ASEAN

Manwal ng mga Mamimili tungkol sa mga produktong kosmetiko

Mga Nilalaman

I. Panimula 1
   i. Ano ang mga produktong kosmetiko? 1
   ii. Mga Panuntunan sa ASEAN 2
      1. Anu-ano ang mga dapat gampanan ng mga mangangalakal ng kosmetiko? 3
      2. Anu- ano ang mga dapat gampanan ng *National Regulatory Authorities* o NRA? 4
II. Anu-ano ang mga kailangang malaman tungkol sa paggamit ng mga produktong kosmetiko? 4
III. Ano ang kahalagahan ng pagbabasa ng mga nilalaman ng etiketa o *label* 6
IV. Ano ang dapat malaman sa mga sangkap ng kosmetiko? 8
   i. Phthalates 8
   ii. Parabens 9
   iii. Talc 9
   iv. Formaldehyde 10
   v. P-phenylenediamine (PPD) 11
   vi. SLS at SLES 11
   vii. Triclosan 12
V. Ano ang mga dapat malaman tungkol sa mga karaniwang kategorya ng produktong kosmetiko? 13
VI. Paano ang tamang pagtatago ng mga nabibiling produktong kosmetiko? 17
VII. Ano ang mga nararapat na gawin kapag nagkaroon ng kakaiba o masamang epekto pagkatapos gumamit ng produkto? 17
VIII. Saan maaaring makakalap ng karagdagang impormasyon tungkol sa mga kosmetiko? 18

I PANIMULA

Bahagi ng buhay ng bawat tao ang paggamit ng mga produktong kosmetiko. Walang pinipiling kasarian o edad ang mga mamimili ng nasabing produkto, kaya't mahalaga na maging mapanuri ang mga mamimili. Nararapat na alam nila kung aling produkto ang angkop sa kanilang pangangailangan at pamumuhay.

i. ANO ANG MGA PRODUKTONG KOSMETIKO?

Noong unang panahon, ang mga kababaihan at kalalakihan ay gumagamit na ng mga produktong kosmetiko upang mapaganda ang kanilang kaanyuan. Sa kasalukuyan, patuloy na dumarami ang mga produktong pampaganda na ginagamit sa pang araw-araw na kaayusan.

Ang mga produktong kosmetiko ay mga produktong sadyang ginawa upang mailagay o ipahid sa iba't ibang panlabas na bahagi ng katawan, gaya ng: balat o *epidermis*, buhok, kuko, labi, panlabas na bahagi ng ari, at loob ng bibig. Ito ay ginagamit upang mapalinis, mapabango, mapabago ang anyo, itama ang amoy, protektahan, o mapanatili sa mabuting kondisyon ang mga bahagi ng katawan na nabanggit.

Ilan sa mga produktong kosmetiko na pangkaraniwang ginagamit natin araw-araw ay ang mga *shampoo, conditioner, shower gels, toothpaste, cream* na gamit sa pag-aahit, *mouthwash,* pang-tina o pangkulay sa buhok at iba pa.

ii. Mga Panuntunan sa ASEAN

Ang Direktibang Kosmetiko ng ASEAN o ASEAN Cosmetic Directive (ACD)

Ang ASEAN Cosmetic Committee (ACC) ay binuo noong 2003 upang pag-ugnayin, pag-aralan at bantayan ang pagpapatupad ng mga panuntunan ng direktiba. Ito ay binubuo ng mga ahensiyang tagapangasiwa ng mga produktong kosmetiko sa ASEAN (ASEAN National Cosmetic Regulatory Authorities) at ng samahang pangkosmetiko sa ASEAN (ASEAN Cosmetic Association o ACA)

Ang ACD ay binuo ng mga miyembro ng ASEAN para mapalawig at mapagtibay ang ugnayan ng mga miyembro nito. Ito ay upang masiguro ang kalidad at kaligtasan ng mga produktong kosmetiko na kinakalakal sa ASEAN.

Ang layunin ng ACD ay maalis ang mga teknikal na hadlang sa pangangalakal nang hindi malalagay sa masamang kahihinatnan ang kalusugan ng mga mamamayan sa ASEAN sa pamamagitan ng pagkakaisa ng mga atas na pangteknikal.

