

RAZISKOVALNA NALOGA

Alina Turza, 9. a

OSNOVNA ŠOLA SVETI JURIJ

SVETI JURIJ 13

KAKŠNO OBRAZNO KOZMETIKO UPORABLJAJO NAJSTNICE?

Raziskovalno področje: interdisciplinarno področje

Avtorica: Alina Turza, 9. a

Mentorici: Anita Fartek, univ. dipl. psih.,

Ines Horvat, mag. prof. pouč. bio. in kem.

Sveti Jurij, april 2025

ZAHVALA

Za pomoč in sodelovanje se zahvaljujem:

- mentoricama Aniti Fartek in Ines Horvat za nasvete in spodbudo;
- anketiranim učenkam, da so si vzeli čas in izpolnili mojo anketo;
- Doroteji Osojnik, kozmetičarki, za opravljen intervju;
- učiteljici slovenskega jezika za jezikovni pregled raziskovalne naloge;
- učiteljici angleškega jezika za prevod povzetka;
- učiteljici računalništva za pomoč pri tehničnem oblikovanju raziskovalne naloge;
- ravnatelju šole, ki je finančno omogočil nastanek moje raziskovalne naloge.

Vsem, ki so nam na kakršenkoli način pomagali, iskrena hvala.

VSEBINSKO KAZALO

POVZETEK	1
ABSTRACT	2
1.0 TEORETIČNI UVOD	3
1.1 KAJ JE KOZMETIČNI IZDELEK?	3
1.2 UREDBA O KOZMETIČNIH IZDELKIH IN ZAKONODAJA	3
1.3 TIPI KOZMETIKE.....	4
1.4 IZBIRA KOZMETIČNIH IZDELKOV	5
1.5 OZNAČEVANJE KOZMETIČNIH IZDELKOV	5
1.6 KAKO PRAVILNO BEREMO NALEPKE NA KOZMETIČNIH IZDELKIH?.....	8
1.7 NASTANEK KOZMETIČNEGA IZDELKA.....	10
1.8 KREME ZA OBRAZ	11
1.9 OPREDELITEV PROBLEMA IN HIPOTEZE	12
2.0 EMPIRIČNI DEL.....	13
2.1 VZOREC	13
2.2 UPORABLJENI PRIPOMOČEK, POSTOPEK ZBIRANJA IN OBDELAVE PODATKOV	13
3.0 REZULTATI.....	16
3.1 REZULTATI ANKETNEGA VPRAŠALNIKA ZA STAREJŠE OSNOVNOŠOLKE 16	
3.2 REZULTATI EKSPERIMENTALNEGA DELA.....	24
3.3 POVZETEK INTERVJUJA	26
4.0 DISKUSIJA.....	28
5.0 ZAKLJUČEK.....	37
6.0 LITERATURA.....	39
7.0 PRILOGA	

KAZALO GRAFIKONOV

<i>Grafikon 1. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje Kateri kozmetični izdelek za obraz uporabljaš najpogosteje? v odstotkih (%).</i>	16
<i>Grafikon 2. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje Ali se pred uporabo izdelka prepričaš o vsebini, uporabi in sestavinah v izdelku? v odstotkih (%).</i>	17
<i>Grafikon 3. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje Kako pogosto uporabljaš kozmetične izdelke za obraz? v odstotkih (%).</i>	17
<i>Grafikon 4. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje Ali se s kom posvetuješ o uporabi in sestavinah kozmetičnih izdelkov? v odstotkih (%).</i>	18
<i>Grafikon 5. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje Ali poznaš vse oznake na kozmetičnih izdelkih? v odstotkih (%).</i>	19
<i>Grafikon 6. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje Katero trgovino najpogosteje uporabljaš za nakup kozmetike? v odstotkih (%).</i>	20
<i>Grafikon 7. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje Ali meniš, da lahko dolgotrajna uporaba kozmetike škoduje koži? v odstotkih (%).</i>	21
<i>Grafikon 8. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje Ali si na svoji koži opazila spremembo po uporabi kozmetičnega izdelka? v odstotkih (%).</i>	21
<i>Grafikon 9. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje Kozmetiko katerega proizvajalca uporabljaš najpogosteje? v odstotkih (%).</i>	22
<i>Grafikon 10. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje Je embalaža kozmetičnega izdelka pomembna? v odstotkih (%).</i>	23

KAZALO SLIK

<i>Slika 1: Kreme uporabljene pri eksperimentalnem delu.</i>	14
<i>Slika 2: Vodne raztopine krem.</i>	24
<i>Slika 3: Test obarvanja z zelenim jedilnim barvilom arome meta.</i>	25
<i>Slika 4: Test obarvanja z vodno raztopino metilensko modro.</i>	25
<i>Slika 5: Merjenje električne prevodnosti destilirane vode in vodnih raztopin krem različnega tipa.</i>	26

POVZETEK

V današnji družbi, ko imajo družbena omrežja velik vpliv na najstnike, je med dekleti (tudi mlajšimi) vse bolj priljubljena kozmetika. Poleg družbenih omrežij jih za kozmetiko navdušujejo tudi sorodniki, prijatelji in drugi. Ne glede na to, kdo jim kozmetični izdelek priporoča, je pomembno, da izberejo pravega za njihov tip kože, da ne bi prišlo do morebitnih težav s kožo, da se pozanimajo o uporabi ipd. Ker sem mnenja, da včasih posegamo po kozmetičnih izdelkih, ki niso primerni za našo kožo in se oziramo po drugih, me je zanimalo, kakšno obrazno kozmetiko uporabljajo dekleta tretje triade OŠ. Raziskala sem tudi tipe posameznih krem različnih proizvajalcev, ki so jih anketiranke navedle kot največkrat uporabljene.

Da bi ugotovila, koliko in kakšno obrazno kozmetiko uporabljajo osnovnošolke tretje triade, sem pripravila anonimni spletni anketni vprašalnik. Anketni vprašalnik je izpolnilo 92 starejših osnovnošolk. Da bi pridobila še boljši vpogled v to temo, sem opravila intervju s kozmetičarko. Opravila sem tudi eksperimente s 3 različnimi testi (test razredčevanja, test obarvanja, merjenje električne prevodnosti). Tako sem se v svoji raziskovalni nalogi dotaknila sociološkega vidika (navade najstnic na področju uporabe obrazne kozmetike) kot tudi kemijskega vidika, saj sem z eksperimentiranjem preverila značilnosti obraznih krem, ki jih najstnice najpogosteje uporabljajo. Vsi trije testi so pokazali, da so 4 kreme od 5 hidrofilne (tipa V/O).

