelijoille

Henni Kivikangas

Examensarbete för Estenom (YH)-examen

Utbildningen för skönhetsbranchen

Vasa 2020



OPINNÄYTETYÖ

Tekijä: Henni Kivikangas

Koulutus ja paikkakunta: Kauneudenhoitoala, Vaasa

Ohjaaja(t): Jaana Ylimartimo-Nybäck

Nimike: **Luonnonkosmetiikka** – Katsaus luonnonkosmetiikkaan -oppimateriaalia kauneudenhoitoalan ammattilaisille ja opiskelijoille

Päivämäärä 21.10.2020

Sivumäärä 27 Liitteet 1

Tiivistelmä

Tutkimuksen aiheena on selvittää, miten luodaan informatiivinen oppimateriaali luonnonkosmetiikasta. Opinnäytetyön yhteydessä laadittiin oppimateriaali kauneudenhoitoalan ammattilaisille ja opiskelijoille. Tutkimus on tehty kehittämään kauneudenhoitoalan ammattilaisten osaamista ja täydentämään jo saatavilla olevaa tietoa luonnonkosmetiikasta.

Tutkimus on laadullinen tutkimus ja tutkimusmenetelmänä on käytetty verkkotutkimusta. Tutkimuksen teoriaosuus koostuu luonnonkosmetiikan perusteista sekä pedagogisesta osiosta, joiden pohjalta on laadittu oppimateriaali. Opinnäytetyössä laadittuun oppimateriaaliin pyydettiin verkkokyselyn avulla kommentteja kauneudenhoitoalan ammattilaisilta, joilla on myös pedagogista osaamista. Vastauksien analysoinnissa hyödynnettiin sisällönanalyysiä.

Tutkimustulos osoittaa, että opinnäytetyön yhteydessä laadittu oppimateriaali luonnonkosmetiikasta on informatiivinen ja materiaali sopii sekä ammattilaisille että opiskelijoille. Oppimateriaali on tehty PowerPoint-esitysohjelmalla ja materiaali toimii kouluttajan/opettajan tukena.

Kieli: Suomi

Avainsanat: Luonnonkosmetiikka, Luomukosmetiikka, Oppimateriaali

EXAMENSARBETE

Författare: Henni Kivikangas

Utbildning och ort: Skönhetsbranschen, Vasa

Handledare: Jaana Ylimartimo-Nyback

Titel: **Naturligkosmetika** – En granskning i naturligkosmetika -inlärningsmaterial åt professionella och studerande inom skönhetsbranschen

Datum 21.10.2020

Sidantal 27

Bilagor 1

Abstrakt

Ämnet för forskningen är att ta reda på hur man skapar informativt inlärningsmaterial om naturkosmetik. Inlärningsmaterialet riktar sig till professionella samt till studeranden inom skönhetsbranschen. Forskningen har genomförts för att utveckla kompetensen hos personer inom skönhetsbranschen och för att komplettera den information som redan finns tillgänglig om naturkosmetik.

Forskningen är kvalitativ och online forskning har använts som forskningsmetod. Den teoretiska delen av forskningen består av grunderna i naturkosmetik och ett pedagogiskt avsnitt som ligger till grund för ett utarbetat inlärningsmaterial. De som svarar på studien är professionella inom skönhetsbranschen som också har pedagogisk expertis inom området. Datainsamlingsmetoden var en online-undersökning och innehållsanalys har använts som en analysmetod.

Forskningsresultaten visar att det inlärningsmaterial om naturkosmetik som utarbetats i samband med avhandlingen är informativt och lämpligt för både yrkesverksamma och studeranden. Inlärningsmaterialets innehåll motsvarar respondenternas syn på informativt läromaterial. Inlärningsmaterialet har gjorts med PowerPoint-presentationsprogram och materialet stödjer skolaren/läraren.

Språk: Finska

Nyckelord: Naturkosmetika, ekologisk kosmetik, inlärningsmaterial

BACHELOR'S THESIS

Author: Henni Kivikangas

Degree Programme: Beauty and cosmetics, Vasa

Supervisor(s): Jaana Ylimartimo-Nybäck

Title: **Natural Cosmetics** – A review of natural cosmetics -learning material for beauty professionals and students

Date 21.10.2020

Number of pages 27 Appendices 1

Abstract

The aim of the research is to find out how to create informative learning material on natural cosmetics. In connection with the study, a learning material was prepared for beauty professionals and students. The study has been made to develop the expertise of beauty professionals and to complement the information already available on natural cosmetics.

The study is carried out qualitatively and online research has been used as research method. The theoretical part of the study consists of the basics of natural cosmetics and a pedagogical section. A learning material has been drawn up on the basis of the theoretical part. Through an online survey, comments were requested from professionals in the beauty sector who also have pedagogical skills. Content analysis was used to analyse the responses.

The results show that the learning material on natural cosmetics prepared in connection with the study is informative and suitable for both professionals and students. The learning material has been made with a PowerPoint presentation and the material supports the instructor/teacher.

Language: Finnish

Key words: Natural Cosmetics, Organic Cosmetics, Learning material

Sisällysluettelo

1	Johdanto	1
2	Tutkimusongelma.....	2
3	Teoreettinen viitekehys	2
3.1	Luonnonkosmetiikka	2
3.1.1	Sertifikaatit ja standardit	3
3.1.2	Mitä luonnonkosmetiikka ei saa sisältää	5
3.1.3	Luonnonkosmetiikan ja luomukosmetiikan erot	6
3.1.4	Luonnonkosmetiikan raaka-aineet	6
3.1.5	Kasvivärit	12
3.1.6	Pakkaukset	13
3.1.7	Ympäristö.....	13
3.2	Pedagoginen osuus.....	13
3.2.1	Oppimisen eri vaiheet	13
3.2.2	Behavioristinen oppimiskäsite	14
4	Aikaisemmat tutkimukset	15
5	Tutkimusmenetelmä	18
5.1	Verkkokysely	18
5.2	Sisällönanalyysi	19
5.3	Tutkimuksen toteutus.....	19
6	Johtopäätökset ja tulkinta	20
6.1	Oppimateriaali	20
6.2	Kehitysideat	21
6.3	Yhteenveto	21
7	Kriittinen tarkastelu	23
8	Pohdinta	24
	Lähteet.....	26
	Liite	

1 Johdanto

Tänä päivänä luonnonkosmetiikka kiinnostaa kuluttajia yhä enemmän. Kuluttajat ovat kiinnostuneita kosmetiikan vaikutuksesta ihmiseen ja ympäristöön. Moni luonnonkosmetiikan kuluttaja ajattelee, että luonnonkosmetiikkatuotteet edistävät ihmisen ja luonnon hyvinvointia, sillä kaikkia synteettisen kosmetiikan mahdollisia haittavaikutuksia terveyteen ei vielä tunneta.

Olen aina ollut kiinnostunut kauneushoidosta. Kosmetologi opintojeni aikana puhe parabeenien haitoista yleistyi, ja minua alkoi enemmän kiinnostaa, mitä käyttämäni ihonhoitotuotteet sisältävät. Olin aiemmin kokeillut monia erilaisia ihonhoitotuotteita, löytäkseni avun atooppiseen ihooni. Pari vuotta valmistumiseni jälkeen, minulle tarjottiin työtä erään luonnonkosmetiikkasarjan myyntiedustajana. Otettuani selvää sarjasta ja siitä, mitä luonnonkosmetiikalla tarkoitetaan, päätin ottaa työn vastaan. Ajattelin uuden työn tuovan vaihtelua kosmetologin hoitotyölle. En kuitenkaan tiennyt, että työ avaisi minulle täysin uuden maailman.

Tänä päivänä luonnonkosmetiikka puhututtaa paljon. Vielä vajaa kymmenen vuotta sitten tehdessäni myyntiedustajan työtä, kosmetologit Suomessa epäröivät luonnonkosmetiikan ottamista valikoimiinsa. Viime vuosina luonnonkosmetiikka on kuitenkin löytänyt paikkansa kuluttajien keskuudessa. Luonnonkosmetiikasta on viime vuosina julkaistu suomen kielellä kirjallisuutta, mutta aiheesta ei ole julkaistu oppimismateriaalia, jota voitaisiin hyödyntää muun muassa kauneushoitoalan opetuksessa.

Opinnäytetyön aiheena on laatia kauneushoitoalan ammattilaisille, opiskelijoille sekä kosmetiikan parissa työskenteleville informatiivinen oppimateriaali luonnonkosmetiikasta. Koska oppimateriaali on suunnattu kauneushoitoalan opiskelijoille ja ammattilaisille, joilla on jo esimerkiksi käsitys ihon toiminnasta ja kosmetiikan tuotetietoutta, en käsittele näitä asioita työssäni. Materiaali sopii käytettäväksi sekä oppilaitoksissa että kosmetiikkaliikkeissä. Oppimateriaalia opettava kouluttaja/opettaja voi käyttää opinnäytetyön teoriaosuutta tiedon pohjana. Lisäksi opinnäytetyön yhteyteen on laadittu valmis PowerPoint -esitys aiheesta. Esityksestä löytyy kurssin etenemistä ja opiskelijoiden oppimista edistäviä kysymyksiä, joita kurssinvetäjä voi halutessaan käyttää.

2 Tutkimusongelma

Opinnäytetyön tarkoituksena on luoda informatiivinen oppimateriaali luonnonkosmetiikasta kauneudenhoitoalan opiskelijoille ja ammattilaisille.

Tutkimuskysymys:

Miten luodaan informatiivinen oppimateriaali luonnonkosmetiikasta?

3 Teoreettinen viitekehys

Tässä luvussa käsitellään, mitä luonnonkosmetiikalla tarkoitetaan, mitä eroa on luonnonkosmetiikalla ja luomukosmetiikalla, miten luonnonkosmetiikan raaka-aineet eroavat synteettisistä raaka-aineista, minkälaisia väriaineita luonnonkosmetiikassa käytetään sekä mitä luonnonkosmetiikan pakkausmateriaaleissa tulee ottaa huomioon. Lisäksi luvussa käydään läpi luonnonkosmetiikan eri sertifikaatit ja standardit ja luonnonkosmetiikan vaikutusta ympäristöön. Lopuksi luvussa käsitellään oppimateriaalia pedagogisesta näkökulmasta.

3.1 Luonnonkosmetiikka

Luonnonkosmetiikka ei ole mikään uusi keksintö, vaan kauneutta on kautta aikojen hoidettu luonnosta saatavilla raaka-aineilla. (Kokko, 2015, s. 15) Luonnonkosmetiikalla tarkoitetaan kosmetiikkaa, joka on pääosin valmistettu luonnonraaka-aineista. Raaka-aineiden, joita tarvitsee käyttää tuotteessa teknisistä syistä, tulee olla luonnollista alkuperää ja hellävaraisesti prosessoituja. (Kokko, 2015, s. 21)

Luonnonkosmetiikan kysyntä on kasvanut huomasti viime vuosien aikana. Tällä hetkellä ei ole olemassa lakia, joka tekisi eroa luonnonkosmetiikan ja synteettisen kosmetiikan välille. Tämän takia on perustettu erilaisia sertifikaatteja, jotka auttavat määrittelemään ja helpottamaan, mitä luonnonkosmetiikalla tarkoitetaan. (Kokko, 2015, s. 20; Varon, 2020, s. 73)

3.1.1 Sertifikaatit ja standardit

Luonnonkosmetiikka kiinnostaa tänä päivänä kuluttajia ja moni kaupallinen taho haluaakin päästä hyötymään siitä. Kosmetiikkatuotteita saatetaan markkinoida luonnollisina, vaikka ne sisältäisivät vain pienen osan luonnonmukaisista ainesosista. Kuluttajan on usein vaikea tietää raaka-aineluetteloa lukemalla, kuinka luonnollinen tuote on. Kuluttajaa hämää myös se, että raaka-aineen nimi saattaa olla sama, oli se sitten synteettinen tai luonnollista alkuperää oleva ainesosa. (Kokko, 2015, s. 20)

Koska luonnonkosmetiikalle ei ole olemassa omaa lainsäädäntöä, on Euroopassa perustettu erilaisia sertifikaatteja, jotka määrittelevät luonnonkosmetiikkaa ja helpottavat kuluttajaa välttämään virheellisiä hankintoja. (Kokko, 2015, s. 20) Sertifikaattien kriteerit ovat erilaiset eri alueilla, koska ei ole olemassa vain yhtä sertifiointijärjestelmää luonnonkosmetiikalle. Sertifioinneissa on myös eroja. Eniten eroavaisuuksia on luomuviljeltyjen raaka-aineiden minimimäärissä ja sekä sallituissa synteettisissä raaka-aineissa. (Kokko, 2015, s. 20-21)

Luonnonkosmetiikka.fi –sivusto listaa seuraavat pääperiaatteet yhteisiksi kaikille luonnonkosmetiikka sertifikaateille:

- Valmistuksessa tulee suosia luonnollisia raaka-aineita, geenimanipuloituja raaka-aineita ei sallita.
- Luomulaatuisia raaka-aineita suositaan, villikasvien keräily pitää olla vastuullista.
- Tuotteissa käytettyjen raaka-aineiden tulee olla mahdollisimman vähän prosessoituja ja niiden käsittely on säädeltyä (esim. raaka-aineiden säteilyttäminen on kielletty).
- Raaka-aineita ja valmiita tuotteita ei saa testata eläimillä.
- Tuotteiden tulee aiheuttaa mahdollisimman vähän haittaa ympäristölle tuotteiden tuotannon, käytön ja hävittämisen aikana.
- Pakkausmerkintöjen ja markkinointiviestinnän pitää tarjota kuluttajalle täsmällistä ja oikeaa tietoa.