Sa ilalim ng ACD,

Ang mga miyembro ng ASEAN, sa pamamagitan ng mga *National Regulatory Authorities o NRA*, ay magpapatupad ng patakaran at gagawa ng mga kaukulang hakbang upang masiguro na ang mga produktong nilalagay sa merkado ay sumusunod sa mga alituntuning nakasaad sa ACD.

Ang mga kumpanya o taong responsable sa paglalagay ng produktong kosmetiko sa merkado ay nararapat na magbigay-alam sa mga kinauukulan at managot sa kalidad at pinapangakong benepisyo ng kanilang mga produkto.

1. Anu-ano ang mga dapat gampanan ng mga mangangalakal ng kosmetiko?

Ayon sa ACD, ang mga mangangalakal ng mga produktong kosmetiko ay nararapat na sumunod sa mga alituntuning nakasaad sa ibaba upang makapangalakal ng mga nasabing produkto sa ASEAN:

- Ipagbigay-alam sa NRA ang mga produktong nais ipagbili bago pa man ito ilabas sa merkado:
- Siguraduhing ang mga produktong ibebenta ay ginawa alinsunod sa mga pamantayan ng ASEAN *Cosmetic Good Manufacturing Practice*;
- Tiyaking ang mga produkto ay hindi naglalaman ng mga ipinagbabawal na kemikal na maaaring makasama sa kalusugan, at ang mga pinapahintulutan lamang na pang-kulay, *preservatives* at panangga sa sikat ng araw ang ginagamit;
- Siguraduhing ang mga kontroladong sangkap ay ginagamit lamang sa tamang dami at kondisyon ng paggamit;
- Lagyan ng tama at kaukulang etiketa o *label* ang mga produkto. Ito ay nararapat na maglaman ng mga wastong impormasyon tulad ng pangalan ng produkto, mga sangkap, bansa kung saan ito ginawa, at petsa ng hangganan o *expiry date* (na inilalagay kung ang produkto ay may pagkakabisa ng hindi lalagpas sa 30 buwan) o petsa ng paggawa ng produkto.
- Gumawa ng *Product Information File* (PIF) sa bawat produktong kosmetiko na ilalagay sa merkado. Ito ay talaan na naglalaman ng mga mahahalagang impormasyon, tungkol sa mga sangkap, datos ukol sa kaligtasan ng produkto at mga hindi inaasahang epekto sa paggamit nito.

2. Anu- ano ang mga dapat gampanan ng *National Regulatory Authorities* (NRA)?

Sinisigurado ng NRA na ang mga produktong kosmetiko na kasalukuyang nasa merkado ay sumusunod sa ACD sa pamamagitan ng pagsusuri ng PIF at pagsasagawa ng *post-market surveillance* o ang patuloy na pangongolekta at pagsusuri sa mga produktong nasa pamilihan.

Bukod dito, ang listahan ng mga ipinagbabawal at kontroladong sangkap, mga pinahihintulutang pangkulay, *preservatives*, at pansangga ng sinag ng araw ay patuloy na sinusuri ng mga miyembro ng ASEAN, sa tulong ng mga makabagong pag-aaral sa paggamit ng nasabing mga sangkap. Ang mga mamimili ay maaaring bumisita sa *website* ng NRA para sa mga karagdagang impormasyon.

II Anu-ano ang mga kailangang malaman tungkol sa paggamit ng mga produktong kosmetiko?

Sa kabila ng pagsasabing ang mga produktong kosmetiko ay hindi gaanong mapanganib sa kalusugan kumpara sa iba pang mga produkto, gaya ng mga makabago o tradisyunal na gamot, nananatili pa ring walang katiyakan ang kanilang kalidad at kaligtasan. Dahil dito, nararapat lamang na sundin ng mga mamimili ang mga sumusunod na alituntunin upang masigurong ligtas ang paggamit ng mga produktong kosmetiko:

- Huwag bumili ng mga produkto sa mga kahina-hinalang establisyimento, kabilang na rin ang mga hindi kilalang *internet websites*.

Mag-ingat sa mga produktong nangangako ng lubos na epekto at bumili lamang sa mga kilala at katiwa-tiwalang bilihan.