Na podlagi lastnega raziskovanja sem ugotovila, da se učenke zavedajo, da lahko nepravilna izbira krem privede do težav s kožo. Več kot polovica anketirank se pred uporabo izdelka z nekom posvetuje o tem. Prav tako ocenjujejo, da poznajo večino oznak na kozmetičnih izdelkih ter manj kot polovica anketiranih učenk se pred uporabo redno seznanjajo z navodili uporabe in sestavinami.

Vesela sem, da sem se lotila raziskovanja tega področja, saj sem pridobila veliko teoretičnega in empiričnega znanja o sami kozmetiki in njeni uporabi. Upam, da bodo dobljeni rezultati zanimivi tudi vsem tistim, ki delajo na tem področju in da bodo spodbudili razmišljanje o pravilnem postopku izbire in uporabe kozmetike ter zanimanje za vsebino kozmetičnega izdelka.

Ključne besede: najstnice, obrazna kozmetika, hidrofilne in hidrofobne kreme, test razredčevanja, test obarvanja, merjenje električne prevodnosti

ABSTRACT

Today social media has a significant influence on teenagers. It also influences their use of cosmetic products, and it is getting increasingly popular among girls, including younger ones. Even if social media was not the main factor in encouraging them to use cosmetics, recommendations may also come from relatives, friends, or others. Regardless to the fact, who suggests a cosmetic product, it is essential that they choose the right one for their skin type to avoid potential skin issues and ensure proper usage. Since I believe that people sometimes use inappropriate cosmetic products that do not suit their skin and are influenced by others, I was curious about the facial cosmetics used by girls in the last triad of primary school. I also made the research the types of creams and manufacturers that the survey respondents use most frequently.

I made an anonymous online questionnaire to determine how much and what type of facial cosmetics older primary school students use. 92 older primary school girls completed the questionnaire. To gain deeper insights into this topic, I also conducted an interview with a cosmetologist. Additionally, I carried out experiments using three different tests (dilution test, staining test, and electrical conductivity measurement). This allowed me to examine both the sociological aspect (teenage girls' habits regarding facial cosmetics) and the chemical aspect. I analysed the characteristics of the facial creams that are mostly used by teenagers.

I tested the types of creams that were selected most frequently in the survey. All three tests revealed that four out of five tested creams were hydrophilic (W/O type).

Through my research, I discovered that students know that choosing the wrong creams can lead to skin problems. More than half of the respondents consult someone before using a product. They claim to understand most of the labels on cosmetic products.

I am glad that I explored this topic, as I gained extensive theoretical and empirical knowledge about cosmetics and their use. I hope the results will be interesting to professionals in the field of cosmetics and will encourage discussions about the correct process of selecting and using cosmetics, as well as interest in the ingredients insight of cosmetic products.

Keywords: teenage girls, facial cosmetics, hydrophilic and hydrophobic creams, dilution test, staining test, electrical conductivity measurement

Sem Alina, učenka devetega razreda OŠ Sveti Jurij. V okviru raziskovalne naloge želim raziskati, kakšno obrazno kozmetiko uporabljajo starejše osnovnošolke (7. – 9. razred) in na podlagi eksperimentov dokazati tipe posameznih krem. Prav tako bi rada ugotovitve raziskovalne naloge predstavila osnovnošolkam v razmislek glede prave izbire kozmetike.

1.0 TEORETIČNI UVOD

V teoretičnem uvodu bom opredelila temeljne pojme raziskovalne naloge: kaj so kozmetični izdelki, namen kozmetičnih izdelkov, tipi kozmetike, izdelava kozmetike, vrsta kozmetike ...

1.1 KAJ JE KOZMETIČNI IZDELEK?

Kozmetični izdelek je katerakoli snov, namenjena stiku z zunanjimi deli telesa (povrhnjica, lasišče, nohti, ustnice) ali z zobmi in sluznico ustne votline zaradi njihovega čiščenja, odišavljenja, spreminjanja njihovega videza, njihovega varovanja, ohranjanja dobrega stanja ali korekcije telesnega vonja.

Izdelki z vsebino snovi ali zmesi, namenjene zaužitju, inhaliranju, injiciranju ali implementaciji v človeško telo ne sodijo med kozmetične izdelke (<https://www.gov.si teme/kozmeticni-izdelki/>).

1.2 UREDBA O KOZMETIČNIH IZDELKIH IN ZAKONODAJA

Glavni zakonodajni okvir za kozmetične izdelke, ki so dani na trg v Evropski uniji, je Uredba o kozmetičnih izdelkih (UREDBA (ES) št. 1223/2009). V njej so zapisana pravila, s katerimi morajo biti skladni vsi kozmetični izdelki, dostopni na trgu, za zagotavljanje delovanja notranjega trga in visoke ravni varovanja zdravja ljudi.

Zakonodaja določa obveščanje o resnih neželenih učinkih kozmetičnih izdelkov. Resni neželeni učinki so opredeljeni kot vzrok za začasno ali stalno funkcionalno nezmožnost, invalidnost, hospitalizacijo, prirojene nepravilnosti, neposredno bistveno tveganje ali celo smrt.

Udeleženci v sistemu za obveščanje o neželenih učinkih so proizvajalci, uvozniki, distributerji, končni uporabniki in zdravstveni delavci.

V Sloveniji je pristojni organ za obravnavo in zbiranje informacij o neželenih učinkih kozmetičnih izdelkov Urad za kemikalije (<https://www.gov.si teme/kozmetichni-izdelki/>).

Za vsak kozmetični izdelek, ki pride na trg, mora biti izdelana ocena varnosti. Uredba o kozmetičnih izdelkih nudi smernice za izvedbo ocene varnosti in določa, da ob uporabi izdelek ne sme vplivati na človekovo zdravje. Oceno varnosti lahko izvedejo le za to izobraženi strokovnjaki. Ti dokumenti pa morajo biti na voljo pristojnim organom.

Poleg tega pa obstaja še Znanstveni odbor za varstvo potrošnikov (SCCS), ki evropskim pristojnim organom svetuje o izdelavi ocene varnosti in o varnosti posameznih kozmetičnih sestavin.

Obstajajo trije sloji, ki zagotavljajo varnost kozmetičnega izdelka:

- evropska kozmetična zakonodaja, ki zahteva varnost kozmetičnih izdelkov,
- izobraženi strokovnjak, ki s svojim podpisom jamči, da je izdelek varen in
- pristojni organi, ki nadzorujejo vse kozmetične izdelke postavljene na tržišče.

Če se na trgu pojavi kozmetični izdelek, ki ni varen, je to lahko usodno za ugled proizvajalca (<https://www.gzs.si/lepota-kozmetike/vsebina/Varnost-je-pomembna/Kozmetika-in-samopodoba>).

