

PRODUKTUEN SEGURTASUNA

Kosmetikoak

ASMATU
JOPUNTUAN. **ZURE**
SEGURTASUNA
DAGO JOKOAN

*Ikaslearen
Koaderno*



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

HEGALDIA, HEZKUNTZA
ETA ENBESKUNTZA
DEPARTAMENTUEN ERORAKO
GOMENDIO ETORRIAK



COMISIÓN EUROPEA

Kontsumitzailearen Heziketa SAITEA Europako Kontsumitzailearen Eskolak koordinatzen ditu. Bertan hartzen parte hartzen duten Autonomia Erkidegoak hartzen dute parte: (Katalunia, Asturias, Valentziako Komunitatea, Galizia, Gasteizko Mendia, Euzko Autonomia Erkidegoak, Euzko Mendebaldeko, Madril, Aragón, Gasteiz eta Leongo Erkidea) eta nazio artekoak (Espainia, Portugal, Italia, Grezia eta Frantzia). Osoan eta Kontsumitzailearen Ministerioaren (Kontsumitzailearen Institutu Nazionalea) eta Heziketza, Kultura eta Kirolen Ministerioaren (Europako programen Zuzendaritza Nagusia) laguntza jaso du.



1. Gogoan eduki, legearen arabera, kosmetikoak dira gorputzaren azalaren atal desberdinekin (epidermisa, bilo eta ile sistema, atzazalak, ezpainak eta kanpoko organo genitalak) edo hortz-haginekin eta aho-mukosekin kontaktuan jarri eta beroriek garbitu, lurrindu, itxura aldatu edota gorputzaren usainak zuzendu edota estali edo egoera onean edukitzea helburu bakar edo nagusi daukan edozein gai edo produktu.
2. Eros itzazu behar bezala etiketatuta dauden kosmetikoak soilik. Etiketan argi eta garbi azaldu behar dira enpresaren datuak, osaketa, kontserbazioa, erabiltzeko modua eta iraungitze data edo erabiltzeko epea. Aukera itzazu zure larruazalerako egokienak: gerta daitezkeen alergiak eta beste arazoak saihestuko dituzu.
3. Ahal duzun guztietan erabil itzazu produktu hipoalergenikoak. Hitz honek esan nahi du produktuak erreakzio alergikoetarako eragin txikiago duela. Baina, kontuz! Hipoalergeniko hitza ontziren batetan agertze hutsak ez du bermatzen erreakzio alergikorik edo larruazaleko narritadurarik inondik ere eragin ez dezakeenik, halakorik gertatzeko aukera txikiagoa dela baizik.
4. Eduki itzazu kosmetikoen edukiontzia hermetikoki itxita erabiltzen ez dituzunean. Eguzkiaren argitik kanpo ere gorde itzazu.
5. Gogoan eduki iraungitze data, edo produktua behin zabalduz gero, erabiltzeko egoera normalean gordeta beti ere, gehienez zenbat denborarako erabilgarria den gomendioa.
6. Ez itzazu kosmetikoak leku berotsuetan ez eta luzaroan ere gorde. Ez itzazu erabili kolore aldatutako edo usain desberdin edo hats higuin garriak dituzten kosmetikoak.
7. Ez itzazu kosmetikoak oso edukiontzi handitan erosi. Gogoratu, behin zabalduz gero, egokiena produktu hauek hiru hilean behin aldatzea dela.
8. Partekatzea normalean ariketa osasungarria bada ere, ez da komeni, osasun arrazoiengatik hain zuzen ere, kosmetikoak partekatzea.
9. Pinturak ez gehiegi erabili, ez eta zure larruazal edo ilearentzako erasokorrak diren teknikak ere, hala nola zure adatsa kalte dezaketen tintak edo permanenteen likidoak.
10. Eten ezazu berehala kosmetikoen aplikazio eta erabilera, narritaduren bat eragiten dizutela ohartzen bazara. Ez erabili inoiz aerosol ontzietako edertasun produkturik bero iturriren ondoan, edo tabakorik erretzen diharduzunean, sukoiak izan daitezke-eta.

AURKIBIDEA

1. HASTEKO	>>> 1	5. GIDA ERABILGARRIAK	>>> 8
2. KOSMETIKOEI BURUZ MUSIKATZEN	>>> 1	6. DENBORA-PASEN SOLUZIOAK	>>> 11
3. JARDUERAK	>>> 2	7. UMORE GRAFIKOA	>>> 11
4. DENBORA-PASA	>>> 6	ERANSKINA	>>> 12

Argitaratzailea: Kontsumitzailearen Hezkuntza Sarea
<http://www.infoconsumo.es/eecred>

Egileak:

Nieves Álvarez Martín
 Laguntzaileak
 Leticia Ortíz Bedia, M^a del Pilar González Echezarreta,
 Ana Vallejo Echezarreta, Amaia Saenz, Ainhoa Sanz,
 Nuria Vitoria

Diseinua eta maketazioa:

M^a Isabel Gómez Bedia
 M^a Luisa Lavín Solana

Ale-kopurua:

Autonomia Erkidego bakoitzerako koordinazioa:

Gonzalo Sánchez Moreno (Kantabria)
 Rafael González del Busto (Asturias)
 M^a José López Ródenas (Valentziako Erkidegoa)
 Esther Álvarez Fernández (Galizia)
 Alejandro Salcedo Aznal (Gaztela-Mantxa)
 Arrate Martínez de Guereñu (Euskal Herria)
 Jesús Ramón Galán Quintanilla (Extremadura)
 Susana Gil (Madril)
 Francisca Pérez Jiménez (Aragoi)
 Carmen Herrero Álvarez (Gaztela eta Leon)
 Susana Conde Escorihuela (Errioxa)

Lege Gordailua:

Inprimaketa: J. Martínez S.L.