- Huwag kaagad maniwala sa mga nakikitang patalastas at mga *label*, maging sa mga testimonya ng mga eksperto o mga resulta ng siyentipikong pananaliksik. Maaaring mga paunang resulta lamang ng pananaliksik ang nailalathala at ang mga impormasyong ito ay hindi sapat upang maging batayan ng iyong desisyon;
- Basahin palagi ang wastong paraan ng paggamit at mga paunang babala sa *label* bago gamitin ang produkto. Huwag gamitin ang mga produkto bukod sa pinaglalaanang gamit nito;
- Tiyaking malinis ang mga kamay o ang *applicator* bago gumamit ng produktong kosmetiko.
- Gamitin ang produktong kosmetiko bago ang nakatakdang hangganan (*expiry date*) nito. Huwag gamitin ang produktong nagkaroon na ng pagbabago sa itsura nito kabilang na ang kulay at amoy.
- Alamin ang mga sangkap na maaaring maging sanhi ng pagkakaroon ng *allergy*. Subukan muna ang produkto sa maliit na bahagi ng balat (maaring sa likod ng tainga o sa bahagi ng braso na may manipis na balat) sa loob ng 24 na oras. Kung walang hindi kanais-nais na epekto, maaring ituloy na ang paggamit nito.
- Huwag maglagay ng produktong kosmetiko sa mga bahagi ng katawan na mayroong sugat o sintomas ng iritasyon.
- Huwag gumamit ng produktong kosmetiko na nagamit na ng ibang tao sapagkat maaaring mayroon itong mikrobyo na nagmula sa iba.
- Huwag lagyan ng tubig o laway ang mga produktong kosmetiko kapag natuyo na ito sapagkat maaaring maging sanhi ito ng pagkakaroon ng mikrobyo.

III KAHALAGAHAN NG PAGBABASA NG ETIKETA O *LABEL*

HARAP



Laman ng produkto (timbang/dami)
Upang makatulong sa pagpili ng sapat na laki

Tatak at pangalan ng produkto at ang gamit nito
Upang makatulong sa pagpili ng produkto na naaayon sa nais na gamit

Batch number
Isang mahalagang pantukoy upang makatulong sa pagbibigay ng tugon sa FDA ukol sa gumawa o namahagi ng produkto

Petsa ng pagkagawa o petsa ng *expiry* ng produkto sa malinaw na salita (gaya ng buwan at taon)
Upang malaman kung gaano kabago ang produkto o kung ito ay lumampas na sa nakatakdang petsa ng pagkakabisa

Bansa kung saan ginawa ang produkto
Upang ipaalam kung saan ginawa ang produkto

LIKOD

Paraan kung paano gamitin ang produkto
Upang malaman kung paano ang tamang paggamit ng produkto at kung gaano karami at kadalas ito gagamitin

Kabuoang listahan ng mga sangkap
Upang ipaalam kung ano ang laman ng produkto na maiging malaman kapag ang gagamit ay may allergy sa ilang mga sangkap ng produkto

Mga karagdagang paalala/*Special Precautions*
Upang mailarawan ang tamang paggamit, pagtabi ng produkto at ang iba pang mahahalagang impormasyon na dapat malaman ukol sa produkto. Maaring nakasaad din kung ano ang mga dapat gawin sakaling may hindi inaasahang pangyayari sa paggamit ng produkto

Pangalan at lugar na pinagtatayuan ng kumpanyang naglagay ng produkto sa pamilihan
Upang maabot ang kumpanya kapag may nais na itanong o ilinaw ukol sa produkto



IV ANO ANG DAPAT MALAMAN SA MGA SANGKAP NG KOSMETIKO?

Sa pagdami ng mga nailalathalang ulat at talastasan patungkol sa kaligtasan ng mga sangkap na ginagamit sa mga produktong kosmetiko, karamihan sa mga mamimili ay nagtatanong kung ang mga sangkap nito ay maaaring magdulot ng di kanais-nais na epekto sa kalusugan.

Masusing pinag-aaralan ng ASEAN ang mga sangkap na ginagamit sa mga produktong kosmetiko upang masiguro ang ligtas na paggamit dito. Ang mga sumusunod ay ilan sa mga sangkap na madalas pag-usapan.