1.3 TIPI KOZMETIKE

Kozmetika in kozmetični izdelki so del naše vsakodnevne rutine. Umivanje, negovanje in ličenje sega že daleč v zgodovino. Dnevno pogosto uporabljamo milo, največkrat za umivanje rok. Ženske uporabljajo ličila, ki jih nanašajo na oči in občutljive predele obraza in telesa. Moški se brijejo in s tem lahko z rezili in neustreznimi izdelki za britje redno škodujejo koži. Preprosta izbira kozmetike lahko izboljša ali poslabša stanje naše kože. Ker se z redno uporabo kozmetike srečujemo vsi, je premišljena in pravilna uporaba izdelkov ključnega pomena.

Kozmetika je širok pojem, ki zajema (Šuligoj, 2019):

- *preparativno kozmetiko*: izdelki za nego obraza in telesa,
- *dekorativno kozmetiko*: izdelki za ličenje.

1.4 IZBIRA KOZMETIČNIH IZDELKOV

Ameriška agencija za hrano in zdravila FDA (*ang. Food and Drug Administration*) uvršča gele, kreme, serume in losjone med kozmetiko. Kozmetika po definiciji nima farmakoloških lastnosti in jo FDA zato ne uvršča med zdravila. Tako kozmetični izdelki niso podvrženi strogemu testiranju učinkovitosti ali varnosti kot zdravila, ki jih nanašamo na površino kože. Včasih ni vprašljiva le učinkovitost izdelka, ampak tudi varnost, zlasti, če jih naročimo na spletu pri nepoznanem ponudniku. Pogosto se cena ne ujema z učinkovitostjo izdelka, pomeni, da najdražji izdelek ni nujno najboljši.

Izdelki, ki so v prosti prodaji, imajo nižjo koncentracijo aktivnih učinkovin. To pomeni, da so učinki omejeni in kratkotrajni. Da opazimo rezultate, si moramo kremo nanašati vsak dan, tudi večkrat in več tednov. Krema, za katere napovedujejo čudežne rezultate le po nekaj nanosih, najverjetneje niso učinkovite. Prav tako ne obstaja le ena snov, ki bi čudežno odpravila vse težave s kožo. Kozmetični izdelki, ki si jih na kožo nanašamo neposredno, imajo omejen učinek, zato lahko pričakujemo blage oz. zmerne rezultate.

Vsak človek ima drugačen tip kože in če je neka krema pri nekom bila učinkovita, ne pomeni, da bo tako tudi pri ostalih. Pri izdelkih v prosti prodaji brez recepta ni potrebe po znanstvenih raziskavah, da bi te dokazale učinkovitost izdelka, saj niso kvalificirane kot zdravila, zato moramo biti pozorni na sestavo tega izdelka. Oznaka »klinično potrjeno« na izdelku nam ne pove, kako je bil ta izdelek testiran in ali je izdelek odobrila agencija FDA (<https://juventina.si/postopek/kozmetika/>).

1.5 OZNAČEVANJE KOZMETIČNIH IZDELKOV

Vsak kozmetični izdelek vsebuje določene informacije, ki nam pomagajo izbrati pravi izdelek. Na deklaraciji najdemo tudi navodila za varno uporabo in doseganje najboljših rezultatov. Zato je zelo pomembno, da se s temi informacijami seznanimo. Evropska zakonodaja ne narekuje samo varnosti izdelkov, ampak tudi informacije, ki morajo biti navedene na embalaži, kar vključuje seznam sestavin, varnostna opozorila in minimalni rok trajanja. Naveden mora biti tudi namen izdelka, če le-ta ni razviden iz samega izdelka (npr. losjon za telo). Običajno pa proizvajalci navedejo še dodatne informacije o sestavinah, ki so uporabljene v izdelku in o samem delovanju izdelka.

Če na ovojnini ni dovolj prostora za navajanje sestavin, opozoril ali navodil za varno in učinkovito uporabo, proizvajalec lahko te informacije priloži na lističu, etiketi ali v kakšni drugi obliki. V tem primeru mora na embalaži biti naveden simbol odprte knjige (<https://www.gzs.si/lepota-kozmetike/vsebina/Varnost-je-pomembna/Ozna%C4%8DDevanje-kozmeti%C4%8Dnih-izdelkov>).

Certifikati na kozmetičnih izdelkih nam posredujejo informacije o izvoru in predelavi surovin in dokazujejo zavezanost proizvajalca ali odsotnost določenih elementov, ki bi lahko predstavljali vzrok za nevarnost ali težave z zdravjem.

Med certifikati najdemo (povzeto po: <https://zabrisigubice.si/inci-kako-pravilno-beremo-nalepke-na-kozmetičnih-izdelkih-za-ozavesceno-nakupovanje/>):

- *Cruelty Free*: brez testov na živalih;
- *Vegan*: uporaba izključno sestavin rastlinskega izvora;
- *Brez silikonov in parabenov*: izdelek ne vsebuje teh dveh sestavin, ki lahko povzročata težave za okolje in zdravje;
- *ISO 9001:2008*: sistem vodenja kakovosti;
- *GMP*: dobre proizvodne prakse oz. skupek pravil in navodil, ki jih posamezna organizacija opredeli za zagotavljanje ustrezne proizvodnje izdelkov.

1.5.1 Neto količina

Glede na kozmetično zakonodajo mora na vsaki embalaži kozmetičnega izdelka biti naveden podatek o neto količini izdelka. To je količina produkta ob času polnjenja v vsebnik in za kozmetične proizvode se običajno navaja v gramih (g) ali mililitrih (ml) za trdne ali tekoče izdelke. Ta oznaka pa ni zahtevana za proizvode, ki so pakirani pod manj kot 5 g oziroma 5 ml, za izdelke za enkratno uporabo kot so vrečke in kapsule ali za brezplačne vzorce. Če se izdelek prodaja kot komplet več ločenih vsebnikov, mora biti število le-teh navedeno na embalaži, npr. 10 kapsul. Na ovojnini običajno najdemo oznako "e", s katero proizvajalec zagotavlja, da izdelek res vsebuje toliko kozmetičnega proizvoda, kot je navedeno na embalaži (<https://www.gzs.si/lepota-kozmetike/vsebina/Varnost-je-pomembna/Ozna%C4%8DDevanje-kozmeti%C4%8Dnih-izdelkov>).

1.5.2 Sestavine

Vse sestavine v kozmetičnem izdelku morajo biti navedene na seznamu sestavin. To je zelo pomembno zgoj za uporabnike, pri katerih se lahko pojavi alergijska reakcija po uporabi določene sestavine. Za te uporabnike bi bilo dokaj težko poznati ime tovrstne sestavine v različnih izdelkih. V ta namen je industrija uveljavila mednarodno nomenklaturu kozmetičnih sestavin v INCI (*ang. International Nomenclature of Cosmetic Ingredients*), ki zagotavlja, da se za posamezno sestavino uporablja enako ime povsod.