1. HASTEKO

Kosmetikoak erabiltzen dituzu?, uste duzu desodorantea edo ilerako xanpua kosmetikoak direla edo kosmetikoak kremak, ezpainetako lapitza eta antzeko gauzak bakarrik direla pentsatzen duzu?, kosmetikoak beharrezkoak al dira?, zer adinetik erabili behar dituzte kosmetikoak?, arriskutsuak izatera irits daitezke?

Galdera asko? Baliteke, baina... erantzun guztiak ezagutzen al dituzu? Batzuek errazak dirudite, baina... benetan horrela al dira? Kasu hauetan eta antzeko beste batzuetan erantzun zuzena ez baldin baduzu aurkitzen, emaitza hasieran ematen duena baino arazo askoz larriagoa izan daiteke zuretzat. Hori dela-eta, informazioa baldin baduzu, saihestu ahal izango duzu. Gainera, noizbait pentsatu ahal duzu kosmetikoak ikasteko gaia izan zitezkeela? Ez ezta? Bada, ikus dezakezunez, badira. Horregatik, interesgarria izango da arreta jartzea eta koaderno honetan dauden eta ikasgelan proposatzen dizkizuten jarduera guztiak egitea. Amaieran, segurtasun osoz, galdera hauei eta bestelako batzuei erantzun ahal izango diezu, zenbait gauza bitxi ezagutuko dituzu, ero-eroan jardun baino lehen aurreikusi ahal izango duzu eta informazio gehiago duen pertsona bat izango zara.

2. KOSMETIKOEI BURUZ MUSIKATZEN

Koaderno honetako azken orrialdea begiratu ahal duzu? Ez baduzu begiratu egin orain. "Kosmetikoen dekalogoa" irakurri al duzu? Berriz ere irakurri lagunekin batera, hausnarketa egin bakarrik edo taldean. Argi al duzu? Bada, orain pentsatu behar duzu konpositore edo musikagilea zarela eta kosmetikoei buruz hitz egiten duen abesti baten musika eta letra egitea agindu dizutela. Irakurri duzunaren antzekoa izango den letra asmatu beharko duzu, zure hitz egiteko moduari, zure estiloari egokituko duzuna; gehien gustatzen zaizun erritmoa (rap, rock, pop...) aukeratu ezazu. Ondoren, bakarrik edo zure lagunekin batera maketa bat grabatu beharko duzu, ausartuko zara? Gure web orrian begiratzen baldin baduzu horrekin egin dezakezuna jakingo duzu.

www.infoconsumo.es/dianaseguridad



3. JARDUERAK

Hemen jardueren zenbait fitxa dituzu. Ikasgelan egin ditzakezu zure irakaslearekin batera, berak fitxak garatzen lagunduko dizudala. Modu horretan kosmetikoei buruz dakizuna zer den jakin ahal izango duzu. Informazio batzuek harritu egingo zaituzte. Amaieran, gauza erabilgarri asko ikasiak izango dituzu eta zure segurtasunagatik dieran bete-betean emateko gauza izango zara.

I. FITXA: HISTORIAN ZEHAR NABIGATUZ

Kosmetikoen historia ezagutzen al duzu?, ba al dakizu kosmetikoak noiztik erabiltzen dituzten?, prest zaudete ikerketa-lana egiteko? Kosmetikoek Historian zehar izan duten bilakaera aztertuko dugu, horretarako Internet erabiliko dugula. Lan hau taldean egin dezakezu.

Adibidez, www.museesdagrasse.com izeneko web orriaren "lurringintzaren historia bat" atalean sar zaitez, bertan eskaintzen dituzten datuak erabiliz kosmetikoek Historian zehar izan duten bilakaeraren azterketa xumea egiteko aukera izango duzu. Ondoren, honako galdetegi honi erantzun ahal izango diozue.

GALDETEGIA

1. Faraioen herrialdean (Egipto)

- Egiptoarrek makillatzeko eta lurrintzeko erabiltzen zituzten substantziak, erabilera profanoa izateaz gain, batez ere, erabilera erlijiosoan zuten:

Egia Gezurra

Azaldu zergatik? _____

2. Antzinako Grezia

- Kosmetikoak beren errituetan erabiltzeaz gain, gorputzaren garbitasunak eta edertasunak ere garrantzi handia zuten:

Egia Gezurra

Lurrintzen eta garbitzen ziren hainbat egoera eta leku adieraz itzazu.