MGA SANGKAP SA BALITA: KATOTOHANAN O SAPANTAHA LAMANG?

i. PHTHALATES

Ang *phthalates* ay mga sangkap na ginagamit upang patagalin ang bango ng mga produktong kosmetiko. Ito din ang nagsisilibing *plasticizer o* pampalambot sa mga pangkulay ng kuko upang ito ay hindi kaagad mabakbak. Dalawa sa karaniwang ginagamit na mga *phthalates* ay ang *diethyl phthalate* (DEP) at *dimethyl phthalate* (DMP). Sa kasalukuyan may tatlong *phthalates* na ipinagbabawal gamitin sa mga produktong kosmetiko na binibenta sa Europa at ASEAN, ang mga ito ay ang *dibutyl phthalate* (DBP), *benzyl butyl phthalate* (BBP), at *diethylhexyl phthalate* (DEHP). Ang DEP at DMP, na karaniwang ginagamit sa mababang konsentrasyon, ay itinuturing na ligtas gamitin sa mga produktong kosmetiko, kabilang ang mga produktong para sa mga sanggol at bata.

Ito ay batay sa pagsusuring ginawa ng *scientific advisory panel* ng *European Union* (EU) na ang *Scientific Committeee on Consumer Products* (SCCP), *United States* (US) *Cosmetic Ingredient Review Expert Panel* at ng *US Food and Drug Administration* (US FDA).

ii. PARABENS

Ang mga parabens ay karaniwang ginagamit upang mapatagal ang buhay ng mga produktong kosmetiko. Ito ay sa pamamagitan ng pagpigil sa pagtubo o pagkalat ng mga mikrobyo o fungi. Ang ilan sa mga karaniwang paraben na ginagamit ay ang methylparaben, ethylparaben at propylparaben. Maaring gumamit ng higit sa isa o kombinasyon ng mga paraben at iba pang *preservative*, upang mas mapalawak ang epekto nito laban sa mga mikrobyo.

May mga pag-aaral na nagsasabi na ang ibang paraben ay nakakaapekto sa produksyon ng mga *hormones* sa ating katawan at maaring maging sanhi ng kanser sa suso, ngunit ang mga resulta ay hindi pa sapat upang maging batayan. Ang paggamit ng paraben sa pinahihintulutang dami o konsentrasyon sa mga produktong kosmetiko ay sinasabing ligtas ayon sa EU SCCS at US FDA.

iii. TALC

Ang talc ay isang natural na mineral na karaniwang ginagamit sa mga produktong kosmetiko, tulad ng pulbos para sa katawan, o mukha. Ginagamit ang talc upang mapanitiling tuyo ang mga bahagi ng katawan. Ito rin ay makikita sa mga *makeup* sa mukha at sa iba pang mga produktong kosmetiko.

Ang talc na nakapaloob sa mga produktong kosmetiko ay nararapat na walang halong asbestos, na siyang maaring magdulot ng kanser.

Ayon sa ACD, pinahihintulutan ang paggamit ng talc sa mga produktong kosmetiko, kabilang ang mga produktong para sa mga sanggol. Sa paggamit ng mga produktong naglalaman ng talc sa mga batang may edad 3 taon pababa, kinakailangang malayo ito sa mata at ilong upang maiwasan ang pagkapuwing at pagkasinghot nito.

iv. Formaldehyde

Ang formaldehyde ay kemikal na natural na makikita sa mga pagkain, pati na rin sa ating katawan. Ito ay sangkap ng mga *nail polish* o pang-kulay ng kuko, mga pandikit para sa mga artipisyal na pilik-mata at mga *gel* na ginagamit sa pag-aayos ng buhok. Ngunit may mga produkto tulad ng ilang *shampoo* at *shower gels* na naglalaman ng formaldehyde subalit hindi ito nakasaad sa *label*. Ang pagkakaroon ng mababang konsentrasyon ng formaldehyde sa mga produktong ito ay maaaring dulot ng mga sangkap na tinatawag na *formaldehyde releasers* tulad ng *imidazolidinyl urea, DMDM hydantoin, diazolidinyl urea and Quaternium-15.*

Ayon sa ACD, ang paggamit ng formaldehyde bilang *preservative* sa wastong dami at kondisyon ay pinahihintulutan.

May mga ulat tungkol sa kaligtasan sa paggamit ng mga pantuwid ng buhok na naglalaman ng formaldehyde. Ang formaldehyde ay sinuri ng iba't ibang ahensya kabilang ang EU at USA, at tinuturing na ligtas gamitin sa mababang konsentrasyon at kapag ginamit sa tamang paraan.

v. Para-phenylenediamine (PPD)

Ang para-phenylenediamine (PPD) ay karaniwang ginagamit bilang sangkap sa mga permanenteng pangkulay ng buhok lalo na sa mga mas madidilim na klase ng kulay.