(Luonnonkosmetiikka.fi, 2020)

Sertifikaatteja on lukuisia, mutta tunnetuin eurooppalainen sertifikaatti on *Ecosert*, joka on myös maailmalla tunnetuin luonnonkosmetiikan sertifikaatti. Muita tunnettuja eurooppalaisia sertifikaatteja ovat italialainen *AIAB* sekä *ICEA*, saksalainen *BDIH*, ranskalainen *Cosmebio*, belgialainen *EcoGarantie* sekä *NaTrue*, englantilainen *Soil Association* ja *COSMOS* standardi. *COSMOS* standardi on eurooppalaisten sertifikaattien

kattojärjestö ja sen perustajat ovat *BDIH*, *Cosmebio*, *Ecosert*, *Soil Association* sekä *ICEA*. *COSMOS* standardin tavoitteena on luoda kansainvälisesti yhtenäinen sertifiointistandardi. Kyseiseen standardiin kuuluu kaksi eri luokitusta *COSMOS ORGANIC* ja *COSMOS NATURAL*. (Kokko, 2015) (Luonnonkosmetiikka.fi)



Kuva 1 Sertifikaatit ja standardit (Pro Luonnonkosmetiikka ry)

Tänä päivänä luonnonkosmetiikkamerkin on haastavaa kilpailla markkinoilla ilman sertifikaattia, koska kuluttajat ovat tietoisia luonnonkosmetiikan kriteereistä ja laadusta. Kuluttajat etsivät tuotteista sertifikaattia, joka takaa tuotteiden luonnollisuuden ja ekologisuuden sertifikaatin määrittelemissä rajoissa. Monet sertifikaattiorganisaatiot ovat voittoa tavoittelemattomia järjestöjä, mutta sertifikaattien hankinta yksittäisille tuotteille tai kokonaiselle merkille maksaa. Pienet luonnonkosmetiikkayritykset saattavat helposti jäädä jalkoihin, kun perustusvaiheessa yrityksellä ei ole taloudellisesti mahdollista hankkia sertifikaattia. Hyvä laatuisten, ilman sertifikaattia toimivien tuotteiden löytäminen vaatiikin raaka-aineluettelon asiantuntemusta. (Kokko, 2015, s. 20; Varon, 2020, s. 73; Pro Luonnonkosmetiikka ry)

Sertifikaatit takaavat tuotteiden turvallisuuden. Tuotteisiin ei voida laittaa mitä tahansa ainesosia luonnosta, vaan jokainen tuote käy läpi laboratoriossa toksikologin tekemät turvallisuustestit. Testeissä testataan esimerkiksi tuotteiden säilyvyyttä ja puhtautta.

Jokaisen raaka-aineen tulee olla sallittuja kosmetiikassa ja luonnonkosmetiikan sertifioijatahon sallimia ja niiden käytöstä tulee olla tarpeeksi tietoa. Ilman tarvittavaa tietoa tuotteelle ei voida antaa sertifikaattia. Esimerkkinä tästä Kokko nostaa esille kirjassaan Aidosti kaunis luonnonkosmetiikkabrändin Supermood, jonka tuotteet valmistetaan Ecosert-sertifioidulla tehtaalla, mutta tuotteilla ei ole sertifikaattia harvinaisen raaka-aineen takia. Supermood merkin Egoboost-linjan tuotteet sisältävät pakurikääpäuutetta, joka on kosmetiikan raaka-aineena harvinainen, ja sitä ei ole tällä hetkellä listattu Ecosertin hyväksymiin raaka-aineisiin. Eli vaikka kaikki muut osat tuotteesta kuuluvat Ecosertin kriteereihin, voi yksi vähemmän tunnetumpi ainesosa ratkaista sen, saako merkki sertifikaattia. Tuotteen tai tuotemerkin, joka on saanut luonnonkosmetiikan sertifikaatin, toimintaa valvotaan tarkasti. Valvonta koskee tuotteiden ja ainesosien varastointia, käsittelyä, kuljetusta, seosten valmistamista, luomuaineosien viljelyä ja yrityksellä tulee kysyttäessä olla esittää todistus tai dokumentti esimerkiksi raaka-aineiden jäljittämistä varten. (Kokko, 2015, s. 27)

3.1.2 Mitä luonnonkosmetiikka ei saa sisältää

Sertifioitu luonnonkosmetiikka saa nimestään huolimatta sisältää synteettisiä raaka-aineita, mutta vain pienen osan. Usein synteettiset ainesosat ovat mietoja, säilyvyyttä parantavia ja sellaisia, joita käytetään elintarviketeollisuudessa. Sertifioitu luonnonkosmetiikka takaa sen, että kuluttaja voi luottaa tuotteen raaka-aineiden olevan turvallisia ihmisen terveyden ja ympäristön kannalta. Kiellettyjen aineiden lista luonnonkosmetiikassa on huomattavasti pidempi kuin synteettisen kosmetiikan lista. Luonnonkosmetiikassa sallittuja raaka-aineita on noin 1 000, kun taas synteettisessä on noin 15 000. Kokko listaa Aidosti kaunis kirjassaan aineita, joita ei saa käyttää sertifioidussa luonnonkosmetiikassa:

- Sodium lauryl- ja Sodium laureth sulfate
- Emulgaattorit PPG ja PEG
- Kaikki synteettiset rasvat, öljyt, hajusteet ja värit
- Raaka-aineet, jotka ovat valmistettu maaöljystä, esimerkiksi Paraffinum liquidum ja Petrolatum
- Synteettiset UV-filtterit
- Silikonit ja siloksaanit

- Synteettiset säilöntäaineet, jotka vapauttavat formaldehydiä, esimerkiksi DMDM hydantoin, Diazolidinyl urea, Imidazolidinyl urea, Methenamine, Quaternium-15 ja Sodium hydroxymethylglycinate
- Kvatit
- Parabeenit
- Propyleeniglykoli
- Triclosan
- Ftalaatit
- Eläinperäiset raaka-aineet ja kollageenit, jos eläimelle on aiheutettu kärsimystä tai eläin on jouduttu tappaman. (poikkeuksena luonnonkosmetiikassa sallittu karmiininpunainen väriaine)

(Kokko, 2015, s. 26)

3.1.3 Luonnonkosmetiikan ja luomukosmetiikan erot

Luonnonkosmetiikka ja luomukosmetiikka ei ole sama asia. Aito luomukosmetiikka tarkoittaa tuotteita, jotka sisältävät ainoastaan luomuviljeltyjä raaka-aineita. Luomuviljeltyt ja kylmäpuristetut kasviöljy seokset, kylmäpuristettu jojobaöljy ja puhdas sheavoi voivat esimerkiksi olla luomu raaka-aineita. Kaikkea ei voi sertifioida luomukosmetiikaksi. Esimerkiksi vesi, suola ja villiyrtilt ovat täysin luonnollisia raaka-aineita, mutta niitä ei voida myydä luomukosmetiikkana, koska niitä ei pystytä viljellä. Moniin kosmetiikkatuotteisiin tarvitaan myös muita kuin luonnollisia ainesosia, jotta tuotteeseen saadaan tietynlainen koostumus. Emulgaattorit ja pintajännitystä poistavat aineet voidaan valmistaa sokereista ja kookosöljystä, mutta ainesosat eivät tule sellaisenaan suoraan luonnosta, vaan luonnon raaka-aineista muokataan toinen raaka-aine. Muokattu raaka-aine ei voi koskaan olla luomu vaan silloin se on luonnollinen. Tämän takia esimerkiksi shampoo ei voi olla täysin luomu. On kuitenkin yleinen käytäntö, että luomukosmetiikaksi voidaan kutsua tuotetta, joka sisältää vähintään 95 % luomuviljeltyjä raaka-aineita. (Kokko, 2015, s. 22)

3.1.4 Luonnonkosmetiikan raaka-aineet

Luonnonkosmetiikan raaka-aineina suositaan synteettisten raaka-aineiden sijaan luonnollista alkuperää olevia ainesosia. Raaka-aineita saadaan kasvien osista kuten esimerkiksi marjoista, kukista, hedelmistä ja yrteistä. Luonnolliset raaka-aineet ovat monipuolisia ja niitä voidaan hyödyntää monella eri tavalla. Luonnonkosmetiikka sisältää

usein enemmän vaikuttavia aineita kuin synteettinen kosmetiikka, koska tuotteen pohja muodostuu hoitavista öljyistä. (Lodén, 2013, s. 88; Kokko, 2015, s. 43)

Seuraavaksi kerron tarkemmin erilaisista luonnonkosmetiikan raaka-aineista.

Emollientit

Emollientit eli ihon pehmentäjät parantavat ihon ulkonäköä ja pitävät ihon pinnan pehmeänä, sileänä ja joustavana. Luonnonkosmetiikassa emollientit ovat kylmäpuristettuja kasviöljyjä, kun taas synteettisessä kosmetiikassa usein käytetään silikoneja ja synteettisiä estereitä. Kasviöljyt ovat luonnonkosmetiikassa voidemaisten tuotteiden perusta. Kylmäpuristetut öljyt hoitavat ja ravitsevat ihoa runsaalla määrällä rasvahappoja, mineraaleja ja antioksidantteja. Öljyt tekevät ihosta sileän ja tasaisen värisen. Synteettisessä kosmetiikassa käytettävät emollientit eivät ravitse ihoa, vaan tuovat ainoastaan silkkisen koostumuksen tuotteeseen. Tämän vuoksi vitamiinit tulee erikseen lisätä tuotteeseen. (Kokko, 2015, s. 39)

Luonnonkosmetiikassa voidaan myös käyttää täydentäviä emollientteja. Täydentävät emollientit ovat kasviöljyperäisiä, mutta laboratoriossa muokattuja esteriöljyjä. Glyserolin tai jonkin muun alkoholin avulla hajotetaan luonnollisia kasviöljyjä, jolloin saadaan aikaan uudenlainen esteri. Esteriöljyt toimivat myös ihon pehmentäjänä, mutta eivät ravitse ihoa samalla tavalla kuin puhtaat kasviöljyt. Esteriöljyt antavat tuotteelle saman silkkisen tuntemuksen kuin synteettinen silikoni. Keinotekoisia emollientteja käytetään usein edullisemmassa luonnonkosmetiikassa, niiden ollessa puhtaita kasviöljyjä edullisempia. (Kokko, 2015, s. 39)

Okklusiivit

Kosmetiikkatuotteissa on ainesosia, jotka muodostavat iholle suojaavan kalvon. Näitä aineita kutsutaan okklusiiveiksi. Okklusiivit estävät kosteuden haihtumisen iholta ja samalla sitovat tuotteen hoitavat ainesosat ihoon. Luonnonkosmetiikassa käytetään yleensä okklusiiveina kasvivoita kuten kaakaovoita, sheavoita ja mehiläisvahaa. Luonnonkosmetiikalla ei voi saada iholle yhtä suojaavaa kalvoa kuin synteettisen kosmetiikan mineraaliöljyillä tai silikoneilla, koska iho imee itseensä kasvivojen ravitsevia ainesosia. Kasvivoilla voidaan kuitenkin hoitaa ihoa, eivätkä vahat kuormita ympäristöä niin kuin mineraaliöljyt. (Kokko, 2015, s. 40; Varon, 2020, s. 113)

Humektantit

Humektantit ovat tärkeä osa ihon hyvinvointia, sillä ne kosteuttavat ihoa. Humektantit tekevät ihosoluista täyteläisiä sitomalla niihin kosteutta. Kun iho on riittävän kosteutettu,

pysyy iho pehmeänä ja rypyt madaltuneina. Luonnonkosmetiikassa humektantit ovat aina luonnollisia ja kasvipäisiä. Käytetyimmät luonnonkosmetiikan humektantit ovat hyaluronihappo, glyseriini, hunaja sekä Sodium PCA. Luonnonkosmetiikasta poiketen synteettisen kosmetiikan humektantit ovat joko synteettisiä tai eläinperäisiä. (Kokko, 2015, s. 40)

Emulgointiaineet ja sakeuttajat

Vesi ja öljy täytyy saada liukenemaan toisiinsa, jotta niistä pystyy muodostamaan toimivan tuotteen. Emulgaattorit ovat ainesosia, jotka saavat nämä kaksi toisiinsa liukenematonta faasia yhdistymään. Luonnonkosmetiikassa emulgaattorit saadaan kasviöljyjen rasva-alkoholeista ja glukoosista valmistettujen polyglyseroliemulgaattoreista tai glykolipidijohdannaisista. Usein luonnonkosmetiikassa käytettyjä emulgaattoreita ovat Glyceryl Stearate SE, Glyceryl caprylate ja Sorbitan palmitate. (Kokko, 2015, s. 41)

Synteettisessä kosmetiikassa tuttuja emulgaattoreita ovat syntetisestisesti valmistetut PEG ja PPG. PEG ja PPG vaatii ympäristöä kuormittavan valmistusmenetelmän eli etyksoloinnin. PEG-emulgaattorin ominaisuuksiin kuuluu tuotteen vaikuttavien aineiden imeytyminen ihoon. Tämä tarkoittaa sitä, että myös niin sanotut ei-toivotut aineet pääsevät imeytymään ihoon, kuten säilöntäaineet ja ainesosat, jotka ovat tuotteessa koostumuksen takia mutta eivät hoida ihoa millään tavalla. (Kokko, 2015, s. 41)

Kosmetiikkatuotteet tarvitsevat sakeuttaja-aineita koska emulgaattorit tekevät emulsiosta usein ohutta. Sakeuttajat parantavat tuotteen koostumusta ja tekevät tuotteesta täyteläisemmän. Cetearyl alcohol ja Xanthan gum on luonnonkosmetiikassa yleisimmin käytetyt sakeuttajat. (Kokko, 2015, s. 41)

Surfaktantit

Surfaktantit ovat pintajännitystä poistavia aineita eli peseviä ainesosia. Luonnonkosmetiikassa surfaktantit ovat kiistelty aihe. Osa hyväksyy mietojen, luonnollista alkuperää olevien surfaktantien käytön ja osa taas ei hyväksy niitä ollenkaan. Syynä tähän on, että surfaktantit ovat aina laboratoriossa muokattuja luonnollisia ainesosia ja usein hyvin peseviä, jolloin ihon suojaava hapan kalvo peseytyy pois. Surfaktantit saattavat ärsyttää ihoa ja saada esimerkiksi päänahan kutiamaan ja jopa hilseilemään. Kuluttajat ovat kuitenkin tottuneet peseviin ja vaahtoaviin puhdistustuotteisiin, jolloin kysyntään on haluttu vastata myös luonnonkosmetiikan puolella. Puhdistusmaidot ja puhdistusöljyt sisältävät vähemmän surfaktanteja kuin esimerkiksi puhdistusgeelit tai -vaahdot. Puhdistusbalmeissa ja -voiteissa ei ole ollenkaan surfaktantteja. Puhdistaa voi myös ilman kemiallista muokkausta. Varon

kertoo, että hiusten shampooopesun voi korvata esimerkiksi savipesulla tai intialaisilla yrteillä. (Kokko, 2015, s. 42; Varon, 2020, s. 132)