Garai horretan zuten makillatzeko moduan, zer nabarmenduko zenuke? _____

3. Erroma

- Erromatarren garaian, gizonek bakarrik gorputza garbitzeko aukera dute, emakumeek kosmetikoak zeremonia erlijiosoetan bakarrik erabiltzen zituzten: (Esan zergatik)

Egia Gezurra

Adierazi zer kosmetiko mota erabiltzen zituzten _____

4. Erdi Aroa eta Berpizkundea

- Kosmetikoen erabilerak atzerapena izan zuen garai horretan, zergatik? _____

Zein da gehien erabiltzen zuten kosmetikoa? Aipatu batzuk. _____

5. XVIII. mendea

- Berpizkundean bezalaxe, XVIII. mendean ere perfume edo lurri sendoak erabiltzen jarraitzen dute usain higuigarriak disimulatzeko asmoz:

Egia Gezurra

Arrazoitu zure erantzuna. Zer objektu mota lurrintzen dituzte garai honetan _____

6. XIX. mendea Industriako Iraultzara arte

- Garai horretan gorputza garbitzeak bertute asko dituela pentsatzen zuten:

Egia Gezurra

Zer egiten zuten andre dotoreek deprimetuta zeudenean? _____

7. Industriako Iraultzatik "Belle Epoque" izeneko arte

- Industrializazioak zer onurak ekarri zizkion kosmetikari?

Jarri adibide batzuk: _____

8. Mende batetik bestera

- Garai horretan usaimeneko aniztasun handia nabarmentzen da, ez dago joera nagusirik:

Egia Gezurra







Lurrinak zuzentzen dituzten pertsona-estilo batzuk aipatu itzazu. _____



2. FITXA: ETXEKO KOSMETIKOAK EGITEKO ERREZETAK

Zure kosmetikoak egitea gustatuko litzaizuke? Aurrezteko modu ona izango da. Hemen dituzu etxeko errezeta batzuk. Osagaiak zuen etxeetan, edozein drogeria, botika edo belar-dendatan erraz aurki ditzakezuen produktuak dira. Goi mailako kosmetikaren zenbait produkturen “mitoa ezabatzeko” jarduera da.

Prozesua honakoa izan daiteke. Lehenik, egin nahi dituzun kosmetiko edo kosmetikoak aukeratu beharko dituzu, ondoren, horiek egiteko beharrezkoak diren osagaien zerrenda egin beharko duzu; azkenik, bakoitzaren salneurriak apuntatuko dituzu merkatuan eros dezakezun kosmetikoak duenarekin alderatu ahal izateko.

KREMA HIDRATATZAILEA ETA NUTRITIBOA	
 <p>Osagaiak:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 2 koilarakada txiki ezti ● Zuringo 1 ● Almendrazko olioaren tanta batzuk ● Nahasketa egiteko ontzia 	<p>Egiteko prozesua:</p> <p>Zuringoa elur-punturaino irabiatu. Eztia gaineratu eta nahastu. Nahasketari almendra-olioaren tanta batzuk erantsi. Denari eragin osagaiak batzeko lortu arte. Krema erabiltzeko prest dago.</p>
GARBITZEKO ESNEA	
 <p>Osagaiak:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Zopako koilarakada 1 jogurt ● Koilarakada txiki 1 limoi-zukua ● Kotoia ● Paperezko toaila 	<p>Egiteko eta erabiltzeko prozesua:</p> <p>Limoi-zukua eta jogurta ongi nahastu. Nahasketa aurpegiaren gainean ezarri kotoi batez eta segundo batzuek itxaron. Kendu paperezko toaila batez.</p>
EZTI ETA LIMOIZKO MASKARA, AZAL LEHORRENTZAT	
 <p>Osagaiak:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Koilarakada 1 ezti ● Koilarakada 1 limoi 	<p>Egiteko eta erabiltzeko prozesua:</p> <p>Koilarakada bat ezti eta beste bat limoi nahastu. Nahasketa lepo eta aurpegiaren gainean ipini. Bertan utzi 1/2 ordu batez edo gehiagoz. Maskara honek efektu hezegarria du eta oso ona da azal lehorrentzat. Maskarek eraginkortasun handiagoa izan dezaten atsedena ere tartekatu beharko dute.</p>
OLO-IRINEZKO MASKARA, AZAL KOIPETSUENTZAT	
 <p>Osagaiak:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Olo-irina ● Esnea ● Toaila 	<p>Egiteko eta erabiltzeko prozesua:</p> <p>Olo-irina esneaz irabiatu ore bat osatu arte, ipini lepo eta aurpegiaren gainean eta jalkitzen utzi 15 minutuz. Kontuz oloarekin oso sendoa delako begien ingurunerako, babes itzazu toaila heze baten bidez. Oloa maskara bikaina da aurpegiko larruzalaren koipea kentzeko.</p>
AZENARIO-PUREZKO MASKARA, AZAL LEHORRENTZAT	
 <p>Osagaiak:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 6 azenario ertain ● Ohizko krema 	<p>Egiteko eta erabiltzeko prozesua:</p> <p>Azenarioak zurutu gabe baina ongi garbitu ondoren ur apur batean egosi eta txikitu itzazu. Gaza edo zapi batean jarri eta aplikatu (guztiz hoztu dadin utzi gabe) 10-15 minutu bitartean. Kendu eta ur hotzez uretan pasatu zure azalaren poroak ixte aldera. Ezarri normalean erabiltzen duzun krema.</p>
XANPUA	
 <p>Osagaiak:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Gorringo 1 ● Koilarakada 1 laranja-zukua ● Xaboi-belarraren infusioaren litro ¼ bat ● Nahasketa sartzeko ontzia 	<p>Egiteko eta erabiltzeko prozesua:</p> <p>Laranja-zukua eta gorringoa nahastu eta irabiatu. Irabiaki honi xaboi-belarraren infusioa erantsi eta ongi nahastu. Xanpua erabiltzeko prest dago.</p>



3. FITXA: ETIKETAK EGITEKO TAILERRA

Kosmetikoen hiru etiketa aukeratu, produktu bakar baten marka ezberdinak baldin badira, askoz hobeto. Etiketak ongi begiratu, honako fitxa osatu eta emaitzak aztertu itzazu. Gaizki etiketatutako produktuaren bat aurkitu al duzu?, zein da hobekien etiketatuta dagoen produktua?