Ayon sa ACD, pinapayagan ang paggamit ng PPD bilang sangkap sa mga pangkulay ng buhok, basta't nasa wastong dami at kondisyon ng paggamit nito.

Dahil maaaring maging sanhi ito ng *allergy* sa ibang tao, kailangan na mayroong babala na ang produkto ay naglalaman ng PPD. Nakasulat din dapat ang wastong paggamit ng mga produktong ito, kabilang na ang pagsasagawa ng *patch test* bago ito gamitin. Mahigpit ding pinagbabawal ang paggamit ng mga produktong ito sa pilik-mata at kilay dahil maaaring maging sanhi ito ng pagkabulag.

Maaring makita din ang PPD sa mga pansamantalang tatu tulad ng *henna tattoo*. Ang paggamit ng mga nasabing produkto ay hindi ligtas dahil ito ay maaaring magdulot ng *allergy* sa madalas na paggamit. Maari ring maging mas sensitibo ang balat sa mga *sunscreen*, pangkulay ng buhok at tina sa damit.

vi. SLS and SLES

Ang *sodium lauryl sulphate* (SLS) at *sodium laureth sulphate* (SLES) ay mga *surfactants* (mga kemikal na sanhi ng pagbula) na ginagamit sa produktong kosmetiko upang mapanatili ang kalidad nito at maging epektibong panlinis. Ginagamit ang mga ito sa mga *shampoo, shower gel, toothpaste, cream* at *lotion*.

Ayon sa *US Cosmetic Ingredient Review* (CIR) *Board* at EU SCCS, ang SLS at SLES na pangkosmetiko ay sinuri at sinasabing ligtas gamitin para sa mga kosmetikong produkto na hinuhugasan matapos gamitin, tulad ng mga *shampoo* at sabon. Makikita ang SLS sa mga kosmetiko sa mababang konsentrasyon lamang. Sinasabing sa ganitong dami, napatunayang ito ay ligtas gamitin at hindi ito nagdudulot ng iritasyon .

Ayon sa ACD, ang SLES ay pinahihintulutang gamitin sa mga produktong kosmetiko. Sa kasalukuyan, wala pang matibay na ebidensya na nag-uugnay sa pagkakaroon ng kanser at sa paggamit ng SLES dahil kakaunti lamang ang ginagamit na dami nito at saglit lamang ito nananatili sa balat.

vii. Triclosan

Ang *triclosan* ay karaniwang ginagamit sa mga produktong kosmetiko bilang *preservative* upang maiwasan ang pagkasira ng mga ito. Matatagpuan ito sa mga *toothpaste, mouthwash, antiseptic hand wash* at *body wash*.

May mga ulat tungkol sa kaligtasan ng paggamit ng triclosan. Ayon sa ACD, pinahihintulutang gamitin ang triclosan bilang sangkap ng mga produktong kosmetiko kung ito ay nasa kaukulang limitasyon at kondisyon ng paggamit.

Ang paggamit ng triclosan sa kaukulang limitasyon ay sinuri ng iba't ibang ahensya kabilang ang *European Union*. Sinasabing ito ay ligtas bilang sangkap ng mga produktong kosmetiko basta't nasa kaukulang limitasyon at kondisyon ng paggamit.

V Impormasyon tungkol sa mga karaniwang kategorya ng produktong kosmetiko

Sa dami ng mga produktong kosmetiko na ginagamit araw-araw, mahalagang masiguro na alam ng mga mamimili ang wastong paggamit ng mga ito. Mahalaga ang pagbabasa at pagsunod sa mga direksyon ng wastong paggamit na nasa *label* ng mga produktong kosmetiko. Ang mga sumusunod na impormasyon ay makakatulong sa mga mamimili upang masigurong ligtas ang mga nasabing produkto. Makakatulong din ang mga ito upang matukoy ang mga posibleng kakaiba o hindi inaasahang epekto sa katawan dulot ng paggamit ng mga kosmetiko.