Luonnonkosmetiikan pintajännitystä poistavat aineet ovat miedompia kuin synteettisessä kosmetiikassa. Yleisimpiä surfaktantteja luonnonkosmetiikassa ovat esimerkiksi Cetearyl glucoside, Coco glucoside ja Disodium cocoyl glutamate. Synteettisen kosmetiikan käytetyimmät pinta-aktiiviset aineet ovat Sodium laureth sulfate ja Sodium lauryl sulfate. Ensimmäinen synteettinen aineosa on luonnonkosmetiikassa kielletty, koska sen valmistus vaatii etyksolointi-prosessin. Varon kutsuu kirjassa Elävä iho etyksolointia ”kovaksi kemiaksi”. Jälkimmäistä ainesosaa saa tietysin rajoituksin käyttää COSMOS-standardissa. (Kokko, 2015, s. 42; Varon, 2020, s. 130-131)

Säilöntäaineet

Kosmetiikka tuotteisiin lisätään säilöntäaineita, jotta tuotteen käyttöikä pidentyisi ja jotta tuote ei pilaantuisi niin nopeasti ja että sitä olisi turvallista käyttää. Luonnonkosmetiikassa säilöntäaineena käytetään elintarviketeollisuudenkin käyttämiä säilöntäaineita, jotka ovat alkuperältään synteettisiä. Näitä ovat esimerkiksi Potassium Sorbate, Sodium benzoate ja Benzyl alcohol. Luonnonkosmetiikassa pyritään käyttämään mietoja säilöntäaineita ja säilyvyyttä parannetaan myös muilla keinoilla, kuten esimerkiksi pakkausteknisillä ominaisuuksilla, eteerisillä öljyillä ja alkoholi ja alkoholipohjaisilla kasviuutteilla. Pakkaamalla tuote ilmatiivisti esimerkiksi pumppupulloon ja tummaan lasipakkaukseen, jotta tuote on mahdollisimman vähän tekemisissä UV-säteilyn kanssa, saadaan tuotteen säilyvyyttä parannettua. Useat eteeriset öljyt ovat luonnostaan antiseptisiä ja antibakteerisia ominaisuuksia. Etanoli on yksi parhaiten säilyvyyttä parantava aine, koska sille ei voi olla allerginen, mutta sitä ei virallisesti luokitella säilöntäaineeksi. (Varon, 2020, s. 138,140-141)

Lyhytketjuiset parabeenit ovat usein käytettyjä säilöntäaineita synteettisessä kosmetiikassa. Viime vuosina parabeenia on alettu korvaamaan DMDM hydantoinilla, Diazolidinyl urealla ja Imidazolidinyl urealla, jotka ovat formaldehydiä vapauttavia aineita. Kokon mukaan monet kuluttajat ovat herkistyneet kyseisille aineille. (Kokko, 2015, s. 43)

Kasviuutteet

Stiens sekä Kokko kutsuvat kirjoissaan kasviuutteita tuotteen sieluksi. Kasviuutteet ja kukkaisvedet ovat hyvin ravinnetiheitä, jonka takia niitä käytetään lisäämään tuotteen tehoa. Kasviuutteet ja kukkaisvedet sisältävät esimerkiksi paljon erilaisia vitamiineja, antioksidantteja ja mineraaleja. Kasviuutteilla on aina tietynlainen funktio tuotteessa ja ihonhoidossa. Kasviuutteet voivat kosteuttaa, rauhoittaa, puhdistaa, vähentää tulehdusta,

virvistää, supistaa ihohuokosia ja aktivoida pintaverenkiertoa. Kukkaisvesiä käytetään tuotteissa veden sijasta, jolloin tuotteesta tulee entistä hoitavampi ja tuote saa myös aromaterapeuttisia vaikutuksia. (Varon, 2020, s. 120; Kokko, 2015, s. 43 - 45; Stiens, s. 63)

Kasviuutteet ja kukkaisvedet saadaan kasvien eri osista, kuten kukasta, hedelmästä, lehdistä, varresta ja juuresta. (Lodén, 2013, s. 88) Kasviuutteiden valmistuksessa pyritään kasvista saamaan irti hellävaraisin menetelmin mahdollisimman paljon aktiiviaineita. Menetelmiä on erilaisia ja monella valmistajalla on oma menetelmänsä. On tärkeää, että kasvit uutetaan pian keräämisen jälkeen. Kasviuutteita voidaan puristaa tai imeä kasvista, esimerkkinä Varon antaa koivun mahlan. Kasvit voidaan myös uuttaa bioetanoli-vesi-seokseen keräämisen jälkeen. Kukkaisvesiä saadaan eteeristen öljyjen vesihöyrytislauksen sivutuotteena. Tämän takia kukkaisvedet sisältävät samoja vaikuttavia aineita kuin alkuperäinen kasvi. (Kokko, 2015, s. 45; Varon, 2020, s. 121)

Eteeriset öljyt

Eteerisillä öljyillä on monia vaikutuksia tuotteeseen ja ihoon. Eteeriset öljyt hoitavat ihoa, tekevät tuotteesta paremmin säilyvän, ovat antiseptisiä ja terapeuttisia sekä antavat tuotteelle tuoksun. Eteeristen öljyjen ansiosta luonnonkosmetiikkatuote ei välttämättä tarvitse erikseen hajustetta vaan eteeriset öljyt luovat tuotteelle persoonan ja sielun. Tänä päivänä luonnonkosmetiikkatuotteet eivät tuoksu pelkästään voimakkaan yrttisille vaan tarjolla on myös mietoja, makeita, jopa karkkisia ja toffeemaisia tuoksuja. (Kokko, 2015, s. 44)

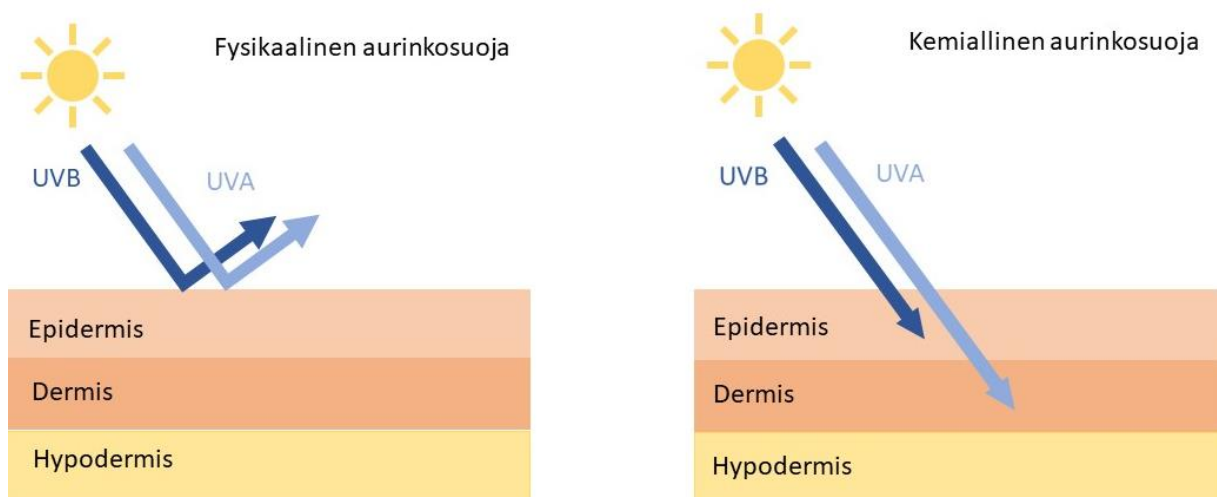
Eteeristen öljyjen valmistuksessa on eri tapoja. Pääosin eteeriset öljyt valmistetaan tislamalla. Kaikki kasvit eivät kuitenkaan kestä kuumennusta, joten siksi esimerkiksi ruusu ja jasmiini uutetaan. Uuttamisen jälkeen liuotin tislataan matalassa lämpötilassa ja tuloksena saadaan kukkauute. Öljyjä voi myös valmistaa puserdamalla. Sitrusöljyt saadaan puserdamalla öljy kasvin kuoresta. Jotkin eteeriset öljyt ovat erittäin arvokkaita. Yhteen tippaan ruusun eteeristä öljyä, tarvitaan 30 ruusun terälehteä. (Kokko, 2015, s. 44)

Eteeriset öljyt sisältävät muun muassa aldehydejä, alkoholeja, estereitä ja fenoleja. Eteerinen öljy tarvitsee kaikki nämä komponentit toimiakseen kunnolla. Kirjassa Aidosti kaunis Kokko kertoo, että mikäli jokin komponenteista eristetään omaksi aineeksi, öljystä ei saada kokonaisvaltaista vaikutusta ja sillä saattaa jopa olla haitallisia vaikutuksia. Eteeristen öljyjen monimutkaisia ainesosia yritetään jäljitellä synteettisesti. Esimerkkinä kallisarvoinen ruusuöljy sisältää yli neljäsataa tuoksuosakomponenttia, mutta siitä pystytään tunnistamaan tällä hetkellä vain 27 komponenttia. Synteettisillä tuoksuilla on kuitenkin mahdotonta saada

samaa terapeuttista vaikutusta kuin eteerisillä öljyillä. (Kokko, 2015, s. 44; Varon, 2020, s. 126)

UV-suoja-aineet

Aurinkosuojavoiteissa voidaan käyttää kahta erilaista UV-suoja-ainetta. *Fysikaaliset UV-filtterit*, tekevät ihon pintaan heijastavan kalvon, joka heijastaa, hajottaa ja imee itseensä UV-säteitä. *Kemialliset UV-filtterit* imeytyvät ihoon ja muuntavat UV-säteilyn lämpöaalloiksi tai näkyväksi valoksi. Molemmat tavat ehkäisevät ihon palamista auringossa. Luonnonkosmetiikassa käytetään fysikaalisia filttereitä, jotka ovat titaanioksidi ja sinkkioksidi. Synteettisessä kosmetiikassa yleisesti käytettyjä filttereitä ovat esimerkiksi Butyl Methoxydibenzoylmethane, Benzophenone-3 ja Octocrylene. Kemialliset filtit jäävät iholle mutta fysikaaliset filtit eivät, jos ne ovat mikrokoko. Esimerkiksi COSMOS-standardi ei hyväksy mikrokoko pienempien nanopartikkeleiden käyttöä tuotteissa. Nanopartikkelit pystyvät kuljettamaan mukanaan muita haitallisia aineita ja nanopartikkeleiden päätyessä esimerkiksi keuhkoihin, saattaa sillä olla karsinogeenisiä vaikutuksia. Lapsille suositellaan fysikaalista aurinkosuojaa, koska kemiallisissa filtreissa on hormonaalisesti aktiivisia aineita, jotka saattavat olla haitallisia lapsen kehitykselle niiden imeytyessä verenkiertoon. Haitallisia vaikutuksia saattavat olla esimerkiksi sukupuolielinten kehitykseen, syöpäalttiuteen ja hedelmällisyyteen ja puberteetin aikaistumiseen. (Varon, 2020, s. 150-151,156; Shingler, 2012, s. 263-265)



Kuva 2 Eri UV-Suoja-aineiden vaikutusmekanismi

Väriaineet

Luonnonkosmetiikassa saadaan tuotteille aikaan jokin tietty väri mineraalipigmenttien avulla, sillä synteettisten väriaineiden käyttö ei ole sallittua. Väriaineita tarvitaan esimerkiksi

meikkeihin ja antamaan shampoolle jokin erityinen väri. Luonnonkosmetiikassa käytettyjä mineraalipigmenttejä ovat esimerkiksi raudan oksidit, mica, talkki ja titaanioksidi. Nämä väriainesosat valmistetaan laboratoriossa mutta niitä löytyy myös luonnosta sellaisenaan. Tämän tyyppisiä luonnollisia laboratoriossa valmistettuja ainesosia kutsutaan nimellä ”natural identical”. Tuotteissa voidaan myös käyttää luonnollisia pigmenttejä kuten klorofylliä, karmiinia ja beetakaroteenia. Varon muistuttaa kirjassaan *Elävä iho*, että on hyvä pysähtyä miettimään esimerkiksi huulipunaa sisältöä. Huulipunasta nimittäin päätyy osa tahtomattakin suuhun. Synteettisissä huulipunissa kiillon punalle antaa erilaiset mikromuovit, kun taas luonnonkosmetiikassa kiilto saadaan aikaan öljyillä. (Varon, 2020, s. 167-169)

3.1.5 Kasvivärit

Kasviväreissä ei ole erikseen hapetetta niin kuin synteettisissä hiusväreissä. Kasvivärit ovat kuitenkin kestävämpiä, jotka pysyvät hiuksissa pitkään ja väri vahvistuu jokaisella värjäyskerralla. Kasvivärillä värjättyjen hiusten lopputulokseen vaikuttaa hiuksen oma pohjasävy -kasvivärillä aikaan saatu väri on aina yksilöllinen. Kasvivärit eivät vaurioita hiusta lainkaan. Kasvivärit hoitavat hiusta paikkaamalla hiusten vaurioituneita kohtia kasvien proteiinien ja mineraalien avulla. (Varon, 2020, s. 163-165)

Vaalennettuja ja synteettisesti värjättyjä hiuksia voi värjätä kasviväreillä. Värjäyksien välillä on kuitenkin oltava tarpeeksi aikaa. Synteettisesti vaalennettua hiusta kasviväreillä värjätessä kannattaa kääntyä ekokampaajan puoleen. Saattaa nimittäin olla, että hiusta tarvitsee esivalmistella ennen värjäystä. (Varon, 2020, s. 165)