Seznam sestavin mora biti vedno v enaki obliki in mora upoštevati enaka določila:

- označen mora biti z izrazom »sestavine« ali »ingredients«;
- sestavine morajo biti navedene v padajočem vrstnem redu glede na maso;
- uporabljeno mora biti mednarodno določeno ime sestavine;
- za mešanice dišav se uporablja izraz »parfum«, razen za določene dišave, katere se mora navesti z INCI nomenklaturu;
- korigensi okusa (npr. v zobnih pastah) se označujejo z izrazom »aroma«;
- za označevanje barvil se uporablja mednarodna CI (*angl. Color Inex*) nomenklatura (npr. »CI 15580«)

(<https://www.gzs.si/lepota-kozmetike/vsebina/Varnost-je-pomembna/Ozna%C4%8Devanje-kozmeti%C4%8Dnih-izdelkov>).

1.5.3 Rok trajanja

Vsak kozmetični proizvod, ki ima rok trajanja manj kot 30 mesecev, mora imeti na embalaži naveden minimalni rok uporabe. V ta namen se lahko uporabi simbol pečene ure, poleg njega pa se navede datum. Namesto tega simbola se lahko uporabi tudi napis »uporabno najmanj do«. Za proizvode z minimalnim rokom trajanja več kot 30 mesecev mora biti obvezno navedeno časovno obdobje po odprtju proizvoda. V tem primeru se običajno uporabi simbol odprtega lončka, v katerem se navede število mesecev. Nekateri kozmetični izdelki pa ne zahtevajo nobenega od teh dveh načinov označevanja. To so tisti izdelki, ki se ob normalni uporabi ne pokvarijo (npr. tesno zaprti aerosoli, parfumi z veliko vsebnostjo alkohola ali pakiranja za enkratno uporabo) (<https://www.gzs.si/lepota-kozmetike/vsebina/Varnost-je-pomembna/Ozna%C4%8Devanje-kozmeti%C4%8Dnih-izdelkov>).

1.6 KAKO PRAVILNO BEREMO NALEPKE NA KOZMETIČNIH IZDELKIH?

Skrb za našo kožo je pomembna, zato je še toliko bolj pomembno pravilno izbiranje kozmetičnih izdelkov, ki ustrezajo zahtevam naše kože. Na podatke in informacije v oglasnih sporočilih se ne moremo zanašati. Da bi poznali snovi v formuli izdelka, prepoznali simbole in certifikate, da bi bili dovolj gotovi in ozaveščeni, kaj kupujemo, bi morali poznati oznake mednarodne nomenklature kozmetičnih sestavin INCI.

Prva stvar, na katero moramo biti pozorni, ko beremo nalepko, je vrstni red, v katerem so predstavljene sestavine. Seznam je predstavljen tako, da je teža vse sestavine v izdelku manjša od prejšnje. Na prvem mestu je zato vedno sestavina, ki je v izdelku prisotna v največjem deležu in na zadnjem mestu sestavina, ki je v izdelku prisotna v najmanjšem deležu. Običajno prva tretjina sestavin na seznamu predstavlja 85 – 90 % izdelka. Vse snovi, ki v izdelku predstavljajo manj kot 1 % (sestavine, ki so običajno na dnu seznama), so lahko navedene v naključnem vrstnem redu. Dišeče ali aromatične snovi morajo biti generično navedene kot dišava, parfum ali aroma. Medtem morajo biti alergeni navedeni posebej na koncu seznama, in sicer z njihovim kemičnim imenom v angleščini, vendar le, če njihova koncentracija ne presega 0,01 % v izdelkih za spiranje in 0,001 % v izdelkih, ki ostanejo na koži.

Naslednja stvar, na katero moramo biti pozorni, je nomenklatura. Ko so snovi na nalepki navedene s svojim latinskim imenom, pomeni, da so bile dodane sestavi izdelka v svoji osnovni obliki brez kemičnih sprememb (zvezdica ob imenu označuje izvor iz ekološke pridelave). Če pa so sestavine pridobljene s kemijsko sintezo, so navedene z angleškim imenom ali številčno kodo. Številčne kode se nanašajo na umetna barvila v izdelku (Color Index – kratica CI, ki ji sledi 5 števil), oznaka, ki je skoraj na koncu seznama sestavin.

Predstavljen je seznam sestavin, ki se jim je bolje izogniti zaradi zdravja kože in okoljske trajnosti.

- Površinsko aktivne snovi, ki jih pridobivamo iz nafte: Natrijev laureth sulfat (**SLES**), natrijev lavril sulfat (**SLS**), amonijev lavril sulfat. Snovi, ki dražijo kožo in za katere še potekajo raziskave, kako v kombinaciji z drugimi kemičnimi snovmi v izdelku lahko delujejo rakotvorno.
- Naftni derivati kot so tekoči parafin ali Paraffinum Liquidum, PEG in PPG, mineralno olje, petrolatum. Te snovi se uporabljajo v kremah in oljih za telo za zaščitni sloj in za

zaščito pred dehidracijo, v resnici pa kože ne vlažijo, ampak zaprejo njene pore. Direktiva o nevarnih snoveh zahteva katalogizacijo naftnih derivatov med rakotvornimi in nerakotvornimi (parafin je uvrščen med rakotvorne snovi 2. kategorije, razen če je zagotovljeno, da osnovno olje, iz katerega je bil derivat rafiniran, to ni, ker ne vsebuje nečistoč).

- **EDTA, MEA, TEA, MIPA** se uporabljajo za penjenje in na koži povzročajo preobčutljivost, draženje in prekomerno razmaščevanje, poleg tega so veliki onesnaževalci okolja.
- Potencialni cesorji formaldehida, snovi, ki jih je Mednarodna agencija za raziskave raka (IARC) uvrstila na seznam rakotvornih snovi za ljudi. Deluje na vezi med DNA in beljakovino. Cesorji formaldehida so naslednji: Formaldehyde (formaldehid), Triclosan (triklosan), Imidazolidinyl urea (imidazolidinil urea), Diazolidinyl urea (dizolidinil urea), DMDM Hydantoin (hidantoin DMDM), Methylisothiazolinone (metilizotiazolinon), Methylchlorisothiazolinone (metilkloroizotiazolinon).
- Parabeni, ki se v kozmetični industriji uporabljajo kot konzervansi, lahko povzročijo alergijske reakcije. Po nomenklaturi INCI so parabeni označeni s črko E, ki ji sledi številka med 214 in 219.
- Silikoni kot so Poliquaternium-80 (polikvaternium-80), Dimethicone (dimetikon) in Amodimethicone (amodimetikon) so snovi, ki onesnažujejo okolje. Najdemo jih v kremah za zaščito pred soncem, ličilih, šamponih, balzamih, penečih kopelih, deodorantih in antiperspirantih. Silikoni niso škodljivi za zdravje oseb, vendar so snovi, ki se jim je bolje izogniti, ker ne vsebujejo hranil, ki jih koža in lasje potrebujejo, ampak celo ustvarjajo izolacijski sloj, ki preprečuje, da bi lahko absorbirala druga hranila. Ob uporabi izdelkov, ki vsebujejo silikone lahko koža postane neprepustna za vodo in lasje se lahko začnejo sušiti in cepiti.