Nakasaad sa mga sumusunod na pahina ang ilang mga impormasyon at paalala ukol sa paggamit ng mga karaniwang produktong kosmetiko:

Mga produkto para sa buhok
- Pang-tina o pangkulay ng buhok
- Pangkulot ng buhok
- Mga produkto na pang-istilo o pang-ayos ng buhok

Mga produkto para sa mukha at katawan
- Mga produktong naglalaman ng *alpha hydroxy acids* (AHA)
- Mga produktong pampaputi ng balat
- *Deodorants* at produktong pumipigil sa pagpapawis
- *Sunscreens* o proteksyon laban sa sikat ng araw

MGA PRODUKTO PARA SA BUHOK

KATEGORYA NG PRODUKTO	PANG-TINA O PANGKULAY NG BUHOK	PANGKULOT NG BUHOK	MGA PRODUKTONG PANG-ISTILO O PANG-AYOS NG BUHOK
ANO ITO?	Ang mga pang-tina o pangkulay ng buhok ay nagreresulta sa pagbabago ng kulay ng buhok. Ito ay maaaring permanente (ang kulay ay tumatagal ng ilang linggo) o pansamantala lamang (ang kulay ay tumatagal ng ilang araw lamang).	Ang permanenteng kulot o perm, ay isang prosesong gumagamit ng kemikal na maaring gamitin upang ituwid o kulutin ang buhok.	Ang mga produktong pang-istilo o pang-ayos ng buhok ay ginagamit upang baguhin ang anyo o hugis ng buhok at panatilihin ito sa istilong nais ng gumagamit. Ilan sa mga halimbawa nito ay *ang hair wax, hair mousse, hair gel, hair spray* at iba pa.
ANO ANG MGA KAILANGANG TANDAAN NG MGA MAMIMILI?	Ang ilang mga sangkap na ginagamit sa pangkulay ng buhok ay maaaring magdulot ng *allergy* sa mga gumagamit nito. Maaring ang *allergy* ay lumabas lamang matapos gamitin ang produkto ng makailang ulit. Dahil dito, mainam na magsagawa muna ng *patch test* bago gamitin ang produkto. Para maisagawa ang *patch test*, hugasan ang maliit na bahagi ng balat (maaring sa likod ng tainga o sa bahagi ng braso na may manipiis na balat). Maglagay rito ng kaunting produkto at patuyuin. Matapos ang 24 oras, hugasan ito ng sabon at tubig. Kung may naranasang pangangati at nakitang pamumula sa balat, huwag na ipagpatuloy ang paggamit sa produkto. Sunding mabuti ang wastong paggamit ng produkto. Ang mga pangkulay ng buhok ay hindi nirerekomendang gamitin ng mga batang may edad na 16 na taon pababa.	Basahing maigi ang *label* ng produkto at sundin ang nakasaad na wastong paggamit nito. Mas mainam kung ang pagkukulot ng buhok ay isasagawa ng isang bihasa o propesyunal na parlorista.	Huwag gumamit ng mga produkto na pang-istilo ng buhok kung may pamamaga o problema sa balat ang anit. Iwasang malagyan ang mata ng nasabing produkto. Kapag gumagamit ng produkto na nasa *aerosol* na lalagyan: o Iwasan malagyan ng produkto ang mga mata. o Huwag butasan o sunugin ang lalagyan ng produkto o Huwag itago ang produkto sa lugar kung saan ang temperatura ay higit sa 50°C. o Iwasang maabot ng mga bata ang produkto. o Gamitin lamang ang produkto sa pinaglalaanang gamit nito. Ang sadyang pag-singhot sa produkto ay maaaring makasama sa kalusugan.