AZTERTZEN DITUZTEN PRODUKTUEN ETIKETAK			
Azterten dituzten alderdiak	1 produktua	2 produktua	3 produktua
Produktuaren izendapena:			
Fabrikatzailearen izen, enpresa-izen eta helbide edo bizileku soziala:			
Pisua, bolumena, pieza kopurua:			
Gutxieneko iraungipen-data ("ahal bada erabili data hau baino lehen..."):			
Zaintzeko baldintzak:			
Erabiltzerakoan izan beharreko ardurak:			
Lotea:			
Jatorriko Herrialdea (EBtik kanpo):			
Produktuaren funtzioa:			
Osagaien zerrenda:			
Lurrintzeko eta usaintzeko konposatuak:			
Idatzita dagoen hizkuntza:			

Ondorioak:



4. FITXA: ZER DA MITOA ETA ZER EGIA?

Ba al dakizu mito bat zer den? Mitoen inguruan mitoak daudela uste al duzu? Denok ongi informatuta gaudela pentsatzen duzu? Zuk zeuk egiaztatu ahal duzu. Fitxa honetan, gaiari buruzko hamar baieztapen aurkeztu dituzte. Jarduera oso xumea da, egia direla iruditzen zaizkizunak aukeratu itzazu eta mitoak direneta bereiz itzazu, erantzunak justifikatu beharko dituzu.

ESALDIAK	E= Egia M= Mitoa	E ala M
● Azala hidratatzeko, indartzeko eta garbitzeko produktuak lerro kosmetiko berekoak izan behar dira.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
● Azala garbitzerakoan hobe da lozio alkoholikoak saihestea.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
● Azala garbitzea baino garrantzitsuagoa da krema beti goranzko zentzuan aplikatzea.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
● Eguzkia hartzeak azala hobetzen du.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
● Aknea gaixotasun kutsakorra da.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
● Sauna eraginkorra da azala garbitzeko orduan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
● Beltuta nagoenean dagoeneko babestuta nago, hori dela-eta ez dut eguzki-iragazkia gehiago erabili behar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
● Azalaren alergia edozein lekutan kutsatzen da.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
● Produktu naturalek ez dute sekula alergia eragiten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
● Azalak ez du inoiz erreakziorik izaten ohituta dagoen produktuen aurrean.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. FITXA: EGUZKIAREN AURKAKO BABESAK

Lan autodidakta proposatu nahi dizuegu, hau da, irakaslearen laguntzarik gabe. Kontua eguzkiaren aurkako babesei buruzko informazioa bilatzea da¹. Gidatzat har ditzakezuen hainbat galdera iradoki nahi dizkizuegu:

- Eguzkitan egotearen ondorio onak eta txarrak zein dira?
- Zergatik da garrantzitsua belzteko krema erabiltzea?
- Zenbat azal mota daude?
- Denok belzteko krema berbera erabil dezakegu edo pertsona bakoitza ezberdina da?
- Ba al dago eguzkitan jarri beharko ez lukeen arrisku berezia duen talderen bat?
- Zein dira babesteko metodarik onenak?
- Lainotutako egunek erretzetik babesten gaituzte?
- Zer elikagai onuradunak dira azalerako?
- Nola zaindu behar dituzte kremak?

Ikerketa bukatzen duzunean, honako arazo honi erantzun beharko diozu:

Hiru pertsona hauei zer aholku emango zenieke eguzkitan egoteari buruz (babes-faktorea, eguzkitan egoteko denbora, eguzkirako kremaren erabilera, etab.)?

- 55 urteko emakumea, azal beltzarana eta gartzaina-koloreko ilea dituena.
- 37 urteko gizona, azal zuria eta ile horia dituena.
- 5 urteko neskatila, azal iluna eta ile beltzarana dituena.

Lan honi bukaera emateko zure belzteko krema egin dezakezu.

BELZTEKO KREMA	
Osagaiak: <ul style="list-style-type: none"> ● 30 mililitro sesamo-olio ● 30 gramo lanolina ● 90 mililitro ur edo belar usaintsuen infusio ● Ontzi handi eta txiki bana 	Egiteko prozesua: <p>Olioa eta lanolina nahastu eta Maria bainuan urtu. Ura bereiz berotu eta pixkanaka nahasketa hau gaineratu.</p>

¹ Informazioa aurkitu ahal izango duzue Interneteko orri hauetan begiratzuz gero edo zuen kabuz bilatzen baduzue.