Kasvivärit eivät sisällä synteettisiä väripigmenttejä, metallisuoloja eivätkä ne imeydy synteettisten hiusvärien tapaan. Kasvivärjäyksen haasteena on värin pitkä vaikutusaika, rajallinen väriskaala ja se että värjäykseen saattaa vaikuttaa esimerkiksi hormonitoiminnan vaihtelut ja erilaiset lääkitykset. Hiusta ei myöskään voida vaalentaa kasviväreillä mutta sitä voidaan kirkastaa. Ennen kasviväreillä värjäystä suositellaan hiusten syväpuhdistusta savella, jotta saadaan päänahasta pois synteettiset kemikaalit, jotka saattavat reagoida kasvivärien kanssa. Kasviväreillä värjäytyminen on tarkkaa työtä, sillä värjäysohjeita tulee noudattaa tarkasti. (Varon, 2020, s. 165-166)

Puhtaat kasvivärit sisältävät jauhattua kasvia tai kasvin osaa. Kasviväreissä käytetyt henna (*Lawsonia inermis*) ja indigo (*Indigofera tinctoria*) värjäävät tehokkaasti hiusta. Henna värjää hiuksen oranssiksi tai punaiseksi ja indigo kehittyy hiuksessa keltaisen vihertävästä

sinertävän mustaan. Ruskeisiin väreihin sekoitetaan yleensä molempia edellä mainittuja värejä. Kasvivärit sisältävät usein myös yrttejä, joilla on hiusta hoitava vaikutus mutta jotkin yrtit auttavat saamaan hennasta ja indigosta halutun sävyn. (Varon, 2020, s. 166-167)

3.1.6 Pakkaukset

Luonnonkosmetiikan kriteereihin kuuluu pakkausten ympäristöystävällisyys. Pakkauksissa otetaan huomioon tuotteen koko elinkaari. Ympäristön kuormitus tulee olla mahdollisimman vähäistä ja pakkausten tulee olla kierrätettävissä. Pakkausten materiaalin valinnassa kunnioitetaan eläimiä. Nahka ja silkki ovat kiellettyjä pakkausmateriaaleja. Tänä päivänä on valmistajia, jotka huomioivat myös uusiomateriaalien käytön pakkauksissaan. Myös painomusteen voi vaihtaa ympäristöystävällisempään vaihtoehtoon, mutta se on usein myös hintavampaa. (Kokko, 2015, s. 28)

3.1.7 Ympäristö

Luonnonkosmetiikassa on tärkeää, että tuotteen käyttö ja käytön jälkeinen hävittäminen kuormittavat ympäristöä mahdollisimman vähän. Luonnonkosmetiikan tuotannossa tulee ottaa huomioon tuotteen vaikutus luontoon ja ympäristöön. Luonnolliset raaka-aineet eivät kuormita luontoa samalla tavalla kuin synteettiset ja luomutuotetut ainesosat eivät sisällä haitallisia torjunta-aineita. On myös tärkeää, että villiyrtit kerätään lajeja vaarantamatta. Luonnonkosmetiikassa voidaan myös käyttää elintarviketeollisuuden ylijäämä tuotteita, jotka pienentävät esimerkiksi valmistuksesta aiheutuvaa ympäristön kuormitusta. (Pro Luonnonkosmetiikka ry).

3.2 Pedagoginen osuus

Oppimateriaalia on tarkoitus hyödyntää opetustilanteissa. Sen vuoksi tässä opinnäytetyössä käydään lyhyesti läpi oppimisen eri vaiheet ja käsitellään oppimista behavioristisen oppimiskäsitteen avulla. Olen valinnut behavioristisen oppimiskäsitteen oppimateriaalin pohjaksi. Kyseinen oppimiskäsite soveltuu mielestäni parhaiten oppimateriaalin kokonaisuuteen, koska materiaali on lyhyt ja ytimekäs katsaus luonnonkosmetiikkaan.

3.2.1 Oppimisen eri vaiheet

Oppimisen eri vaiheet ovat kognitiivinen vaihe, assosiatiivinen vaihe ja autonominen vaihe. Kognitiivisessa vaiheessa haetaan aiheesta tietoa ja sääntöjen ja opastuksen avulla taito

opitaan. Tietoa ei saa olla liian paljon, jotta työmuisti ei kuormitu liikaa. Alussa sääntöjä on vaikea muistaa ja toteuttaa käytännössä. Assosiatiivisessa vaiheessa tieto alkaa jäsentyä harjoitusten avulla, jolloin toiminnasta tulee helpompaa. Tässä vaiheessa sääntöjä harjoitellaan monipuolisesti ja toiminta alkaa helpottua. Vielä ei kuitenkaan pystytä käsittelemään montaa asiaa samaan aikaan, virheitä sattuu ja pienetkin häiriötekijät saavat oppilaan helposti sekaisin. Autonomisessa vaiheessa tiedot ja taidot ovat yhdistyneet ja ihminen pystyy muodostamaan laajempia hahmotuskokonaisuuksia. Tässä vaiheessa toiminnan pystyy tehdä puoliautomaattisesti, jolloin luovalle ajattelulle jää enemmän tilaa. Tällä tavoin taito pääsee kehittymään ja itselle voi asettaa haasteellisempia tavoitteita. (Lonka, 2015, s. 35 - 36)

3.2.2 Behavioristinen oppimiskäsite

Behavioristinen oppimiskäsitys ajattelee ihmisen olevan tyhjä taulu. Kokemukset muokkaavat tyhjää taulua piirtämällä siihen jälkiä. Behavioristiseen oppimiskäsitykseen kuuluu selkeästi mitattavissa olevat tavoitteet ja opittava asia on tarkoin määritelty. Palkinnoilla ja rangaistuksilla on keskeinen merkitys. Toivotuista tuloksista palkitaan ja epämiellyttäviä seurauksia vältetään. (von Wright, et al., 2003, s. 142) Opittava materiaali jaetaan usein pienempiin kokonaisuuksiin ja eteenpäin edetään vaihe vaiheelta. Ennen kuin uutta voidaan oppia, täytyy edellinen tieto osata. Opettajan tehtävä on opettaa ja siirtää tietoa oppilaille. Oppilaan tehtävä on vastaanottaa tietoa, jolloin oppilas on usein oppitunnin aikana passiivinen. Behavioristisen oppimiskäsitteen ajatellaan usein sopivan pienempiin oppimiskokonaisuuksiin. (von Wright, et al., 2003, s. 148 – 151)

Behaviorismin heikkoudet ja vahvuudet

Behaviorismin vahvuuksiin kuuluu opetuksen toteuttaminen vaihe vaiheelta. Opittava asia on jaettu pienempiin osiin ja eteenpäin siirrytään vasta kun edellinen on opittu. Opetustapa on myös opettajalle ja koululle helpompi; opittava asia opetetaan ohjeiden mukaisesti. Opettajan on helpompi suunnitella oppitunti koska muuttujia ei juurikaan ole. Behavioristinen opetustapa sopii hyvin vähäsisältöiseen aiheeseen. Behavioristinen oppimiskäsite on myös turvallinen. Se on helppo toteuttaa monella eri tavalla ja esimerkiksi oppitunnin laatiminen on yksinkertaista selvän ohjeistuksen takia (von Wright, et al., 2003) 176 - 177.)

Behaviorismin heikkoudet liittyvät opiskelijoiden passiivisuuteen. Opiskelijat vastaanottavat tietoa mutta eivät osallistu opetukseen. Opiskelijoiden voi olla vaikea

keskittyä opetukseen, koska eivät pääse itse osallistumaan aktiivisesti. Opiskelijoiden oppiminen voi olla myös suorittamista eli asioita painetaan mieleen esimerkiksi kokeen ajaksi, mutta kun tarkastellaan ymmärtämistä, ei olla opittu asiaa. (von Wright, et al., 2003, s. 151) Mielestäni behaviorismin heikkouksiin kuuluu myös se, että behavioristista teoriaa käytettäessä opettaja ei pysty tarvittaessa tukemaan opiskelijaa, joka tarvitsisi enemmän ohjausta. Oppitunti etenee tietyllä kaavalla eikä muuttujiin pystytä vaikuttamaan kovin hyvin.

4 Aikaisemmat tutkimukset

Olen käyttänyt hakukoneina Googlea ja Google Scholaria. Hakusanat ovat olleet luonnonkosmetiikka, luonnollinen, naturkosmetik, natural cosmetics, ihonhoito, ihonhoitotuotteet, sertifikaatit, kurssimateriaali, oppimateriaali, verkkokurssi, tutkimus ja lainsäädäntö. Aikaisemmat tutkimukset ovat löydetty Googlestä.

Hiidenmaa (2008) tarkastelee kehittämishankeraportissaan, miten PowerPoint-esitys tukee oppimista ja mikä on sen rooli nykyisessä oppimisympäristössä. Hiidenmaa kertoo PowerPointin käytön yleistyneen ja sitä käytetään oppimateriaalina monenlaisissa koulutuksissa. PowerPoint -materiaalin etu on, että sitä voi käyttää paperisena sekä digitaalisena versiona ja sen välittäminen eteenpäin on helppoa. Digitaalinen oppimateriaali on helppo muokata mielenkiintoiseksi kuvien, äänien ja animaatioiden avulla. Oppiminen tapahtuu käyttäen monia eri aisteja, kuten näkö, kuulo ja puhuminen. Hiidenmaan mukaan, voi PowerPoint -esitys parhaassa tapauksessa antaa ärsykeitä kaikille näille aisteille. Hiidenmaa alleviivaa, että PowerPoint-materiaali tarvitsee myös muita opetuselementtejä tukeakseen oppimista. Tämän päivän opettajat tarvitsevatkin osaamista nykyaikaisista opetusmenetelmistä sekä teknistä osaamista laatiessaan monipuolisen PowerPoint-esityksen. (Hiidenmaa, 2008)

Ylönen (2012) on tarkastellut opinnäytetyössään eurooppalaisten sertifikaattien yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia. Koska luonnonkosmetiikalle ei ole olemassa omaa lainsäädäntöä, aidon luonnonkosmetiikan voi tunnistaa ainoastaan sertifikaatista. Sertifikaatit auttavat kuluttajaa tunnistamaan luonnonkosmetiikkatuotteet perinteisen kosmetiikan joukosta. Ilman sertifikaatteja tunnistaminen on vaikeaa, koska perinteistä kosmetiikka markkinoidaan usein luonnollisuudella. Ylönen kertoo, että kaikille

sertifikaateille on tärkeää, että kuluttajaa ei johdeta harhaan vaan että markkinointi on todenperäistä. Kosmetiikkatuotannon läpinäkyvyys kuuluu myös eri sertifikaattien yhtäläisyyksiin. Sertifikaattien eroavaisuudet tulevat eniten esille siinä, että osa sertifikaatin myöntäjistä ovat tiukempia kuin toiset. BDIH:n kriteerit ovat kaikista tiukimmat, kun taas Natruen sertifikaatin saa helpommin. (Ylönen, 2012)

Byström (2015) selvittää kauneusalan ammattilaisten kanssa onko luonnolliset meikit parempi vaihtoehto kuin perinteiset synteettiset. Noc Swedenin kauneustoimittaja Susanne Hovenäs on sitä mieltä, että synteettinen kosmetiikka sisältää usein aineita, jotka on todettu olevan haitallisia ihmisille ja ympäristölle. Hovenäsien mielestä esimerkiksi mineraaliöljyllä ei ole minkäänlaista arvoa iholle, vartalolle, luonnolle tai eläimille ja parabeenien tilalta säilöntäaineina voi hänen mielestään käyttää esimerkiksi eteerisiä öljyjä. Marie Lodén, dermatologian dosentti, on puolestaan sitä mieltä, että luonnosta saadut raaka-aineet eivät ole sen puhtaampia kuin muut kosmetiikan ainesosat. Lodén kertoo, että sekä synteettiset meikit että luonnonmukaiset meikit saattavat sisältää allergisoivia aineita mutta hänen mielestään perinteinen synteettinen kosmetiikka mahdollistaa paremmin tehokkaat ja turvalliset tuotteet. Lodén sanoo myös, että esimerkiksi mineraaliöljy sopii hyvin herkälle ja kuivalle iholle, ja sillä on turhaan huono maine. (Byström, 2015)

Heikkinen (2017) kertoo väitöstutkimuksessaan, että hiusvärejä käyttäneet naiset sairastuvat helpommin rintasyöpään. Syöpäriskin havaittiin olevan 23% suurempi kuin naisten, jotka eivät koskaan olleet värjänneet hiuksiaan. Heikkisen mielestä hiusvärien pitkäaikaisen käytön vaikutuksista tulisi tehdä lisää tutkimuksia sekä mahdollisten karsinogeenien kerääntymisestä elimistöön. (Heikkinen, 2017)

Fi-natura (2016) tekemä tutkimus Luonnonkaunis-messuilla tarkasteli luonnonkosmetiikkaa ja sertifikaatteja. Kyselyyn vastasi 458 henkilöä. Kyselyyn vastaajista 42% koki, että ei tunnista luonnonkosmetiikkaa ilman sertifikaattia, yli 90% koki luonnonkosmetiikan turvallisemmaksi kuin synteettisen kosmetiikan ja vain 18% luottaa sertifioimattomaan luonnonkosmetiikkaan. (FI-Natura, 2016)

Vaughn, Clark & Silva (2018) ovat tutkimuksellaan selvittäneet, että miten luonnolliset öljyt vaikuttavat ihon suojarriäriin ja miten öljyjä voidaan käyttää ihonhoidossa. Vaughn, Clark & Silvan tutkimuksen perusteella luonnolliset öljyt voivat auttaa korjaamaan suojarriäriä kosteuttamalla ihoa. Tutkimuksen mukaan, monet luonnolliset öljyt ovat antimikrobisia, ihoa rauhoittavia ja sisältävät runsaasti antioksidantteja. Luonnollisten öljyjen käsittelytapoja on erilaisia, kuten kylmä puristaminen, lämmön avulla ja

kemiallisesti. Luonnollisten öljyjen käsittelytapa vaikuttaa siihen, mihin valmista tuotetta käytetään. (Vaughn, et al., 2018)