Izdelke izbiramo s pomočjo simbolov, certifikatov in testov. Seznam sestavin na embalaži predstavlja osebno izkaznico izdelka, ki ga kupujemo. Na voljo so tudi druge informacije, ki so pomembne za nakup in uporabo izdelka. To so simboli, certifikati in testi.

- PAO (simbol s posodico) označuje trajanje izdelka po odprtju;
- količino izraža črka "e", ki označuje težo izdelka;

- predelava: dve puščici v krogu označujeta, da se je proizvajalec pridružil konzorciju za predelavo odpadkov, tri puščice, ki oblikujejo trikotnik, predstavljajo faze predelave: ločeno zbiranje materiala za predelavo, ponovna uporaba surovine, uporaba novega izdelka.

Pomembni so tudi testi izdelkov, s katerimi se dokazujejo sledljivost, zanesljivost, učinkovitost in dermokompatibilnost kozmetičnih izdelkov (<https://zabrisigubice.si/inci-kako-pravilno-beremo-nalepke-na-kozmetičnih-izdelkih-za-ozavesceno-nakupovanje/>).

1.7 NASTANEK KOZMETIČNEGA IZDELKA

Kozmetični izdelki se nam na prvi pogled zdijo preprosti in zabavni za uporabo, vendar je njihovo načrtovanje in proizvodnja zapletena. Potrebno je veliko dela, ki vključuje visoko napredno znanost. Le za en nov izdelek, ki ga vidimo na policah trgovin, je potrebnih do kar 5 let trdega dela in precejšnje število strokovnjakov.

Nastajanje kreme za sončenje z novo kozmetično aktivno učinkovino lahko traja več kot 5 let in vključuje skupino dvanajstih ali več izkušenih znanstvenikov s svojo lastno znanstveno ekipo. Nekateri načrtujejo sintezo molekule, drugi formulacijo produktov ter tretji varnost in učinkovitost izdelka.

Kozmetična industrija pa se ne ukvarja samo z načrtovanjem, sintezo in ustvarjanjem novih inovativnih produktov, temveč rešuje tudi številne probleme (npr. okoljski vpliv na proizvodnje kozmetičnih izdelkov). Za izdelavo enega kilograma najbolj kakovostnega olja vrtnice so potrebne kar štiri tone ročno nabranih cvetnih listov, ki morajo biti obrani ob zori in obdelani še isti dan. To si proizvajalci privoščijo le redko, zato se v kozmetični industriji vse bolj uveljavlja sintezno pridobivanje rožnega olja. To je omogočilo širitev produktov z vonjem vrtnice do obsegov, ki jih na naraven način ni mogoče doseči, saj ni na voljo dovolj ustreznih rastišč.

Industrija uporablja znanost pri reševanju potrošnikovih skrbi in pomislekov (npr. zmanjševanje vpliva proizvodnje kozmetičnih izdelkov na okolje). Znanost je tako omogočila široko izbiro izdelkov za zaščito pred UVA in UVB sončnimi žarki. Proizvajalci kozmetičnih izdelkov želijo in poskušajo razumeti, kaj želi potrošnik od izdelka in za uresničitev teh ciljev uporabljajo znanost. Ta jim omogoča izdelavo zabavnih, kreativnih in inovativnih kozmetičnih

izdelkov (<https://www.gzs.si/lepota-kozmetike/vsebina/Varnost-je-pomembna/Znanost-ki-se-skriva-za-kozmetiko>).

1.8 KREME ZA OBRAZ

Kreme so emulzije vode, olja, emulgatorjev in raznih učinkovin. Sestavljene so iz velikega števila posameznih komponent. Ločimo dva tipa krem: krema tipa olje v vodni emulziji (hidrofilne), kjer je notranja faza olje, zunanja pa voda in krema tipa voda v olju (hidrofobne), kjer je notranja faza voda, zunanja pa olje. Koža je stalno izpostavljena škodljivim vplivom (npr. mraz, vročina, veter ali suh zrak), zato postane v takih razmerah suha. Da se temu izognemo ali preprečimo, jo moramo stalno negovati in ji s tem povrniti vlago (<https://www.abczdravja.si/dermatologija-koza-lasje-nohti/kaj-so-kreme-in-kaksne-uporabiti/>).

Pri izdelavi kreme so zelo pomembni naslednji dejavniki: točna receptura, higiena in temperatura. Postopek izdelave mora biti strogo nadzorovan, saj lahko najmanjša napaka privede do nestabilne kreme (<https://www.abczdravja.si/dermatologija-koza-lasje-nohti/kaj-so-kreme-in-kaksne-uporabiti/>).

1.8.1 Dnevna krema

Dnevne kreme so večinoma kreme tipa olje v vodi. Imenujemo jih tudi hidrofilne kreme. Navadno vsebuje vlažilnostni faktor ali neko drugo učinkovino za vlaženje kože (npr. urea).

Dnevne kreme za mešano in mastno kožo imajo lahko dodan ekstrakt kumar ali alojo vero, ki kožo pomirja in vlaži. Kreme za normalno in občutljivo kožo so narejene z dodatki avokadovega olja, ki vsebuje veliko vitaminov in linolensko kislino, ki omili gube. Kremam za suho kožo dodajajo olja z veliko vsebnostjo vitamina E, ki v koži zadrži vlago in olja z nenasičenimi maščobnimi kislinami, ki ohranjajo elastičnost kože.

Pri kremah z vsebnostjo vlažilnostnega faktorja je potrebno paziti, da jih ne uporabljamo pozimi, saj vlažilnostni faktor kožo vlaži in je zato koža posledično bolj mrzla (<https://www.abczdravja.si/dermatologija-koza-lasje-nohti/kaj-so-kreme-in-kaksne-uporabiti/>).

1.9 OPREDELITEV PROBLEMA IN HIPOTEZE

Za to raziskovalno nalogo sem se odločila, ker sem želela raziskati, koliko in kakšne kozmetične izdelke uporabljajo osnovnošolke tretje triade (7. – 9. razred). Pri tem me je posebej zanimalo, koliko različne obrazne kozmetike uporabljajo, ali so pozorne na sestavine v obrazni kozmetiki in ali se s kom posvetujejo o uporabi kozmetike.