<http://www.medicinayestetica.com/derma12.htm>

<http://www.ideal.es/especiales/verano/bronceado.html>

http://www.pediatraldia.cl/filtro_solar.htm

http://revista.consumer.es/web/es/20020601/practico/consejo_del_mes/

<http://www.svnp.es/Protecci.htm#Tipo>

<http://www.geocities.com/CapeCanaveral/Lab/7839/solar.html>

<http://www.bago.com/Bolivia/html/proteccionsolar.pdf>



4. DENBORA-PASA

LETRA-ZOPA

Hurrengo letra-zopan kosmetikoen munduarekin lotuta dauden hamar hitz aurkitu beharko dituzu.

D	P	H	D	E	Q	U	I	E	S	T	I	I	S	A	Q	W	U	I	K
A	N	D	E	G	N	D	K	A	M	O	M	I	L	A	A	R	A	R	A
A	A	Q	W	U	E	S	O	U	J	I	K	O	L	O	P	Ñ	E	A	N
F	Q	A	W	Z	E	D	L	R	F	T	G	Y	H	U	N	M	I	K	T
A	C	I	D	K	H	I	A	L	U	R	O	N	I	C	A	I	P	Ñ	A
H	A	Q	W	I	T	Y	G	U	I	O	P	A	S	D	F	G	J	H	A
I	E	T	E	B	E	Z	E	R	A	M	I	D	A	K	A	D	I	E	R
D	T	G	R	A	S	E	N	A	B	C	D	E	F	A	G	H	I	J	R
R	N	D	I	B	O	L	O	F	I	G	U	R	A	M	T	E	Q	E	U
O	A	I	E	E	N	R	E	N	C	I	A	C	O	O	N	L	O	D	A
X	I	A	N	S	E	G	S	N	O	H	A	Y	C	S	O	L	O	R	A
I	L	S	I	A	O	H	E	A	Y	A	B	E	C	O	E	D	E	E	S
A	O	I	J	K	L	M	N	N	O	P	Q	R	S	P	T	U	V	W	X
C	F	Z	A	M	I	G	O	M	T	A	L	O	N	I	T	E	R	R	E
A	X	S	P	E	C	T	A	D	O	E	X	S	O	L	I	A	O	T	A
A	E	L	I	A	Z	T	A	T	A	R	D	I	H	U	E	R	E	A	L
O	D	U	E	S	O	D	E	C	U	A	N	D	O	E	S	A	S	I	N

PUBLIZITATE TRIKIMAILUAK

ESTO NO ES UNA MUJER
publicidad

PUBLICIDAD
Tiene cara de mujer



CIDAD

Las manos son de mujer



Publicidad

Tiene cuerpo de mujer



PUBLICIDAD

¿QUÉ SERÁ? publicidad

ESTO SON TRES MUJERES
publicidad

PUBLICIDAD
La cara es de una mujer



Las manos de otra mujer

CIDAD

El cuerpo de una mujer



Publicidad

Las manos de otra mujer

La cara de una mujer



Las manos de otra mujer

El cuerpo de otra mujer

PUBLICIDAD

TRUCOS PUBLICITARIOS



INKESTA

Inkesta honi erantzun. Zure senide eta lagunei ere pasa iezaiezu. Orain gai honen inguruan asko dakizula, emaitzak aztertu eta ondorioak atera itzazu.



TESTA: ZER DAKIGU KOSMETIKOEI BURUZ?

- 1. Azalak dituen hiru geruzetan, zein da kanpokoena dagoena?**
 - a) Epidermisa.
 - b) Equinodermisa.
 - c) Azneko dermisa.
- 2. Zer ulertzen dugu ilerako kosmetikotzat?**
 - a) Aurpegia zaintzeko erabiltzen dutena.
 - b) Ilea zaintzeko erabiltzen dutena.
 - c) Eskuak zaintzeko erabiltzen dutena.
- 3. Antioxidatzaileak zer diren esatea jakingo zenuke?**
 - a) Erradikal libreek azalean dituzten eraginei aurre egiteko erabiltzen dituzten substantziak dira.
 - b) Pisua galtzen laguntzeko dietan sartzen dituzten substantziak dira.
 - c) Azala edertzekoak dira.
- 4. Kolagena zertarako erabiltzen dute?**
 - a) Azalaren distira handitzeko.
 - b) Azalari leuntasuna emateko.
 - c) Azalaren elastikotasuna handitzeko.
- 5. Esfoliazioa honetan datzan metodoa da:**
 - a) Azalaren toxinak kentzean.
 - b) Aurpegiko makillajea kentzean.
 - c) Azaleko gainazalean dauden zelula-geruzak kentzean.
- 6. Produktu hauen etiketek daramaten informazioan, osagaiak ere ageri behar dira?**
 - a) Bai, etiketan derrigorrez joan behar den informazioa da.
 - b) Atzerriko kosmetikoetan bakarrik.
 - c) Ez da inolaz ere beharrezkoa.
- 7. Kosmetiko bat erabiltzerakoan aurreikusi gabeko erreakzioak gerta al litezke?**
 - a) Ez, modu egokian kontserbatzen badituzte.
 - b) Bai, kasu batzuetan erreakzio alergikoak edo narritadurak ager daitezke, besteak beste.
 - c) Kosmetikoa gaizki erabiltzen baldin badute soilik.
- 8. Oro har, kosmetikoak kontserbatzeko modua kontutan hartu behar al dugu?**
 - a) Ez, kosmetikoak edonola gorde daitezke.
 - b) Bai, oro har, bero eta argitik babestu behar ditugu, bestela, kontserbatzeko denbora murrizten da.
 - c) Udako garaian bakarrik.