Klaschka (2016) mukaan, monet luonnon aineet luokitellaan vaarallisiksi eurooppalaisen asetuksen mukaan. Klaschka analysoi sata ainesosaluetteloa, selvittääkseen käytetäänkö tänä päivänä vaarallisia ainesosia henkilökohtaisen hygienian tuotteissa. Tutkimuksen mukaan tuotteet sisälsivät raaka-aineita, joita luokitellaan vaarallisiksi tai niiden vaarallisuudesta ei vielä ole tarpeeksi tietoa. Tuotteet sisälsivät muun muassa hajuste allergeeneja ja parfyymia. Klaschka muistuttaa, että luonnolliset aineet ovat moniosaisia yhdisteitä, joiden mahdollisesta vuorovaikutuksesta ei vielä tiedetä. (Klaschka, 2016)

Palokallio (2019) kertoo, että luonnonkosmetiikka-ala on huimassa nousussa. Pro Luonnonkosmetiikka ry:n tekemästä tutkimuksesta jäsenyrityksilleen käy ilmi, että luonnonkosmetiikan myynti kasvoi vuonna 2018 peräti 22 %. Kyselyyn vastaajat olivat luonnonkosmetiikkaa valmistavia ja maahantuovia yrityksiä, ja vastauksia saatiin 20 kappaletta. Kosmetiikkamarkkinat eivät yleisesti ole viime vuosina olleet nousussa, joka tarkoittaa, että kuluttajat valitsevat yhä enemmän luonnonkosmetiikkaa. Flow Cosmeticsin Suvi Kunnari uskoo luonnonkosmetiikan valtaavan yhä isompaa markkinaosuutta ja Yliopiston Apteekin tuotepäällikkö Hanna Nikula sanoo kysynnän olevan suurta. (Palokallio, 2019)

Yhteenveto

Hiidenmaan (2008) kehittämishankeraportin mukaan PowerPoint -esitysohjelman käyttö oppimismateriaalina on yleistynyt. PowerPoint -esitys oppimateriaalina on monipuolinen. Samalla oppimateriaalilla voidaan parhaimmillaan vaikuttaa moneen oppimista tukevaan aistiin. Ylösen (2012) mukaan, yhteneväisyydet eri sertifikaateille on, että kuluttajaa ei johdeta harhaan ja että markkinointi on totuudenmukaista. Suurin eroavaisuus sertifikaattien välillä on, että osa sertifikaattien myöntäjistä ovat tiukempia lupien annossa kuin toiset. Byström (2015) selvitti, onko luonnonkosmetiikka meikit parempi vaihtoehto kuin synteettiset meikit, apunaan Hovenäs ja Lodén. Hovenäsin mielestä synteettinen kosmetiikka sisältää usein ihmiselle ja ympäristölle tutkitusti haitallisia aineita. Lodén puolestaan on sitä mieltä, että luonnolliset aineet eivät ole sen puhtaampia kuin synteettiset ja että synteettiset aineet mahdollistavat turvallisemmat tuotteet. Heikkinen (2017) kertoo, että naiset, jotka värjäävät hiuksiaan on suurempi riski sairastua syöpään. Heikkisen mukaan aiheesta tulisi tehdä vielä lisää tutkimuksia. Fi-Naturan (2016) tekemän kyselyn perusteella ihmisten voi olla vaikea tunnistaa aito luonnonkosmetiikka ilman sertifikaattia.

Suurin osa vastaajista koki luonnonkosmetiikan turvallisemmaksi kuin synteettisen kosmetiikan ja vain 18 % luotti sertifioimattomaan luonnonkosmetiikkaan. Vaughn, Clark & Silvan (2018) tutkimuksen mukaan luonnolliset öljyjä voidaan käyttää ihon hoidossa korjaamaan ihon suojarriääriä. Öljyjen valmistamistapoja on erilaisia ja ne vaikuttavat öljyn laatuun ja siihen, mihin valmista öljyä käytetään. Klasckan (2016) tutkimus osoittaa, että luonnonkosmetiikka saattaa sisältää ainesosia, jotka ovat luokiteltu vaarallisiksi tai joita ei vielä ole tutkittu tarpeeksi. Luonnolliset aineet ovat myös moniosaisia yhdisteitä, joiden yhteisvaikutuksista ei vielä tiedetä. Pro Luonnonkosmetiikan tekemä tutkimus kertoo, että luonnonkosmetiikan myynti on kovassa kasvussa ja kuluttajat valitsevat yhä enemmän luonnonkosmetiikkaa Palokallio (2019).

5 Tutkimusmenetelmä

Tutkimukseni on luonteeltaan kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus ja tutkimusmenetelmänä on käytetty verkkotutkimusta. Tutkimuksen teoriaosuus koostuu luonnonkosmetiikan perusteista sekä pedagogisesta osiosta, joiden pohjalta olen laatinut oppimateriaalin. Aineistonkeruumenetelmänä toimi verkkokysely ja sisällönanalyysiä on käytetty analyysimenetelmänä. Seuraavaksi kerron valitusta tutkimusmenetelmästä sekä aineiston keräämisestä ja analysoinnista. Lopuksi avaan tutkimuksen toteutuksen vaihteita.

5.1 Verkkokysely

Verkkokysely toimii lähes samalla tavalla kuin fyysisen maailman kyselytutkimukset. Vaatimukset ja vaiheet ovat samat, ero on lähinnä teknisessä toteutuksessa. Internet toimii välineenä kyselyyn, jolloin kyselylle tarvitaan pohjaksi kyselylomake. Verkkokysely helpottaa ja nopeuttaa aineistokeruuta sekä analyysivaihetta. Yksinkertaisin tekniikka kyselyn tekemiseen on sähköposti. Verkkomaailmassa on totuttu mahdollisimman tiivistettyyn muotoon, joten sähköpostin on hyvä oltava lyhyt ja ytimekäs. Kysymykset voidaan laatia sähköpostin tekstikenttään tai esimerkiksi lisätä liitetiedostona, pdf:nä tai tekstinkäsittelyohjelmalla. (Kananen, 2015, s. 207 - 208)

Tänä päivänä tutkimuskyselyjä tehdään useasti sähköisinä. Verkkokyselyn vahvuutena voidaan myös nähdä se, että ihmiset uskaltavat vastata avoimemmin verkkokyselyihin kuin esimerkiksi kahden keskeisiin haastatteluihin (Jacobsen, 2015, s. 99). Postikyselyiden vastausprosentti on tippunut, kun taas verkkokyselyyn saadaan useammin vastaus.

Verkkokyselyn valtti on nopeus. Verkkokysely on nopea toimittaa ja vastauksenkin saa nopeasti. Verkkokysely on myös taloudellinen koska siitä ei aiheudu kuluja aineistokeruuvaiheessa. (Valli, 2018, s. 117 - 118)

5.2 Sisällönanalyysi

Sisällönanalyysi on laadullisen tutkimuksen analyysimenetelmä. Sisällönanalyysin avulla voidaan analysoida dokumentteja suunnitelmallisesti ja puolueettomasti. Sisällönanalyysi auttaa myös kuvailemaan tutkittavaa toimintaa. Jotta sisällönanalyysi onnistuu, tulee tutkijan yksinkertaistaa aineistoa ja kyetä muodostamaan aineiston avulla tutkittavaa toimintaa kuvaavat käsitteet. Tutkittava toiminta kategorisoidaan ja kategorioiden avulla etsitään samankaltaisuuksia ja erilaisuuksia, jotka yhdistyvät luotuihin kategorioihin. (Jacobsen, 2015, s. 99; Tarja Pölkki, et al., 2011)

Tutkija ratkaisee saadun aineiston avulla tutkimusongelman eli saa käsityksen ja selityksen toiminnalle. Laadullisen aineiston tarkasteleminen ja saadun tiedon hahmottaminen vaatii aina lukemista. Vähäistä aineistoa ei välttämättä tarvitse edelleen jalostaa vaan riittää, että aineiston lukee useamman kerran ja pohdiskelee asiaa, ja siten selvittää mitä aineistosta saa selville. Suuri aineistomäärä vaatii tiivistystä, jotta siitä on helpompi hahmottaa tärkeimmät asiat. (Kananen, 2015, s. 161 - 163)

5.3 Tutkimuksen toteutus

Valitsin opinnäytetyön vastaajiksi kolme kauneudenhoitoalan ammattilaista. Vastaajilla on erikoisosaamista muun muassa luonnonkosmetiikasta ja eri ikäisten ja taustaisten opiskelijoiden opettamisesta. Heidän osaamisestansa on hyötyä opinnäytetyön kehittämisessä.

Aineistokeruumenetelmänä oli alun perin tarkoitus käyttää ryhmähaastattelua, joka olisi toteutettu erään ammattikoulun kokouksen yhteydessä. Tarkoituksena oli kertoa vastaajille opinnäytetyön aihe ja idea sekä esittää PowerPoint-esitys, jonka jälkeen vastaajat olisivat saaneet ryhmänä vapaasti kommentoida materiaalia. Tarkoituksena oli nauhoittaa ryhmähaastattelu, jonka jälkeen olisin litteroinut sen. Samalla viikolla, kun haastattelu olisi pitänyt olla, siirtyi ammattikoulu etäopetukseen Covid-19 takia ja kokous peruttiin. Näin ollen aineistokeruumenetelmä vaihtui nopealla aikataululla verkkotutkimukseen. Vastaajat saivat sähköpostilla opinnäytetyön luonnonkosmetiikan teoriaosuuden luettavaksi ja PowerPoint-oppimateriaalin. Lisäksi vastaajat saivat sähköpostilla kysymykset, joihin

pyysin kirjalliset vastaukset. Vastaajilla oli myös mahdollisuus kommentoida yleisesti oppimateriaalia kysymysten ulkopuolelta.

Koska palautteen määrä ei ollut kovin suuri, pystyi palautteen lähes kokonaan analysoida lukemalla. Apuna käytin myös kategorisointia. Nimesin vastaajat kirjaimilla ja jaoin vastaukset kysymysten alle, sen mukaan minkälainen vastaus oli. Kategorisoin palautteen osioihin, kuten kehitysideat ja onnistumiset. Listasin myös vastaajien mielipiteet informatiivisesta oppimateriaalista ja vertasin vastauksia oman oppimateriaalin sisältöön ja toteutukseen.

6 Johtopäätökset ja tulkinta

Tässä kappaleessa esittelen tutkimustuloksen. Tutkimuksen aiheena oli selvittää, miten luodaan informatiivinen oppimateriaali luonnonkosmetiikasta. Tutkimustulos saatiin analysoimalla verkkokyselyn vastauksia. Vastaajilta pyydettiin vastausta kysymyksiin *Onko oppimateriaali informatiivinen? Sopiiko materiaali kauneudenhoitoalan ammattilaisille? ja Voiko samaa materiaalia hyödyntää sellaisenaan sekä ammattilaisille että opiskelijoille?* Vastaajat saivat myös vapaasti kommentoida, mikä heidän mielestään tekee luonnonkosmetiikkaoppimateriaalista informatiivisen. Esitetyt kysymykset muodostivat neljä pääkategoriaa. Vastausten perusteella muotoutui alakategorioita, kuten kehitysideat, vastaajien yhteiset nimittäjät tärkeiksi asioiksi informatiiviseen oppimateriaaliin ja niiden yhtäläisyydet tekemäni oppimateriaalin kanssa.

6.1 Oppimateriaali

Kaikki vastaajat olivat sitä mieltä, että informatiiviseen oppimateriaaliin kuuluu luonnonkosmetiikan sertifikaatit ja standardit. Vastaajat B ja C pitivät tärkeänä selventää luonnonkosmetiikan ja synteettisen kosmetiikan eroja. B vastaajan mielestä informatiivinen oppimateriaali sisältää luonnonkosmetiikan määritelmän, luonnonkosmetiikan suosion taustat ja sen miten luonnonkosmetiikka eroaa luomukosmetiikasta. C vastaajan mielestä oppimateriaalissa tulee nostaa esille kestävä kehitys, vihreät arvot ja se, että luonnonkosmetiikka on tulevaisuuden tärkeimpiä asiakassegmenttejä.

Vastaajat A, B ja C olivat kaikki yksimielisesti sitä mieltä, että oppimateriaali on informatiivinen. Kaikki vastaajat olivat myös sitä mieltä, että materiaali sopii

kauneudenhoitoalan ammattilaisille ja samaa materiaalia voi käyttää myös opiskelijoille. Vastaaja B piti PowerPoint-esitystä todella tärkeänä osana oppimateriaalia.

A vastaajan mielestä materiaalia olisi helppo hyödyntää opetuksessa ja ottaisi materiaalin mielellään käyttöönsä. B vastaaja kommentoi, että kysymykset, jotka olivat suunnattu opettajalle ja ohjaajalle olivat hyvä lisä oppimateriaaliin.

6.2 Kehitysideat

Vastaaja B sanoi Powerpoint-esityksen olevan erinomainen. Hän mainitsi kuitenkin, että Powerpoint-esityksen kohdassa säilöntäaineet häneltä katosi punainen lanka. B ehdotti, että siinä kohdassa voisi nostaa enemmän esille luonnonkosmetiikassa käytettyjä säilöntäaineita synteettisten sijaan, jolloin punainen lanka säilyisi. Vastaaja C ehdotti, että työhön voisi vielä lisätä monia kuluttajia kiinnostavia asioita, kuten minkälainen hiilijalanjälki luonnonkosmetiikalla on, ja miten kuluttaja voi INCI-listaa lukemalla erottaa onko tuote luonnonkosmetiikkatuote, jos sillä ei ole sertifikaattia. Vastaaja B ehdotti myös, että esille voisi nostaa suomalaisia asioita luonnonkosmetiikasta, kuten Fi-Natura standardin ja Sulapacin tuotepakkaukset.

A vastaajan mielestä PowerPoint-esityksessä voisi olla myös äänitetty selostus. B vastaaja taas ehdotti, että materiaaliin lisättäisiin videoluento osuus. A vastaajan mielestä oppijoita voisi osallistuttaa enemmän tekemällä PowerPoint-esityksen lisäksi esimerkiksi Kahoot - tietovisan opittavasta aiheesta. C vastaaja painotti luonnonkosmetiikkatuotteiden ainesosalistojen lukutaito osaamisen tärkeyttä.