MGA PRODUKTO PARA SA MUKHA AT KATAWAN

KATEGORYA NG PRODUKTO	MGA PRODUKTONG NAGTATAGLAY NG ALPHA HYDROXY ACIDS (AHA)	MGA PRODUKTONG PAMPAPUTI
ANO ITO?	Ang mga *alpha hydroxy acids (AHAs)* ay natural na matatagpuan sa ilang mga halaman tulad ng prutas, tubo, atbp. Ilan sa mga karaniwang ginagamit na AHAs ay ang *glycolic acid, citric acid,* at *malic acid.* Ang *glycolic acid* ang pinakakilalang AHA. Makukuha ito mula sa tubo; Ang *lactic acid* naman ay kilala rin bilang *milk acid;* Ang *citric acid* ay makikita sa mga prutas tulad ng *lemon*, dalanghita, ubas, atbp. Makikita din ito sa mga *raspberries* at *blackberries.* Ang *malic acid* naman ay makukuha sa mansanas na hindi pa hinog. Ang mga produktong may AHA ay ginagamit upang tanggalin ang mga *dead cells* sa balat upang mas maging maliwanag ang kutis. Ang produktong may AHAs ay may iba't-ibang gamit ayon sa konsentrasyon nito sa produkto : o Ang mga produktong naglalaman ng mas mababa sa 10% ay maaaring gamitin ng mga mamimili; o Ang mga produktong mula 10% hanggang sa 20% ay ginagamit lamang ng mga propesyunal, tulad ng *aesthetician;* o Kung mas mataas sa 20% ang konsentrasyon, maari lamang itong gamitin ng isang bihasa at kwalipikadong *medical practitioner.*	Ang mga produktong pampaputi ay naglalayong higit na mapaputi o gawing pantay ang kulay ng balat sa pamamagitan ng pagbabawas sa *melanin* na matatagpuan dito. May 2 paraan upang mapaputi ang kulay ng balat: o Pagbabawas sa konsentrasyon ng melanin na kasalukuyang matatagpuan sa balat o Pagpigil sa paggawa ng katawan ng panibagong melanin
ANO ANG MGA KAILANGANG TANDAAN NG MGA MAMIMILI?	Iwasan ang pagpapaaraw habang gumagamit ng produktong may AHA hanggang makalipas ang ilang linggo matapos ang huling paggamit nito. Kapag gumamit ng produktong may AHA, gumamit ng *sunscreen* o pansangga sa sinag ng araw na may mataas na SPF at magsuot ng mga damit na makakatulong sa pagprotekta sa balat.	Iwasan ang labis na sinag ng araw o *UV ray exposure* (UVA at UVB). Gumamit ng *sunscreen* o pansangga sa sinag ng araw. Magsuot ng mga damit na makatutulong sa pagprotekta sa balat o gumamit ng payong. Gawin ang mga ito hindi lamang sa tuwing maaraw kundi pati na rin sa maulap na panahon.

MGA PRODUKTO PARA SA MUKHA AT KATAWAN

KATEGORYA NG PRODUKTO	MGA *DEODORANT* AT MGA PRODUKTONG PUMIPIGIL SA PAGPAPAWIS	*SUNSCREENS* O MGA PRODUKTONG LABAN SA SINAG NG ARAW
ANO ITO?	Ang mga *deodorant* ay pinapahid kadalasan sa kili-kili upang maiwasan ang pagkakaroon nito ng mabahong amoy. Nagtataglay ang mga ito ng mga pampabango at nagsisilbi ring pangkontrol sa mga mikrobyong sanhi ng mabahong amoy. Ang mga produktong pumipigil sa pagpapawis ay kalimitang nagtataglay ng *aluminum* at *zirconium salts*. Ang mga ito ay ginagamit upang mapigilan ang matinding pagpapawis na nagdudulot din ng mabahong amoy sa katawan.	Ang mga *sunscreen* ay gumagana sa pamamagitan ng pagsala sa *ultraviolet* (UV) *radiation* mula sa sinag ng araw. Kabilang sa *UV* radiation ang UVA *radiation* na nagdudulot ng maagang pagtanda at pangingitim ng balat, at ang UVB *radiation* na nagdudulot naman ng *sunburn* (pagkasunog ng balat) at kanser sa balat. Sukat ng proteksyon laban sa UVB *radiation* Ang proteksyon laban sa pagkasunog ng balat ay nasusukat gamit ang *Sun Protection Factor* (SPF). Ang SPF ang nagdidikta kung gaano katagal maaaring masikatan ng araw ang isang tao bago ito magkaroon ng senyales ng pagkasunog ng balat habang may gamit na *sunscreen* kumpara sa panahong walang gamit na *sunscreen*. Ang SPF ng isang *sunscreen* ang nagdidikta ng pagiging epektibo nito laban sa UVB *radiation*. Kung mas mataas ang SPF, mas mainam ang proteksyon na naibibigay nito. Sukat ng proteksyon laban sa UVA *radiation* Ang panukat na PA ay isang paraan upang masukat ang proteksyon laban sa UVA gaya ng pagsukat sa proteksiyon sa UVB gamit ang SPF. Unang nalinang sa bansang Hapon, ang paraan ng pagsusukat gamit ang PA ay may 4 na antas: PA+ — Nagbibigay ng mababa o katamtamang proteksyon laban sa UVA *rays* PA++ — Nagbibigay ng katamtamang proteksyon laban sa UVA *rays* PA+++ — Nagbibigay ng mataas na proteksyon laban sa UVA *rays* PA++++ — Nagbibigay ng lubos na proteksyon laban sa UVA *rays*
ANO ANG MGA KAILANGANG TANDAAN NG MGA MAMIMILI?	Huwag ipahid sa bahagi ng balat na may sugat o iritasyon.	Sa paggamit ng *sunscreen*, dapat natatakpan nito ang mga parte ng katawan na masisikatan ng araw. Muling magpahid ng *sunscreen* matapos pagpawisan, pagkatapos lumangoy, o pagkatapos gumamit ng tuwalya upang mapanatili ang proteksyon na ibinibigay nito. Ang inilalagay na *sunscreen* ay dapat nasa wastong dami. Halimbawa, upang maproteksiyunan ang buong katawan ng karaniwang matanda, kakailanganin ng 35 na gramo o katumbas ng 6 na kutsarita ng *sunscreen*. Bagamat gumagamit ng *sunscreen*, ipinapayo pa rin ang pag-iwas sa sikat ng araw lalo na sa mga oras na 10AM-4PM. Huwag hayaang matagal na masikatan ng araw ang mga bata at sanggol.