5. GIDA ERABILGARRIAK

I.-HITZEN GIDA

KREMA

Ura eta koipeak proportzio ezberdinetan nahastean osatutako produktua, berau kosmetikan eta dermatologian erabiltzen dute.

KREMA HIDRATATZAILEAK

Krema hauek azalik lehorrenak ere pikortxoak eta zaldarrak sortzea eragin gabe hidratatzen dituzten lipidoak eta olio esentzialak dituzte.

ILEA KENTZEKO

Akzio mekaniko edo kimiko baten bidez ilea kentzeko gauza den produktu kosmetikoa.

DESODORANTEAK

Gorputzeko usainak zuzentzeko gauza den produktu kosmetikoa.

AZAZKAL-GOGORTZAILEA

Azazkalen gogortasuna eta erresistentzia handitzeko gauza den produktua.

ESENTZIA

Jatorri begetaleko substantzia, aromaterapian eta lurrinak eta kosmetikoak egiterakoan erabiltzen dituzten olioien oinarria dena.

EXFOLIANTEA

Adarkizko geruza edo geruza korneoa modu naturalean mikroezkatatan askatzea errazten duen produktu kosmetiko egokiaren ezaugarria.

ALGA BERDEAREN ESTRAKTUA

Substantzia honek azala berriz mineralizatzeko eta baita narritaduren aurkako moduan ere balio du.

FINKATZAILEA

Produktu honek nolabaiteko zurruntasuna ematen dio ileari eta orrazkera denbora batez mantentzea ahalbidetzen du. Lurrin bati gaineratzen dionean lurrin-ezaugarriak luzatzen duen substantzia ere bada.

HIDRATATZAILEA

Mantu hidro-lipidikoari uraz aberastea, modu zuzenean edo zeharkakoan, ahalbidetzen dion substantzia edo produktua da.

AURPEGIKO MASKARAK

Esfolianteak dira eta azaleko kanpoko geruzan dauden zelula hilak kentzen dituzte. Astean behin erabiltzen baldin baditugu zikinkeriarik gabeko azala lortuko dugu.

NUTRITIBOA

Epidermisaren mantu hidro-lipidikoa osatzen duten lipidoetako batzuk edo, bestela, osagai metaboliko aktiboetako batzuk ematen dituen kosmetikoari dagokiona.

PH

Disoluzio baten azidotasun-alkalinotasun erlazioa adierazten duen zenbakizko indizea da. Azalaren PH 6 eta 8 bitartean egon ohi da.

KOSMETIKO BATEN PRINTZIPIO AKTIBOAK

Kosmetiko batek egiten duen efektu edo funtzioaren arduradun diren konposatuak dira. Landare-jatorrikoak, animaliaikoak, sintetikoak edo erdisintetikoak izan daitezke.

EGUZKI-BABESA

Estetikaren aginduei egokitutako beltzaran-kolorea lortzeko eguzkiaren erradiazioa jasotzea ahalbidetzen duen aplikazio topikoko prestakin kosmetikoa, horrela, eguzkitan denbora luzea egoteak eragiten dituen hanturazko fenomenoak saihesten direla.

PROBITAMINA B5

Pantenol ere deitzen dute. Narritatutako azala arintzen du eta leuntzen laguntzen du.

FRESKAGARRIA

Produktu hau azalaren edo mukosen gainean aplikatzean freskura atsegineko sentipen subjektiboa sortzen da.

INDARGARRIA

Substratuaren (ikus EUDERMIA) egoera eudermikoa laguntzeko gauza den produktua.



ILERAKO INDARGARRIA

Ileari bere malgutasuna eta argitasuna itzultzeko gaitasuna duen kosmetikoa. SASANQUA (HORREN OLIOA)

SASANQUA (HORREN OLIOA)

Azalaren berezko hidratazio-maila egun osoan zehar mantentzen laguntzen duen osagai naturala.

TANINOAK

Azalaren gainean jarduten duten substantziak dira, propietate lehorgarriak dituztenak.

TE BERDEA

Kosmetikan efektu antiinflamatorioak eta antioxidanteak direla-eta erabiltzen duten ondu gabeko tea da.

2.-EDERTASUNARI BURUZKO ETXKO GIDA

Zaldarrak kentzeko: Legamia zati bat esne beroan disolbatu eta krema aurpegiaren gainean ezarri hamar minutuz jardunean utziz.

Ilea eror ez dadin:

1. Tipula bi zatitan ebaki eta buru-azala ebakiaren aldeaz igurtzi. Tipularen bitaminek ilearen erroak indartzen dituzte. Usaina desagertu dadin lortu ahal dugu ilerako lozioa arrunt batez beste masaje bat ematen dugula.
2. Masaje arinak sagar-ozpinaz aplikatu.