6.3 Yhteenveto

Tutkimus osoittaa, että opinnäytetyön yhteydessä laadittu oppimateriaali luonnonkosmetiikasta on jo nykyisessä muodossaan informatiivinen. Kokon (2015) ja Varonin (2020) teoksissa materiaali luonnonkosmetiikasta on jäsennelty samoja pääpiirteitä käyttäen, kuin opinnäytetyön teoriaosuudessa sekä Powerpoint-esityksessä. Myös vastaajat toivat esille, että aihekokonaisuudet, joita oppimateriaalissa käsiteltiin, olivat hyvin valittuja, ja että oppimateriaali muodosti informatiivisen kokonaisuuden.

Opinnäytetyön oppimateriaali sisältää paljon samoja asioita, joita vastaajat pitivät heidän mielestään tärkeinä asioina informatiivisessa oppimateriaalissa. Vastaajien mielestä informatiivisen materiaalin luominen pohjautuu pieniin kokonaisuuksiin. Vastaajat pitävät

tärkeänä, että oppimismateriaali sisältää perusasioita luonnonkosmetiikasta, kuten mitä luonnonkosmetiikalla tarkoitetaan, miten luomukosmetiikka eroaa luonnonkosmetiikasta ja miten luonnonkosmetiikka ja synteettinen kosmetiikka eroavat toisistaan. Wright et al. (2003) kertovat, että behavioristisessa oppimiskäsitteessä edetään asia tai osio kerrallaan. Myös laatimassani oppimismateriaalissa edetään asia tai osio kerrallaan. Lisäksi oppimateriaalin tukena oleva teoriaosuus luonnonkosmetiikasta on laadittu niin, että se etenee osio kerrallaan. Tällä olen pyrkinyt, siihen, että myös Lonkan (2015) esille tuoma oppimisen ensimmäinen askel eli kognitiivinen vaihe toteutuu. Kognitiivisessa vaiheessa aiheesta saadaan informaatiota, ja jonka jälkeen tietoa lisäämällä voidaan siirtyä seuraavaan oppimisen vaiheeseen. Vastaajat olivat pedagogiikan ammattilaisia ja he toivat esille, että oppimateriaali oli heidän mielestään informatiivinen ja valmis opetuskäyttöön. Tästä voidaan karkeasti tulkita, että oppimateriaali noudattaa hallitusti Lonkan käsitystä oppimisen eri vaiheista.

Vastaajat pitivät tärkeänä oppimismateriaalissa sertifikaatteja ja niiden tunnistettavuutta. Opinnäytetyössä on kerrottu kattavasti sertifikaateista ja kuvien avulla sertifikaatit on myös helpompi tunnistaa. Fi-Naturan (2016) tekemä tutkimus osoittaa, että sertifikaatit ovat tärkeä luonnonkosmetiikan tunnistamisen väline, koska vain 42 % tunnisti luonnonkosmetiikan ilman sertifikaattia.

Palokallion (2019) tutkimus tukee vastaajan mielipidettä luonnonkosmetiikka markkinoiden kehityssuunnasta. Yhden vastaajan mielestä luonnonkosmetiikan kysyntä tulee tulevaisuudessa kasvamaan entisestään ja se olisi tärkeää nostaa esille oppimateriaalissa. Palokallion tutkimuksen perusteella myös luonnonkosmetiikkaa valmistavien yritysten ja maahantuojien myynti on kasvanut ja luonnonkosmetiikan uskotaan valtaavan lisää markkina-alaa.

Vastaajat toivat esille hyviä kehitysideoita, joiden avulla materiaalia voisi jatkojalostaa. Kaksi vastaaja oli sitä mieltä, että materiaaliin voisi lisätä audiovisuaalista materiaalia. Tällä tavalla oppimismateriaali olisi ollut vielä enemmän oppimista tukevaa. Samaa mieltä on myös Hiidenmaa (2008), joka nostaa esille raportissaan, että Powerpoint-esitys on monipuolinen oppimisalusta ja sen avulla voidaan hyödyntää monia eri oppimista tukevia aisteja kuten näköä, kuuloa ja puhetta. Oppimateriaalissa olen pyrkinyt huomioimaan diojen ulkoasulla, tekstin sommittelulla sekä kuvien käytöllä näköaistin. Kuuloaistiin olen pyrkinyt vaikuttamaan opettajille/ohjaajille laadituilla apukysymyksillä. Audiovisuaalinen materiaali, olisi varmasti tuonut vielä uuden ulottuvuuden oppimiseen.

7 Kriittinen tarkastelu

Tutkimuskysymys miten luodaan informatiivinen oppimateriaali luonnonkosmetiikkaan, selkeni vasta opinnäytetyön edetessä. Opinnäytetyön aihe oli selvä jo alusta lähtien, mutta tarkentava tutkimuskysymys muodostui pikkuhiljaa. Se, että tutkimuskysymys tarkentui vasta tutkimuksen edetessä, heijastui jonkin verran lähdevalintoihini.

Teoriaosuus luonnonkosmetiikasta on mielestäni kattava ja asia etenee jäsennellysti. Lukijan on helppo ymmärtää aihetta, koska työssäni kerrotaan aluksi yleisesti luonnonkosmetiikasta, jonka jälkeen siirrytään luonnonkosmetiikan sertifikaatteihin ja standardeihin. Sertifikaateista on mielestäni kerrottu riittävän laajasti. Syvempi katsaus sertifikaatteihin veisi tilaa muilta osioilta ja tekisi oppimateriaalista liian pitkän. Luonnonkosmetiikan raaka-aineet ovat perusteellinen katsaus tuotteiden sisältöön helposti ymmärrettävällä tasolla. Oppimateriaalia käyttävät ovat kauneudenhoitoalan ammattilaisia tai opiskelijoita, mutta mielestäni jokaisen raaka-aineen alussa kerrottu käyttötarkoitus virkistää muistia ja lisää oppimista. Mielestäni teoriaosuudessa on otettu hyvin huomioon koko kosmetiikkatuotteen elinkaari, aina valmistuksesta tuotteen hävitykseen. Tämä prosessi on luonnonkosmetiikankuluttajille tärkeää. Tutkimukseni teoriaosuus on mielestäni kokonaisuudessaan kattava. Materiaalin tulee sopia myös kosmetiikka-alan liikkeen käyttöön, jolloin työntekijöiden koulutus luonnonkosmetiikkaan ei voi olla kovin pitkä.

Pedagogiikkaa olisi voinut tuoda työssäni enemmän esille, mutta toisaalta kaikki kurssinpitäjät eivät välttämättä ole pedagogisesti koulutettuja. Sen takia nostan esille behavioristisen oppimiskäsitteen, jotta opettava ohjaaja ja opettaja ymmärtävät oppimateriaalin luonteen ja etenemistavan. Behavioristinen oppimiskäsite sopii myös hyvin kosmetiikkamyymälöiden työntekijöiden koulutuksen oppimisteoriaksi, koska aika on rahaa ja koulutuksen tulee edetä verkkaisesti. Oppimisen eri vaiheet ovat pedagogisesti koulutetuille opettajille tuttua, mutta oppimateriaalin ollessa suunnattu myös muille opettaville ohjaajille, on asiaa hyvä selvittää.

Aikaisemmat tutkimukset sopivat opinnäytetyön aiheeseen ja tukivat käsiteltyjä aiheita. Osa valituista tutkimuksista oli opinnäytetöitä ja olisinkin voinut valita tähän kappaleeseen enemmän kansainvälisiä tutkimuksia. Mielestäni oppimateriaalin esitystavaksi valittu PowerPoint-esitys on hyvä valinta. Hiidenmaan (2008) tutkimus kertoo, että PowerPoint-esityksen käyttö oppimateriaalina on tänä päivänä yleistynyt ja sitä käytetään niin ammatillisessa kuin kaupallisessa koulutuksessa. Oppimateriaali on helppo välittää eteenpäin PowerPoint -esityksen muodossa ja sitä on suhteellisen helppo käyttää.

Tutkimuksen toteutus olisi ollut parempi, jos olisin tehnyt sen alkuperäisellä suunnitelmalla. Tällöin olisin saanut suuremmalta joukolta palautetta työstä, päässyt esittelemään PowerPoint-esityksen ja kysymään laajempia kysymyksiä. Koronatilanteen takia suunnitelmaa piti muuttaa lyhyellä aikataululla, jonka seurauksena vastaajien määrä laski. Vaikka vastaajajoukko oli kapea, oli kyseisillä henkilöillä erityisosaamista aiheesta, mikä lisäsi palautteen arvoa.

Verkkokyselyssä esitetyt kysymykset olisivat voineet olla avoimempia, jolloin olisin mahdollisesti saanut laajempia ja kattavampia vastauksia. Lisäksi kysymyksiä olisi voinut olla enemmän. Vastausmateriaali sisälsi kuitenkin vastaukset tutkimuskysymykseeni ja vastaajien palaute antoi runsaasti ideoita oppimateriaalin kehittämiseen.

8 Pohdinta

Luonnonkosmetiikkamarkkinoiden kasvaessa olisi tärkeää, että kauneudenhoitoalan ammattilaiset, kuten kosmetologit, kampaajat ja estenomit, osaisivat luonnonkosmetiikan perusteet ja eron luonnonkosmetiikan ja synteettisen kosmetiikan välillä. Lisäksi uskon, että luonnonkosmetiikan suosio kasvaa entisestään tulevana vuosina. Kuluttajat ovat tänä päivänä ympäristötietoisia ja haluavat vaikuttaa omilla valinnoillaan esimerkiksi kasvavaan hiilijalanjälkeen. Lisäksi uskon, että synteettisen kosmetiikan kuluttajat kiinnostuvat luonnonkosmetiikasta, luonnonkosmetiikkatuotteiden ollessa tänä päivänä tehokkaita ja koostumukseltaan synteettisten kaltaisia. Luonnonkosmetiikan suosion kasvaessa onkin tärkeää, että alan ammattilaisilla on tarvittavaa tietotaitoa luonnonkosmetiikasta. Toivonkin, että tämän opinnäytetyön yhteydessä laaditusta oppimateriaalista on hyötyä sekä alan ammattilaisille että opiskelijoille.

Tutkimusta voisi jatkaa selvittämällä oppimateriaalin toimivuutta käytännössä. Käytännön harjoituksen voisi tehdä esimerkiksi estenomi opiskelija kosmetiikkaliikkeen työntekijöille. Oppimateriaalin pohjalta opiskelija laatisi tarkemman koulutussuunnitelman, jonka toteuttaisi liikkeen työntekijöille. Tutkimuksen avulla oppimateriaalin toimivuus käytännössä saisi luotettavan pohjan, koska tässä opinnäytetyössä tutkimustulos perustuu oppimateriaalin sisältöön. Mielenkiintoista olisi myös tutkia kuluttajien luonnonkosmetiikkatietoutta. Kuluttajille voisi tehdä kyselyn, jossa kartoitettaisiin

kuluttajien tietoutta esimerkiksi luonnonkosmetiikan ja synteettisen kosmetiikan eroista ja miten hyvin kuluttajat tunnistavat aidon luonnonkosmetiikan.

Jälkeenpäin analysoidessa opinnäytetyötä ja tutkimustulosta, olisin mielelläni esittänyt oppimateriaalin itse vastaajajoukolle. Näin vastaajat olisivat luultavasti ymmärtäneet vielä paremmin ajatukseni ja ideani oppimateriaalin käyttötavoista. Pidän tutkimusta kuitenkin onnistuneena ja uskon, että luonnonkosmetiikasta tullaan tekemään lisää erilaisia tutkimuksia aiheen ollessa kansainvälisestikin merkittävä.

Lähteet

- Byström, K., 2015. [Online]
<https://www.hemtrevligt.se/icakuriren/artiklar/kroppsjal/20150327/ar-naturligt-smink-alltid-battre>
 [Haettu 15 10 2020].
- FI-Natura, 2016. [Online]
<https://www.finatura.com/luonnonkosmetiikka>
 [Haettu 15 10 2020].
- Heikkinen, S., 2017. *LIFESTYLE FACTORS AND BREAST CANCER*. Helsinki: Väitöskirja (artikkeli), Helsingin yliopisto, lääketieteellinen tiedekunta, Clinicum.
- Hiidenmaa, S., 2008. *PowerPoint-oppimateriaali oppimisen edistämässä*. Jyväskylä: Ammatillinen opettajakorkeakoulu, Kehittämishankeraportti.
- Jacobsen, D. I., 2015. *Hur genomför man undersökningar?*. 2:1 red. Lund: Studentlitteratur AB.
- Kananen, J., 2015. *Opinnäytetyön kirjoittajan opas*. Jyväskylä: Tekijät ja Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Klaschka, U., 2016. Natural personal care products—analysis of ingredient lists and legal situation. *Environmental Sciences Europe*, Osa/vuosikerta 28.
- Kokko, K., 2015. *AIDOSTI KAUNIS - LEMPEÄN TEHOKASTA IHONHOITOA*. Helsinki: Cozy Publishing.
- Lodén, M., 2013. *Ren, mjuk och vacker*, Halmstad: Apotekarsocieten.
- Lonka, K., 2015. *Oivaltava oppiminen*. 1. painos red. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Palokallio, M., 2019. *Kotimainen luonnonkosmetiikka myy hurjaa vauhtia — 90 prosenttia yrityksistä uskoo kasvuun*. [Online]
<https://www.maaseuduntulevaisuus.fi/talous/artikkeli-1.428746>
 [Haettu 15 10 2020].
- Pro Luonnonkosmetiikka ry. [Online]
<https://www.luonnonkosmetiikka.fi/luonnonkosmetiikka/mita-on-luonnonkosmetiikka/>
 [Haettu 11 09 2020].
- Pylkkä, O. [Online]
<https://oppimateriaalit.jamk.fi/oppimiskasitykset/>
 [Haettu 25 09 2020].
- Shingler, N., 2012. *Marjoja & Maskaraa*. Viides painos red. Helsinki: Finnprinters.
- Stiens, R., u.d. *Totuus kosmetiikasta - Parasta iholle, hiuksiin, meikkiin*, Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Tarja Pölkki, Satu Elo, Maria Kääriäinen & Helvi Kyngäs, 2011. Sisällönanalyysi suomalaisessa hoitotieteellisessä tutkimuksessa. *Hoitotiede*, 23(2), s. 138-148.

Valli, R., 2018. *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. 5.*, uudistettu painos red. Keuruu: PS-kustannus.