Zastavila sem si naslednja cilja:

- ugotoviti, kakšna je uporaba kozmetičnih izdelkov osnovnošolk tretje triade;
- ugotoviti tip naključno izbranih krem za obraz.

Zastavila sem si naslednje hipoteze:

1. da več kot 60 % anketiranih učenk uporablja kreme za obraz vsak dan, zjutraj in zvečer;
2. da se manj kot 40 % anketiranih učenk pred uporabo izdelka prepriča o njegovi vsebini, uporabi in sestavinah ter se posvetuje z nekom;
3. da več kot 50 % anketiranih učenk pozna večino oznak na kozmetičnih izdelkih;
4. da manj kot 50 % anketiranih učenk obiskuje kozmetične salone in najpogosteje izberejo manikiro;
5. da več kot 60 % anketiranih učenk najpogosteje kozmetične izdelke kupuje v trgovini Müller in izbirajo znamko La Roche-Posay;
6. da več kot 40 % anketiranih učenk meni, da dolgotrajna uporaba kozmetičnih izdelkov lahko poškoduje kožo;
7. da je več kot 60 % anketiranih učenk po uporabi izdelka na koži opazilo pozitivne spremembe in še niso opazile alergijske reakcije po uporabi kozmetičnega izdelka;
8. da je manj kot 40 % anketiranih učenk pomemben kriterij cena in za kozmetične izdelke mesečno porabijo med 20 in 40 €;
9. da so več kot 50 % anketiranih učenk za uporabo kozmetičnih izdelkov navdušile prijateljice;
10. da je večina krem za obraz tipa O/V, kar kaže popolno mešanje kreme z destilirano (prečiščeno) vodo;
11. da se vodotopna barvila v primeru kreme tipa O/V enakomerno obarvajo, v sistemih tipa V/O pa so vidne makroskopske kapljice;
12. da vodne raztopine krem prevajajo električni tok in da je prevodnost krem tipa O/V večja od prevodnosti destilirane (prečiščene) vode, prevodnost krem tipa V/O pa manjša od prevodnosti destilirane vode.

2.0 EMPIRIČNI DEL

2.1 VZOREC

V raziskovalno nalogo je bilo vključenih 92 anketirank. Vključene so bile osnovnošolke od 7. do 9. razreda iz osnovnih šol: Sveti Jurij (21), Kuzma (20), Puconci (25), Franceta Prešerna Črenšovci (3), Tišina (20), Miška Kranjca Velika Polana (1), Gornji Petrovci (1) in bratov Polančičev Maribor (1).

2.2 UPORABLJENI PRIPOMOČEK, POSTOPEK ZBIRANJA IN OBDELAVE PODATKOV

V raziskovalni nalogi sem uporabila spletni anketni vprašalnik o kozmetiki za dekleta, ki sem ga pripravila v aplikaciji 1KA. Anketo sem sestavila na podlagi lastnih izkušenj in zanimanj. Vprašalnik vsebuje 22 vprašanj, od katerih je eno vprašanje (5. vprašanje) odprtega tipa in 21 vprašanj zaprtega tipa. Povezavo do spletne ankete smo poslali strokovnim delavcem različnih osnovnih šol in jih prosili za sodelovanje. Zbiranje podatkov je potekalo v obdobju od novembra 2024 do sredine decembra 2024. Grafični prikaz rezultatov sem pripravila v programu Microsoft Excel v drugi polovici meseca decembra.

Ker sem želela ugotoviti tudi tipe najpogosteje izbranih krem pri učenkah, sem v raziskovalno nalogo vključila eksperimente, ki sem jih izvajala 8., 9. in 10. 1. 2025. Kreme, ki sem jih raziskala, so temeljile na dveh tipih: hidrofilne (olje, voda – O/V) in hidrofobne (voda, olje – V/O). Za ugotavljanje tipa krem imamo na voljo več metod. Odločila sem se za test razredčevanja, test obarvanja in merjenje električne prevodnosti, ker te metode niso prezahtevne za izvedbo v osnovni šoli, hkrati pa so dovolj dobre, da lahko z njimi ugotovimo tip kreme.

Uporabila sem 5 krem različnih tipov:

1. Nivea Visage dnevna vlažilna krema za obraz (primerna za suho in občutljivo kožo; vsebuje lecitin in jojoba olje, ki ščitita pred izsušitvijo in izgubo nežnosti kože; posebna formula UVA/UVB varovalnega sistema in vitamin E ščiti kožo pred prehitrim staranjem);

2. Nivea aqua efect dnevna nega z ZF 30 (primerna za suho in občutljivo kožo; z naravnim mandljevim oljem; dermatološko potrjeno, da koža izdelek dobro prenaša; koži podari vlago);
3. Nivea osvežujoča dnevna krema ZF 15 (intenzivno vlaži kožo do 24 ur in tako ohranja naravno ravnovesje vlage v koži; osveži in napne kožo z vlago, ki se hitro vpije; ščiti kožo pred vplivi sončne svetlobe z ZF 15; dermatološko potrjeno, da kožo izdelek dobro prenaša);
4. CeraVe vlažilna nega za obraz ZF-30 (za normalno do suho kožo; brez vonja; zagotavlja vlaženje kože tekom polnih 24 ur, obnavlja njen zaščitni sloj ter ščiti pred soncem);
5. CeraVe vlažilna krema za obraz (za normalno do suho kožo; vlaži in pomaga pri obnovi zaščitne kožne pregrade; brez dišav).



Slika 1: Kreme uporabljene pri eksperimentalnem delu.

Test razredčevanja

Manjšo količino kreme (2 g) neznanega tipa sem pomešala z večjo količino destilirane (prečiščene) vode (100 ml). Tip kreme ugotovimo na podlagi tega, ali se krema zlahka meša z veliko količino vode ali ne. V primeru, da se je krema zlahka pomešala z vodo, je to kazalo na hidrofilno kremo oz. emulzijo tipa O/V, v nasprotnem primeru je bila krema hidrofobna oz. emulzija tipa V/O.

Test obarvanja

Pri tem testu sem na petrijevko nanela manjšo količino kreme neznanega tipa ter s kapalko dodala kapljico zelenega jedilnega barvila arome meta in kapljico vodne raztopine metilensko modro. V primeru, kjer se je površina kreme obarvala enakomerno, je šlo za hidrofilne (O/V) tipe krem, v nasprotnem primeru, kjer pa so na površini kreme bile vidne makroskopske kapljice, pa je šlo za hidrofobni (V/O) tip kreme.