Aurpegirako maskarak:

1. Nahastu koilarakada bat ezti, koilarakada bat oliba-olio, koilarakada bat irin integrala eta gorringo bat. Ore trinkoa lortzen dugunean aurpegi garbiaren gainean ezarri ahal dugu, bertan hogei minutuz izango dugula. Ondoren aurpegia ur mineral gasdunaz garbitu beharko dugu eta ura berez lehor dadin utzi beharko dugu.
2. Paperezko bi zapi ekilore-olioz busti, aurpegiaren gainean ipini, plastikozko orrialde batez estali eta 15 minutuz itxaron.
3. Nahastu ezti, gari-birrina eta esnea. Prestatu krema bat eta aurpegiaren gainean ezarri, hamar minutuz jardun dezan utziko dugula. Ondoren, aurpegia kamamilaz garbituko dugu.
4. Azal koipetsurako maskara: Birrindu sagar bat, azkar lepo eta aurpegiaren gainean ezarri eta hamabost minutu igaro ondoren ur epelaz kendu.

Azal lehorarentzat: Zuku bat egingo dugu azenario garbiren 250 gramorekin eta koilarakada bat ezti edo gorringo bat eta limoi-zuku apur bat erantsi.

Bainako: Ura irteten utziko dugu limoi-xerren gainean. Bainua freskagarriagoa izango da eta, gainera, limoiak azal koipetsua garbitu eta arazten du.

Aurpegia zaintzeko: Uraren litro erdian arrosa-petalo usaintsu batzuk su motelean egosi. Ondoren likidoa iragazi. Lozio bizigarria da eta azala leuntzen du.

Oinen bainua: Gaineratu gatz-eskukada bat 35 eta 40° C bitartean egongo den uretan eta estali belauen azpiraino.

Ahoaren garbitasuna: Erabili koilarakada txiki bat bikarbonato duen baso bat ur eta ahoa garbitu.

Xaboi bat egiteko formula: Iragazitako oliba-olio, ur eta sodaren nahasketa bat su motelean egosi loditu eta oretsu, baina ez solido, gera dadin arte.

Ilea zaintzea: Buru-azalaren gainean oliba-olioko geruza mehe bat ezarri masajea eman gehiegi presionatu barik. Burua toaila heze eta berotan bildu eta 20 minutuz horrela utzi.

Eskuak zaintzea: Nahastu zati berdinetan glizerina, limoi-zukua eta ezti. Eskuentzako krema hau egunero ezartzea egokia izango litzateke.

Aurpegiko larruazala garbitzea: Aurpegia garbitzeko loziotzat perrexilaren infusio epela erabili. Dosia uraren litro erdi bakoitzeko perrexil-sorta bat da.



3.-KOSMETIKOAK BEHAR BEZALA ERABILTZEKO ARAUAK

- Produktuak ez ditugu bero eta argiaren eraginpean jarri behar. Horietako askok 40°C baino gehiago eta 0° C baino gutxiago jasateko prestatuta badaude ere, tenperatura horiek ongi zaintzeko muga dira. Argia eta beroa kosmetikoak hondatzeko faktore nagusiak dira.
- Kosmetikoa ezarri baino lehen, eskuak garbitu behar ditugu. Prestakinari zikinkeria eta germenak transmititzeko aukera oso handia da. Espatula garbia erabili behar dugu.
- Erabili ondoren ontzia ez dugu zabalik utzi behar. Oro har, kontserbatzekoak eta bestelako gehigarriak eramaten badituzte ere, zabalik uztean, ingurunearen kutsadura dela-eta hondatu eta zaharmindu daitezke.
- Ontziaren tapoiak ez ditugu aldatu behar. Horrek nahasketak eragin ditzake eta horiek hondatzea bizkortu dezake. Lurrera erori den produktu baten edukia ez dugu sartu behar.
- Usain txarra duen krema, “minduta” dagoena edo orbanaren bat duena bota beharko dugu.
- Lurrinak eta koloniak beren kartoizko kaxetan eta argitik urruti gorde beharko ditugu. Ontzi asko gardenak dira eta argiak kalte egiten die produktu hauen osagaiei, horrela, ilunago, likatsuago bilakatzen dira eta mintzen dira.
- Ezpaineneko margoek 50°Cko tenperaturak jasaten dituzte. Horren gainera urtu egiten dira.
- Maskarak gutxiago hondatzen dira fresko mantentzen dituen material metaliko batek estalitako ontzietan ontziratuta baldin badaude; zabalik uztekotan lehortu egiten dira.
- Azazkaletarako lakek bere osagaien artean disolbatzaileak dituzte. Ontziak ongi itxi behar ditugu lurrundu daitezen saihestearren.
- Makillajeak zabaltzeko erabiltzen dituzten aplikatzaileak kutsadura sartzeko fokuak izaten dira eta produktua ukitzean azkenean hondatu egingo dute. Maiz garbitu eta ikuzi beharko ditugu.
- Eguzkirako kosmetikoek bi urteko iraupea izan ohi dute, halere, ziurragoa da urte bakarrean kontsumitzea.
- Aerosol eta sprayetan mantentzeko baldintzak jasota daude, argibideak arretaz irakurri: “Presiopeko ontzia”: Ez jarri eguzkiaren edo 50°C baino gehiagoko tenperaturen eraginpean. Ez zulatu eta sutara ez bota, ezta hutsik badago ere. Gar edo gorputz gori baten gainean ez lainoztatu.
- Ilerako produktuei dagokienez aurretik aipatu ditugun kutsadura, bero eta argiaren aurreko ardura berberak mantendu behar ditugu, halere, kremek edo esneek baino erresistentzia handiagoa izan ohi dute.
- Ilea kentzeko eta tindagaiei dagokienez esaldi zehatz batzuk eskatzen dituzte, horiek produktuaren osagaien arabera aldatzen direla eta zehatz-mehatz jarraitu beharko dituztenak: “Ez erabili bekainak eta betileak koloratzeko”, “saihestu begiak ukitzea”, “begiak ukitzekotan, garbitu berehala, horretarako ur asko erabiliz”, “profesionalek erabiltzeko”...
- Azkenik, arreta berezia eskaini behar diete produktu biologikoetan oinarritutako tratamenduko kosmetiko horiei. Errazago hondatzen dira eta, gainera, garestienak izaten dira. Gorde ezazu hozkailuan, bere jatorriko ontzian eta ongi estalita daudela. Begiratu iraungipen-data.