VI PAANO ANG TAMANG PAGTATAGO NG MGA NABIBILING PRODUKTONG KOSMETIKO?

Ang mga produktong kosmetiko ay dapat itago nang wasto upang mapanatili ang kalidad nito. Ang mga sumusunod ay ilang mga paalala para sa pagtatago ng mga produktong kosmetiko:

- Ilagay ang mga produktong kosmetiko malayo sa lugar kung saan may direktang sinag ng araw at may mataas na temperatura.
- Panatilihing nakasara nang mabuti ang mga produktong kosmetiko kapag hindi ginagamit upang maiwasan ang kontaminasyon.
- Ilagay ang mga produktong kosmetiko sa mga lugar na hindi maaabot ng mga bata sapagkat maaaring naglalaman ito ng mga sangkap na makakasama sa mga bata kapag ito ay nainom o nalunok.

VII ANO ANG MGA NARARAPAT NA GAWIN KAPAG NAGKAROON NG KAKAIBA/MASAMANG EPEKTO PAGKATAPOS GUMAMIT NG PRODUKTONG KOSMETIKO?

Kapag nagkaroon ng hindi inaasahang reaksyon sa paggamit ng mga produktong kosmetiko, tulad ng *allergy*, iritasyon sa balat, pangangati, pamumula o pamamaga, itigil agad ang paggamit ng produkto.

Hugasan agad ang bahagi ng katawan na nilagyan ng produkto. Agad na ipaalam sa kumpanya na gumawa ng produkto ang pangyayari (makikita sa *label* ang pangalan ng kumpanya na responsable sa pangangalakal ng produkto). Isangguni sa doktor ang kondisyon kapag hindi nawala o lumala ang hindi kanais-nais na reaksyong naranasan.

Nararapat na iulat sa NRA at kumpanyang gumawa ng produkto ang anumang malalang epekto dulot ng paggamit ng produkto. Magbigay ng detalye tungkol sa produkto at naranasang reaksyon upang makapagsagawa ang mga kinauukulan ng karampatang imbestigasyon.

VIII SAAN MAAARING MAKAKALAP NG KARAGDAGANG IMPORMASYON TUNGKOL SA MGA KOSMETIKO?

Ang mga mamimili ay maaaring tumawag sa kumpanyang gumawa o nagbenta ng produktong kosmetiko. Ang mga kailangang detalye ay makikita sa *label* ng produkto.

Maaari ring tumawag o bumisita sa website ng NRA o samahan ng mga nasa industriya ng kosmetiko para sa mga tanong tungkol sa mga panuntunan at usaping pangkalusugan ng mga produkto.

Maaari ring bisitahin ang website ng *ASEAN Cosmetic Association* (ACA) para sa karagdagang impormasyon: www.aseancosmetics.org.