Merjenje električne prevodnosti

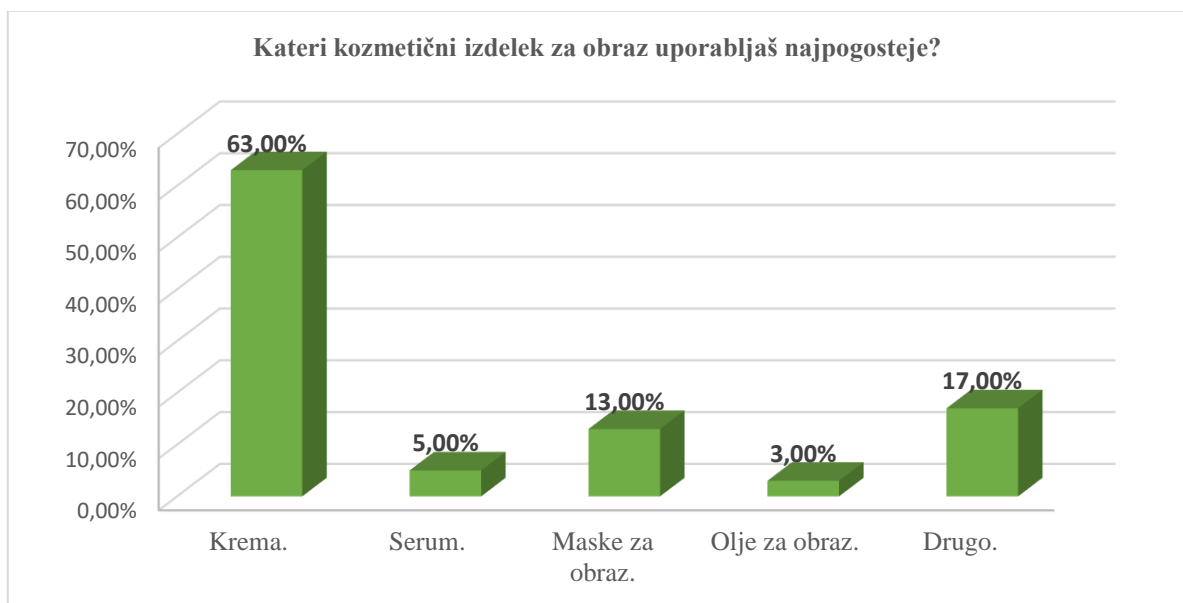
Pri tem poskusu sem uporabila 2 g kreme različnega tipa ter 100 ml destilirane vode. Pripravila sem vodne raztopine. Tip kreme sem ugotovila na podlagi tega, ali vodna raztopina kreme dobro prevaja električni tok ali ne. V primeru, da je krema dobro prevajala električni tok, je bila hidrofilna, saj je voda zunanja faza in ima manjšo upornost, v nasprotnem primeru je bila hidrofobna, saj je olje zunanja faza. Hidrofilne kreme v splošnem boljše prevajajo električni tok kot destilirana voda.

Za merjenje električne prevodnosti sem uporabila ampermeter, kot vir napetosti pa Duracell baterijo tipa D z električno napetostjo 1,5 V.

3.0 REZULTATI

V nadaljevanju so predstavljeni rezultati, ki sem jih pridobila na podlagi svojega raziskovanja. V prvem podpoglavju (3.1) so predstavljeni rezultati anketnega vprašalnika, s katerim se pridobila vpogled v navade učenk pri uporabi kozmetike in kaj jim je pri tem pomembno. Na podlagi vprašalnika sem tudi ugotovila, kateri dve znamki kozmetike za obraz starejše osnovnošolke najpogosteje izbirajo. Izmed teh dveh znamk sem nato izbrala pet krem za obraz, na katerih sem izvedla eksperimentalni del raziskovanja. Rezultati eksperimentalnega raziskovanja so prikazani v podpoglavju 3.2.

3.1 REZULTATI ANKETNEGA VPRAŠALNIKA ZA STAREJŠE OSNOVNOŠOLKE

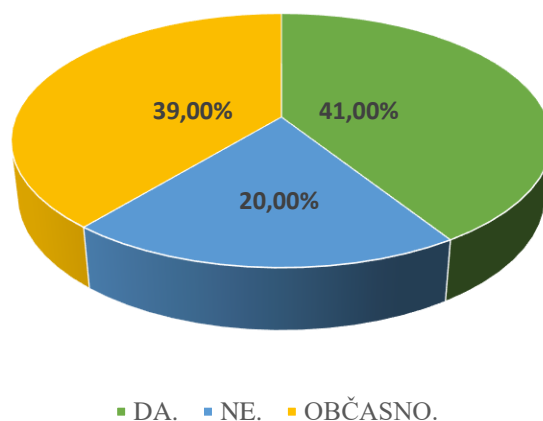


Grafikon 1. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje *Kateri kozmetični izdelek za obraz uporabljaš najpogosteje?* v odstotkih (%).

Iz grafikona 1 je razvidno, da največ učenk (63 %) najpogosteje uporablja kremo, najmanj (3 %) pa jih uporablja olje za obraz. Pod odgovor »Drugo« so anketiranke zapisale:

- gel za čiščenje obraza (4-krat),
- sončna krema (1-krat),
- tonik (2-krat),
- nič (4-krat).

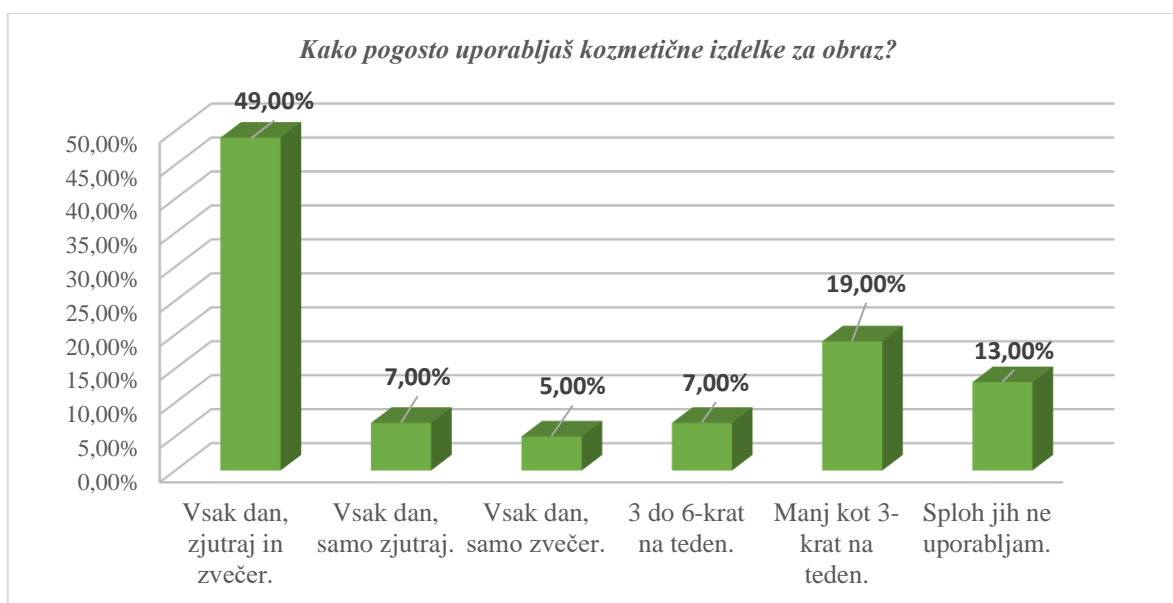
Ali se pred uporabo izdelka prepričaš o vsebini, uporabi in sestavinah v izdelku?