Varon, M., 2020. *ELÄVÄ IHO - LUONNON KOSMETIIKKA*. Keuruu: A Bonnier Group Company.

Vaughn, A. R., Clark, A. K., Sivamani, R. K. & Shi, V. Y., 2018. Natural Oils for Skin-Barrier Repair: Ancient Compounds Now Backed by Modern Science. *American Journal of Clinical Dermatology*, Osa/vuosikerta 19, s. 103-117.

Wright, M. R.-v., von Wright, J. & Soini, T., 2003. *Oppiminen ja koulutus*. 9., uudistettu painos red. Juva: WS Bookwell Oy.

Ylönen, T., 2012. *Selvitys luonnon- ja luomukosmetiikkasertifikaateista*. Tikkurila: Opinnäytetyö, Kauneudenhoitoala, Laurea-ammattikorkeakoulu.

Luonnonkosmetiikka

Kurssimateriaali luonnonkosmetiikasta

Henni Kivikangas

Luonnonkosmetiikka

Mitä luonnonkosmetiikalla tarkoitetaan?

Luonnonkosmetiikalla tarkoitetaan ihonhoitotuotteita ja kosmetiikkaa, joka on pääosin valmistettu luonnonraaka-aineista.

Raaka-aineiden, joita tarvitsee käyttää tuotteessa teknisistä syistä, tulee olla luonnollista alkuperää olevia ja hellävaraisesti prosessoituja.

Luonnonkosmetiikassa on tärkeää, että tuotteen käyttö ja käytön jälkeinen hävittäminen kuormittaa ympäristöä mahdollisimman vähän.

Sertifikaatit ja standardit

Luonnonkosmetiikka kiinnostaa tänä päivänä kuluttajia ja moni haluaa päästä hyötymään siitä. Kosmetiikkatuotteita saatetaan markkinoida luonnollisina, vaikka ne sisältäisivät vain pienen osan luonnonmukaisista ainesosista. ➡ Viherpesu

Kuluttajan on usein vaikea tietää raaka-aineluetteloa lukemalla, kuinka luonnollinen tuote on.

Tämän takia Euroopassa on perustettu erilaisia sertifikaatteja, jotka määrittelevät luonnonkosmetiikkaa ja helpottavat kuluttajaa välttämään virheellisiä hankintoja.

Sertifikaatit ja standardit



Sertifikaatit ja standardit

Yhteistä kaikille luonnonkosmetiikka sertifikaateille on:

Valmistuksessa tulee suosia luonnollisia raaka-aineita, geenimanipuloituja raaka-aineita ei sallita

Luomulaatuja raaka-aineita suositaan, villikasvien keräily pitää olla vastuullista

Tuotteissa käytettyjen raaka-aineiden tulee olla mahdollisimman vähän prosessoituja ja niiden käsittely on säädeltyä (esim. raaka-aineiden säteilyttäminen on kielletty)

Raaka-aineita ja valmiita tuotteita ei saa testata eläimillä

Sertifikaatit ja standardit

Tuotteiden tulee aiheuttaa mahdollisimman vähän haittaa ympäristölle tuotteiden tuotannon, käytön ja hävittämisen aikana

Pakkausmerkintöjen ja markkinointiviestinnän pitää tarjota kuluttajalle täsmällistä ja oikeaa tietoa.

(Luonnonkosmetiikka.fi, 2020)

Sertifikaatit ja standardit

Sertifioitu luonnonkosmetiikka takaa sen, että kuluttaja voi luottaa tuotteen raaka-aineiden olevan turvallisia ihmisen terveyden ja ympäristön kannalta.

Tuotteisiin ei voida laittaa mitä tahansa ainesosia luonnosta vaan jokainen tuote käy läpi laboratoriossa toksikologin tekemät turvallisuustestit.

Testeissä testataan:

Tuotteiden säilyvyyttä

Tuotteiden puhtautta

Sallittuja raaka-aineita

Sertifikaatit ja standardit

Luonnonkosmetiikan sertifikaatin saaneen tuotteen tai tuotemerkin toimintaa valvotaan tarkasti.

Valvonta koskee:

Tuotteiden ja ainesosien varastointia

Tuotteiden käsittelyä ja kuljetusta

Seosten valmistamista

Luomuainesosien viljelyä

Yrityksellä tulee kysyttäessä olla esittää todistus tai dokumentti raaka-aineiden jäljittämistä varten.

Mitä luonnonkosmetiikka ei saa sisältää?

Sertifioitu luonnonkosmetiikka saa nimestään huolimatta sisältää synteettisiä raaka-aineita, mutta vain pienen osan.

Usein synteettiset ainesosat ovat mietoja, säilyvyyttä parantavia ja sellaisia, joita käytetään elintarviketeollisuudessa.

Kiellettyjen aineiden lista luonnonkosmetiikassa on huomattavasti pidempi kuin synteettisen kosmetiikan lista. Luonnonkosmetiikassa sallittuja raaka-aineita on noin 1000 kun taas synteettisessä on noin 15 000.

Mitä luonnonkosmetiikka ei saa sisältää?

Sertifioitu luonnonkosmetiikka tuote ei saa sisältää:

- Synteettisiä väriaineita, hajusteita tai säilöntäaineita
- Maaöljypohjaisia raaka-aineita, esimerkiksi mineraaliöljyjä
- Silikonijohdannaisia
- Etyksoloituja ainesosia

Mitä luonnonkosmetiikka ei saa sisältää?

- Synteettisiä UV-suoja-aineita
- Säteilytettyjä tai GMO-raaka-aineita
- Kloorin käyttö sekä valmiiden tuotteiden säteilyttäminen ovat kiellettyjä
- Eläinkokeet, myös kolmannen osapuolen, eivät ole sallittuja
- (Varon, Elävä iho)

Mitä eroa on luonnonkosmetiikalla ja luomukosmetiikalla?

Luonnonkosmetiikka ja luomukosmetiikka ei ole sama asia. Aito luomukosmetiikka tarkoittaa tuotteita, jotka sisältävät ainoastaan luomuviljeltyjä raaka-aineita.

Kaikkea ei voi sertifioida luomukosmetiikaksi.

Esimerkiksi kylmäpuristettu kasviöljyseokset, kylmäpuristettu jojobaöljy ja puhdas shea voi olla luomu raaka-aineita.

Vesi, suola ja villiyrtilt ovat täysin luonnollisia raaka-aineita mutta niitä ei voida myydä luomukosmetiikkana, koska niitä ei pystytä viljellä.

Mitä eroa on luonnonkosmetiikalla ja luomukosmetiikalla?

Moniin kosmetiikkatuotteisiin tarvitaan myös muita kuin luonnollisia ainesosia, jotta tuotteeseen saadaan tietynlainen koostumus.

Esimerkiksi emulgaattorit ja pintajännitystä poistavat aineet voidaan valmistaa sokereista ja kookosöljystä, mutta ainesosat eivät tule sellaisenaan suoraan luonnosta, vaan luonnon raaka-aineista muokataan toinen raaka-aine.

Mitä eroa on luonnonkosmetiikalla ja luomukosmetiikalla?

Vaikka raaka-aine olisi kuinka hellävaroen muokattu toiseksi raaka-aineeksi, se ei voi olla luomu vaan silloin se on luonnollinen.

Tämän takia vaikkapa shampoo ei voi olla täysin luomu.

On kuitenkin yleinen käytäntö, että luomukosmetiikaksi voidaan kutsua tuotetta, joka sisältää vähintään 95% luomuviljeltyjä raaka-aineita.

Luonnonkosmetiikan raaka-aineet, emollientit

Emollientit eli ihon pehmentäjät parantavat ihon ulkonäköä ja pitävät ihon pinnan pehmeänä, sileänä ja joustavana.

Luonnonkosmetiikassa emollientit ovat kylmäpuristettuja kasviöljyjä, kun taas synteettisessä kosmetiikassa usein käytetään silikoneja ja synteettisiä estereitä.

Kasviöljyt ovat luonnonkosmetiikassa voidemaisten tuotteiden perusta. Kylmäpuristetut öljyt hoitavat ja ravitsevat ihoa runsaalla määrällä rasvahappoja, mineraaleja ja antioksidantteja. Öljyt tekevät ihosta sileän ja tasaisen värisen.

Synteettisessä kosmetiikassa käytettävät emollientit eivät ravitse ihoa vaan tuovat ainoastaan silkkinen koostumuksen tuotteeseen. Tämän vuoksi vitamiinit tulee erikseen lisätä tuotteeseen.

Luonnonkosmetiikan raaka-aineet, emollientit

Kasviöljyt ovat luonnonkosmetiikassa voidemaisten tuotteiden perusta. Kylmäpuristetut öljyt hoitavat ja ravitsevat ihoa runsaalla määrällä rasvahappoja, mineraaleja ja antioksidantteja. Öljyt tekevät ihosta sileän ja tasaisen värisen.

Synteettisessä kosmetiikassa käytettävät emollientit eivät ravitse ihoa vaan tuovat ainoastaan silkkisen koostumuksen tuotteeseen. Tämän vuoksi vitamiinit tulee erikseen lisätä tuotteeseen.

Luonnonkosmetiikan raaka-aineet, emollientit

Luonnonkosmetiikassa voidaan myös käyttää täydentäviä emollientteja.

Täydentävät emollientit ovat kasviöljyperäisiä mutta laboratoriossa muokattuja esterioöljyjä.

Glyserolin tai jonkin muun alkoholin avulla hajotetaan luonnollisia kasviöljyjä, jolloin saadaan aikaan uudenlainen esteri.

Esterioöljyt antavat tuotteelle saman silkkisen tunteen kuin synteettinen silikoni.

Keinotekoisia emollientteja käytetään usein edullisemmassa luonnonkosmetiikassa, niiden ollessa puhtaita kasviöljyjä edullisempia.

Luonnonkosmetiikan raaka-aineet, okklusiivit

Okklusiiveiksi kutsutaan ainesosia, jotka muodostavat iholle suojaavan kalvon.

Okklusiivit estävät kosteuden haihtumisen iholta ja samalla sitovat tuotteen hoitavat ainesosat ihoon.

Luonnonkosmetiikassa käytetään yleensä okklusiiveina kasvivoita kuten kaakaovoita, sheavoita ja mehiläisvahaa.

Luonnonkosmetiikalla ei voi saada iholle yhtä suojaavaa kalvoa kuin synteettisen kosmetiikan mineraaliöljyillä tai silikoneilla, koska iho imee itseensä kasvivojen ravitsevia ainesosia. Kasvivoilla voidaan kuitenkin hoitaa ihoa, eivätkä vahat kuormita ympäristöä niin kuin mineraaliöljyt.

Luonnonkosmetiikan raaka-aineet, humektantit

Humektantit ovat tärkeä osa ihon hyvinvoinnille, sillä ne kosteuttavat ihoa.

Humektantit tekevät ihosoluista täyteläisiä sitomalla niihin kosteutta.

Luonnonkosmetiikassa humektantit ovat aina luonnollisia ja kasviperäisiä.

Käytetyimmät luonnonkosmetiikan humektantit ovat hyaluronihappo, glyseriini, hunaja sekä Sodium PCA.

Luonnonkosmetiikasta poiketen synteettisen kosmetiikan humektantit ovat joko synteettisiä tai eläinperäisiä.

Luonnonkosmetiikan raaka-aineet, emulgointiaineet ja sakeuttajat

Vesi ja öljy täytyy saada liukenemaan toisiinsa, jotta niistä pystyy muodostamaan toimivan tuotteen.

Emulgaattorit ovat ainesosiaa, jotka saavat nämä kaksi toisiinsa liukenematonta faasia yhdistymään.

Luonnonkosmetiikassa emulgaattorit saadaan kasviöljyjen rasva-alkoholeista ja glukoosista valmistettujen polyglyseroliemulgaattoreista tai glykolipidijohdannaisista.

Usein luonnonkosmetiikassa käytettyjä emulgaattoreita ovat Glyceryl Stearate SE, Glyceryl caprylate ja Sorbitan palmitate.

Luonnonkosmetiikan raaka-aineet, emulgointiaineet ja sakeuttajat

Synteettisessä kosmetiikassa tuttuja emulgaattoreita ovat synteettisesti valmistetut PEG ja PPG.

PEG ja PPG vaatii ympäristöä kuormittavan valmistusmenetelmän eli etyksoloinnin.

PEG-emulgaattorin ominaisuuksiin kuuluu tuotteen vaikuttavien aineiden imeytyminen ihoon. Tämä tarkoittaa sitä, että myös niin sanotut ei-toivotut aineet pääsevät imeytymään ihoon, kuten säilöntäaineet ja ainesosat, jotka ovat tuotteessa koostumuksen takia mutta eivät hoida ihoa millään tavalla.

Luonnonkosmetiikan raaka-aineet, emulgointiaineet ja sakeuttajat

Kosmetiikkatuotteet tarvitsevat sakeuttaja-aineita koska emulgaattorit tekevät emulsiosta usein ohutta.

Sakeuttajat parantavat tuotteen koostumusta ja tekevät tuotteesta täyteläisemmän. Cetearyl alcohol ja Xanthan gum on luonnonkosmetiikassa yleisimmin käytetyt sakeuttajat.

Luonnonkosmetiikka raaka-aineet, surfaktantit

Surfaktantit ovat pintajännitystä poistavia aineita eli peseviä ainesosia.

Luonnonkosmetiikassa surfaktantit ovat kiistelty aihe. Osa hyväksyy mietojen, luonnollista alkuperää olevien surfaktantien käytön ja osa taas ei hyväksy niitä ollenkaan.

Syynä tähän on, että surfaktantit ovat aina laboratoriossa muokattuja luonnollisia ainesosia ja usein hyvin peseviä, jolloin ihon suojaava hapan kalvo peseytyy pois.

Luonnonkosmetiikka raaka-aineet, surfaktantit

Surfaktantit saattavat ärsyttää ihoa ja saada esimerkiksi päänahan kutiamaan ja jopa hilseilemään.

Kuluttajat ovat kuitenkin tottuneet peseviin ja vaahtoaviin puhdistustuotteisiin, jolloin kysyntään on haluttu vastata myös luonnonkosmetiikan puolella.