6.

DENBORA-PASEN SOLUZIOAK

LETRA ZOPA

D	P	H	D	E	Q	U	I	E	S	T	I	I	S	A	Q	W	U	L	K
A	N	D	E	G	N	D	K	A	M	O	M	I	L	A	A	R	A	R	A
A	A	Q	W	U	E	S	O	U	J	I	K	O	L	O	P	Ñ	E	A	N
F	Q	A	W	Z	E	D	L	R	F	T	G	Y	H	U	N	M	I	K	T
A	C	I	D	K	H	I	A	L	U	R	O	N	I	C	A	I	P	Ñ	A
H	A	Q	W	I	T	Y	G	U	I	O	P	A	S	D	F	G	J	H	A
I	E	T	E	B	E	Z	E	R	A	M	I	D	A	K	A	D	I	E	R
D	T	G	R	A	S	E	N	A	B	C	D	E	F	A	G	H	I	J	R
R	N	D	I	B	O	L	O	F	I	G	U	R	A	M	T	E	Q	E	U
O	A	I	E	E	N	R	E	N	C	I	A	C	O	O	N	L	O	D	A
X	I	A	N	S	E	G	S	N	O	H	A	Y	C	S	O	L	O	R	A
I	L	S	I	A	O	H	E	A	Y	A	B	E	C	O	E	D	E	E	S
A	O	I	J	K	L	M	N	N	O	P	Q	R	S	P	T	U	V	W	X
C	F	Z	A	M	I	G	O	M	T	A	L	O	N	I	T	E	R	R	E
A	X	S	P	E	C	T	A	D	O	E	X	S	O	L	I	A	O	T	A
A	E	L	I	A	Z	T	A	T	A	R	D	I	H	U	E	R	E	A	L
O	D	U	E	S	O	D	E	C	U	A	N	D	O	E	S	A	S	I	N

Bilatu behar ditugun hitzak honakoak dira: **kamomila, kolageno, zeramidak, liposomak, exfoliantea, hidratatzailea, erretinola, eguzki-babesa, ph, krema.**

TESTA: ZER DAKIGU KOSMETIKOEI BURUZ?

Testaren erantzun zuzenak honakoak dira: 1, a); 2, b); 3, a); 4, b); 5, c); 6, a); 7, b); 8, b).

Erdia baino gehiagotan huts egin baldin baduzu, oraindik oso berde zaude. Bost eta zazpi bitartean asmatu baldin badituzu, ez dago txarto eta zortziak asmatu baldin badituzu, kosmetikoei dagokienez itzela zara, zorionak!

7.

UMORE GRAFIKOA

Hauek dira aukeratu ditugun irudi eta txisteetako (1) batzuk. Bilatu zuk bestelako batzuk. Bakarrik edo taldeka egin dezakezu.



(1) Mafalda. Quino



ERANSKINA

Inkesta honi erantzun iezaiozu. Zure senide eta lagunei ere pasa iezaiezu. Orain asko dakizula gai honi buruz, emaitzak taula gisa jarri eta ondorioak atera itzazu.

INKESTA: KOSMETIKOEN ARRISKUAK EZAGUTZEN AL DITUGU?

1. Kosmetiko motaren bat erabiltzen al duzu?

Bai_ Ez_

Zergatik? Baietza ematekotan, adierazi zer mota?

2. Kosmetikoek salgai jarrita egon daitezen bete behar dituzten baldintzak ezagutzen al dituzu?

Bai_ Ez_

Baietza ematekotan, adierazi zein diren.

3. Kosmetikoak zuzen erabiltzearen arriskuak ezagutzen al dituzu?

Bai_ Ez_

Baietza ematekotan, adierazi zein diren

4. Ongi informatuta egoteari garrantzia ematen al diozu?

Bai_ Ez_

Zergatik?

5. Ez baduzu gaiari buruzko informaziorik, nora jo zenuke informazio bila?

6. Kosmetikoren bati dagokionez arazorik izango bazenu, nora jo zenuke?

Lortzen dituzun emaitzak aztertu ondoren, hausnarketa egin eta horren arabera jardun. Ez al duzu uste ongi egongo litzatekeela gaiari buruzko informazio-kanpaina egitea? Berriz ere lanean jar zaitez. Asmatu metodo bat eta zabaldu ikasi duzuna (eztabaida-guneetan edo zeure webean bertan adibidez).