Puhdistusmaidot ja puhdistusöljyt sisältävät vähemmän surfaktanteja kuin esimerkiksi puhdistusgeelit tai -vaahdot. Puhdistusbalmeissa ja -voiteissa ei ole ollenkaan surfaktantteja.

Luonnonkosmetiikka raaka-aineet, surfaktantit

Luonnonkosmetiikan pintajännitystä poistavat aineet ovat miedompia kuin synteettisessä kosmetiikassa.

Yleisimpiä surfaktantteja luonnonkosmetiikassa ovat esimerkiksi Cetearyl glucoside, Coco glucoside ja Disodium cocoyl glutamate.

Synteettisen kosmetiikan käytetyimmät pinta-aktiiviset aineet ovat Sodium laureth sulfate ja Sodium lauryl sulfate.

Luonnonkosmetiikka, säilöntäaineet

Kosmetiikka tuotteisiin lisätään säilöntäaineita, jotta tuotteen käyttöikä pidentyisi ja jotta tuote ei pilaantuisi niin nopeasti ja että sitä olisi turvallista käyttää.

Luonnonkosmetiikassa säilöntäaineena käytetään elintarviketeollisuudenkin käyttämiä säilöntäaineita, jotka ovat alkuperältään synteettisiä. Näitä ovat esimerkiksi Potassium Sorbate, Sodium benzoate ja Benzyl alcohol.

Luonnonkosmetiikan raaka-aineet, säilöntäaineet

Luonnonkosmetiikassa pyritään käyttämään mietoja säilöntäaineita ja säilyvyyttä parannetaan myös muilla keinoilla, kuten esimerkiksi pakkausteknisillä ominaisuuksilla, eteerisillä öljyillä ja alkoholi ja alkoholipohjaisilla kasviuutteilla.

Tuotteen säilyvyyttä voidaan parantaa:

Pakkaamalla tuote ilmatiivisti esimerkiksi pumppupulloon ja tummaan lasipakkaukseen, jotta tuote on mahdollisimman vähän tekemisissä UV-säteilyn kanssa

Useat eteeriset öljyt ovat luonnostaan antiseptisiä ja omaavat antibakteerisia ominaisuuksia.

Etanoli on yksi parhaiten säilyvyyttä parantava aine koska sille ei voi olla allerginen, mutta sitä ei virallisesti luokitella säilöntäaineeksi.

Luonnonkosmetiikan raaka-aineet, säilöntäaineet

Lyhytketjuiset parabeenit ovat usein käytettyjä säilöntäaineita synteettisessä kosmetiikassa. Viime vuosina parabeeneja on alettu korvaamaan DMDM hydantoinilla, Diazolidinyl urealla ja Imidazolidinyl urealla, jotka ovat formaldehydiä vapauttavia aineita.

Monet kuluttajat ovat herkistyneet kyseisille aineille.

Luonnonkosmetiikan raaka-aineet, kasviuutteet

Kasviuutteita kutsutaan usein tuotteen sieluksi.

Kasviuutteet ja kukkaisvedet ovat hyvin ravinnetiheitä, jonka takia niitä käytetään lisäämään tuotteen tehoa.

Kasviuutteet ja kukkaisvedet sisältävät esimerkiksi paljon erilaisia vitamiineja, antioksidantteja ja mineraaleja.

Kasviuutteilla on aina tietynlainen funktio tuotteessa ja ihonhoidossa. Kasviuutteet voivat kosteuttaa, rauhoittaa, puhdistaa, vähentää tulehdusta, virkistää, supistaa ihohuokosia ja aktivoida pintaverenkiertoa.

Kukkaisvesiä käytetään tuotteissa veden sijasta, jolloin tuotteesta tulee entistä hoitavampi ja tuote saa myös aromaterapeuttisia vaikutuksia.

Luonnonkosmetiikan raaka-aineet, kasviuutteet

Kasviuutteet ja kukkaisvedet saadaan kasvien eri osista, kuten kukasta, hedelmästä, lehdistä, varresta ja juuresta.

Kasviuutteiden valmistuksessa pyritään kasvista samaan irti hellävaraisin menetelmin mahdollisimman paljon aktiiviaineita.

Menetelmiä on erilaisia:

Kasviuutteita voidaan puristaa tai imeä kasvista

Uuttaminen

Tislaus



Luonnonkosmetiikan raaka-aineet, eteeriset öljyt

Eteerisillä öljyillä on monia vaikutuksia tuotteeseen ja ihoon.

Eteeriset öljyt hoitavat ihoa, tekevät tuotteesta paremmin säilyvän, ovat antiseptisiä ja terapeuttisia sekä antavat tuotteelle tuoksun.

Eteeristen öljyjen ansiosta luonnonkosmetiikkatuote ei välttämättä tarvitse erikseen hajustetta vaan eteeriset öljyt luovat tuotteelle persoonan ja sielun.

Tänä päivänä luonnonkosmetiikassa on saatavilla yrttisten tuoksujen lisäksi mietoja, makeita hedelmäisiä ja jopa toffeemaisia tuoksuja.

Luonnonkosmetiikan raaka-aineet, eteeriset öljyt

Eteeristen öljyjen valmistuksessa voidaan käyttää

Tislausta

Uuttamista

Öljyjä voidaan myös saada pusertamalla

Jotkin eteeriset öljyt ovat erittäin arvokkaita. Yhteen tippaan ruusun eteeristä öljyä, tarvitaan 30 ruusun terälehteä.



Luonnonkosmetiikan raaka-aineet, eteeriset öljyt

Eteeriset öljyt sisältävät muun muassa aldehydejä, alkoholeja, estereitä ja fenoleja. Eteerinen öljy tarvitsee kaikki nämä komponentit toimiakseen kunnolla.

— Mikäli jokin komponenteista eristetään omaksi aineeksi, öljystä ei saada kokonaisvaltaista vaikutusta ja sillä saattaa jopa olla haitallisia vaikutuksia.

Eteeristen öljyjen monimutkaisia ainesosia yritetään jäljitellä synteettisesti.

Synteettisillä tuoksulla on kuitenkin mahdotonta saada samaa terapeuttista vaikutusta kuin eteerisillä öljyillä.

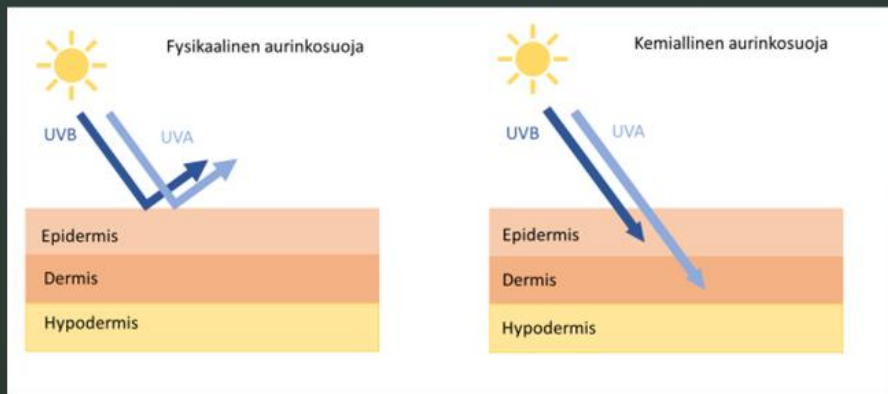
Luonnonkosmetiikan raaka-aineet, UV-suoja-aineet

Aurinkosuojavoiteissa voidaan käyttää kahta erilaista UV-suoja-ainetta, fysikaalista ja kemiallista.

Fysikaaliset UV-filtrit, tekevät ihon pintaan heijastavan kalvon, joka heijastaa, hajottaa ja imee itseensä UV-säteitä.

Kemialliset UV-filtrit imeytyvät ihoon ja muuntavat UV-säteilyn lämpöalloiksi tai näkyväksi valoksi.

Molemmat tavat ehkäisevät ihon palamista auringossa.



Luonnonkosmetiikan raaka-aineet, UV-suoja-aineet

Luonnonkosmetiikassa käytetään fysikaalisia filttäreitä, joita ovat titaanioksidi ja sinkkioksidi.

Synteettisessä kosmetiikassa yleisesti käytettyjä filttäreitä ovat esimerkiksi Butyl Methoxydibenzoylmethane, Benzophenone-3 ja Octocrylene.

Kemialliset filtrit jäävät iholle mutta fysikaaliset filtrit eivät, jos ne ovat mikrokoko.

— Esimerkiksi COSMOS-standardi ei hyväksy mikrokoko pienempien nanopartikkeleiden käyttöä tuotteissa.

Nanopartikkelit pystyvät kuljettamaan mukanaan muita haitallisia aineita ja nanopartikkeleiden päätyessä esimerkiksi keuhkoihin, saattaa sillä olla karsinogeenisiä vaikutuksia.

Luonnonkosmetiikan raaka-aineet, UV-suoja-aineet

Lapsille suositellaan fysikaalista aurinkosuojaa, koska kemiallisissa filttäreissä on hormonaalisesti aktiivisia aineita, jotka saattavat olla haitallisia lapsen kehitykselle niiden imeytyessä verenkiertoon.

Haitallisia vaikutuksia saattavat olla esimerkiksi sukupuolielinten kehitykseen, syöpäalttiuteen ja hedelmällisyyteen ja puberteetin aikaistumiseen.

Luonnonkosmetiikan raaka-aineet, väriaineet

Luonnonkosmetiikassa saadaan tuotteille aikaan jokin tietty väri mineraalipigmenttien avulla, sillä synteettisten väriaineiden käyttö ei ole sallittua.

Luonnonkosmetiikassa käytettyjä mineraalipigmenttejä ovat esimerkiksi raudan oksidi, mica, talkki ja titaanioksidi. Nämä väriainesosat valmistetaan laboratoriossa mutta niitä löytyy myös luonnosta sellaisenaan. ———→ Natural identical

Tuotteissa voidaan myös käyttää luonnollisia pigmenttejä kuten klorofylliä, karmiinia ja beetakaroteenia.

Kasvivärit

Kasviväreissä ei ole erikseen hapetetta niin kuin synteettisissä hiusväreissä.

Kasvivärit ovat kuitenkin kestävämpiä, jotka pysyvät hiuksissa pitkään ja väri vahvistuu jokaisella värjäyskerralla.

Kasvivärillä värjättyjen hiusten lopputulokseen vaikuttaa hiuksen oma pohjasävy -kasvivärillä aikaan saatu väri on aina yksilöllinen.

Kasvivärit eivät vaurioita hiusta lainkaan. Kasvivärit hoitavat hiusta paikkaamalla hiusten vaurioituneita kohtia kasvien proteiinien ja mineraalien avulla.

Hiusta saattaa joutua esivalmistella ennen kasviväreillä värjäämistä.

Kasvivärit

Kasvivärit eivät sisällä synteettisiä väripigmenttejä, metallisuoloja eivätkä ne imeydy synteettisten hiusvärien tapaan.

Kasvivärjäyksen haasteena on

Värin pitkä vaikutusaika

Rajallinen väriskaala

Värjäykseen saattaa vaikuttaa esimerkiksi hormonitoiminnan vaihtelut ja erilaiset lääkitykset

Hiusta ei myöskään voida vaalentaa kasviväreillä mutta sitä voidaan kirkastaa.

Ennen kasviväreillä värjäystä suositellaan hiusten syväpuhdistusta savella, jotta saadaan päänahasta pois synteettiset kemikaalit, jotka saattavat reagoida kasvivärien kanssa.

Kasviväreillä värjääminen on tarkkaa työtä, sillä värjäysohjeita tulee noudattaa tarkasti.

Kasvivärit

Puhtaat kasvivärit sisältävät jauhattua kasvia tai kasvin osaa.

Kasviväreissä käytetyt henna (*Lawsonia inermis*) ja indigo (*Indigofera tinctoria*) värjäävät tehokkaasti hiusta.

Henna värjää hiuksen oranssiksi tai punaiseksi ja indigo kehittyy hiuksessa keltaisen vihertävästä sinertävän mustaan.

Ruskeisiin väreihin sekoitetaan yleensä molempia edellä mainittuja värejä.

Kasvivärit sisältävät usein myös yrttejä, joilla on hiusta hoitava vaikutus mutta jotkin yrtit auttavat saamaan hennasta ja indigosta halutun sävyn.

Ympäristö

Luonnonkosmetiikassa on tärkeää, että tuotteen käyttö ja käytön jälkeinen hävittäminen kuormittaa ympäristöä mahdollisimman vähän.

Luonnonkosmetiikan tuotannossa tulee ottaa huomioon tuotteen vaikutus luontoon ja ympäristöön.

Luonnolliset raaka-aineet eivät kuormita luontoa samalla tavalla kuin synteettiset ja luomutuotetut ainesosat eivät sisällä haitallisia torjunta-aineita.

Ympäristö

On myös tärkeää, että villiyrtit kerätään lajeja vaarantamatta.

Luonnonkosmetiikassa voidaan myös käyttää elintarviketeollisuuden ylijäämä tuotteita, joka pienentää esimerkiksi valmistuksessa aiheutuvaa ympäristön kuormitusta.

Luonnonkosmetiikan hyödyt

Luonnonkosmetiikkatuotteiden valitseminen ihon hoitoon edistää ihmisen ja luonnon hyvinvointia, sillä kaikkia synteettisen kosmetiikan mahdollisia haittavaikutuksia terveyteen ei vielä tunneta.

Ehjä iho on avaintekijä pitämään haitalliset kemikaalit poissa elimistöstä. Voimme kuitenkin saada aineita kehoamme suun ja hengitysteiden kautta.

Riski altistua haitallisille kemikaaleille pienenee valitsemalla luonnonkosmetiikkaa, raaka-aineiden ollessa luonnollisia. Luonnollistuntuotteiden raaka-aineet voivat jopa olla osa ruokavaliotamme!

Lähteet

https://commons.wikimedia.org/wiki/File:ECOCERT_LOGO.jpg

<https://www.luonnonkosmetiikka.fi/luonnonkosmetiikka/sertifiointitahot/>

Kirjat:

Kokko Katja, Aidosti kaunis

Varon Maria, Elävä iho

Rita Stiens, Totuus kosmetiikasta

Noora Shingler; Marjoja ja maskaraa

Marie Lodén, Ren, mjuk och vacker