Grafikon 2. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje *Ali se pred uporabo izdelka prepričaš o vsebini, uporabi in sestavinah v izdelku?* v odstotkih (%).

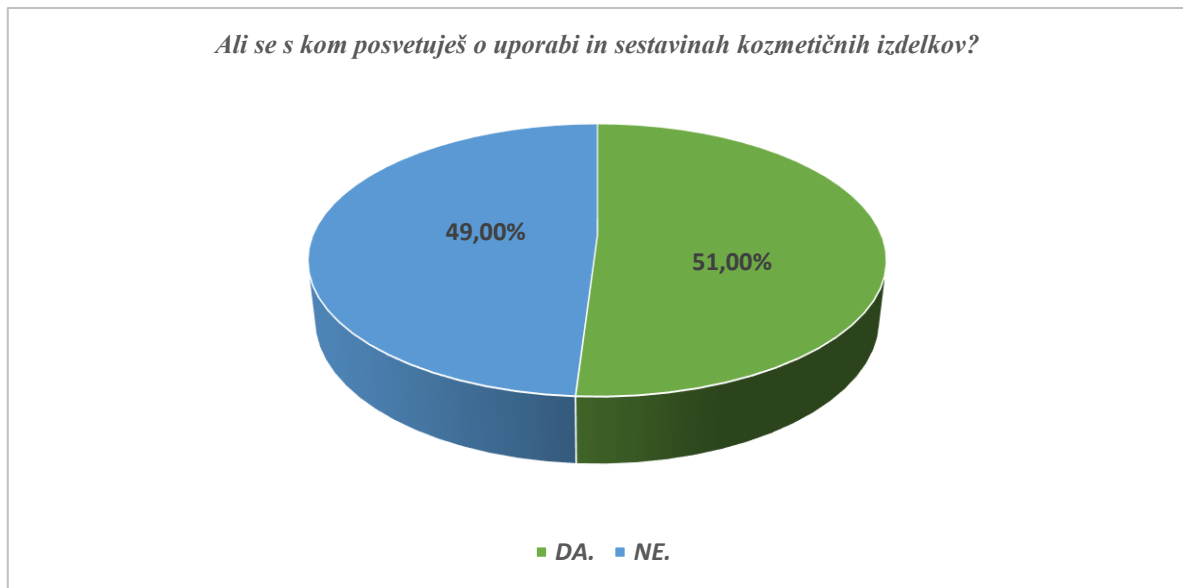
Iz grafikona 2 vidimo, da se največ anketiranih učenk pred uporabo izdelka vedno ali občasno prepriča o vsebini, uporabi in sestavinah.

Kako pogosto uporabljaš kozmetične izdelke za obraz?



Grafikon 3. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje *Kako pogosto uporabljaš kozmetične izdelke za obraz?* v odstotkih (%).

Grafikon 3 nam prikazuje, da največ učenk (49 %) uporablja kozmetične izdelke za obraz vsak dan, zjutraj in zvečer. Najmanj anketirank (5 %) pa jih uporablja vsak dan, samo zvečer.

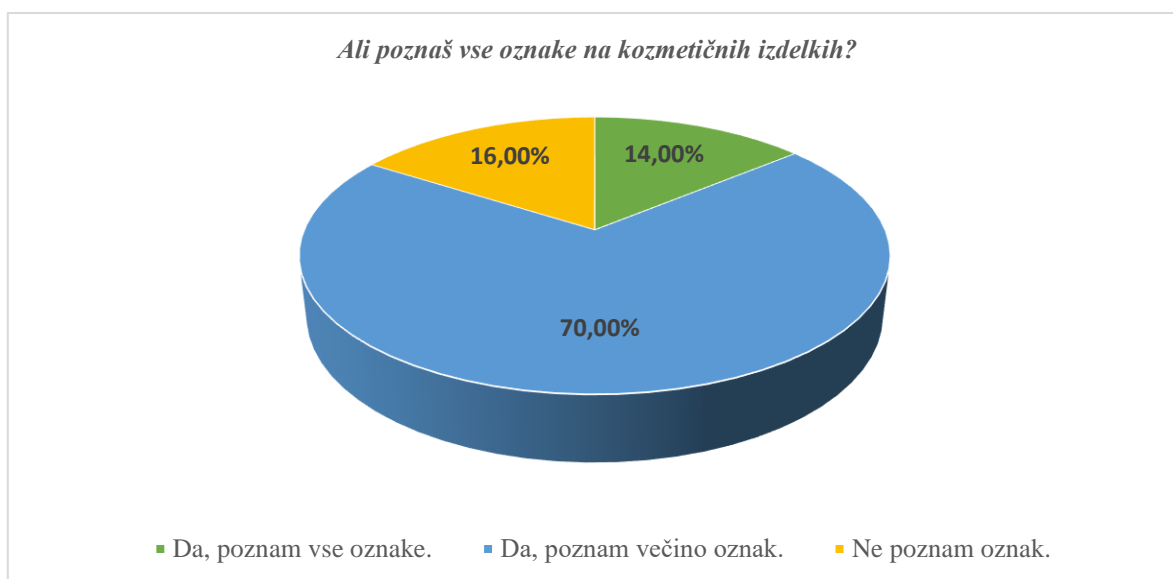


Grafikon 4. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje Ali se s kom posvetuješ o uporabi in sestavinah kozmetičnih izdelkov? v odstotkih (%).

Iz grafikona 4 je razvidno, da se nekoliko več kot polovica učenk (51 %) pred uporabo izdelka posvetuje o uporabi in sestavinah izdelkov.

Pri tem vprašanju se je učenkam, ki so izbrale odgovor »DA« pojavilo podvprašanje: *Če si izbrala odgovor DA, napiši s kom se posvetuješ?* V nadaljevanju so prikazani njihovi odgovori:

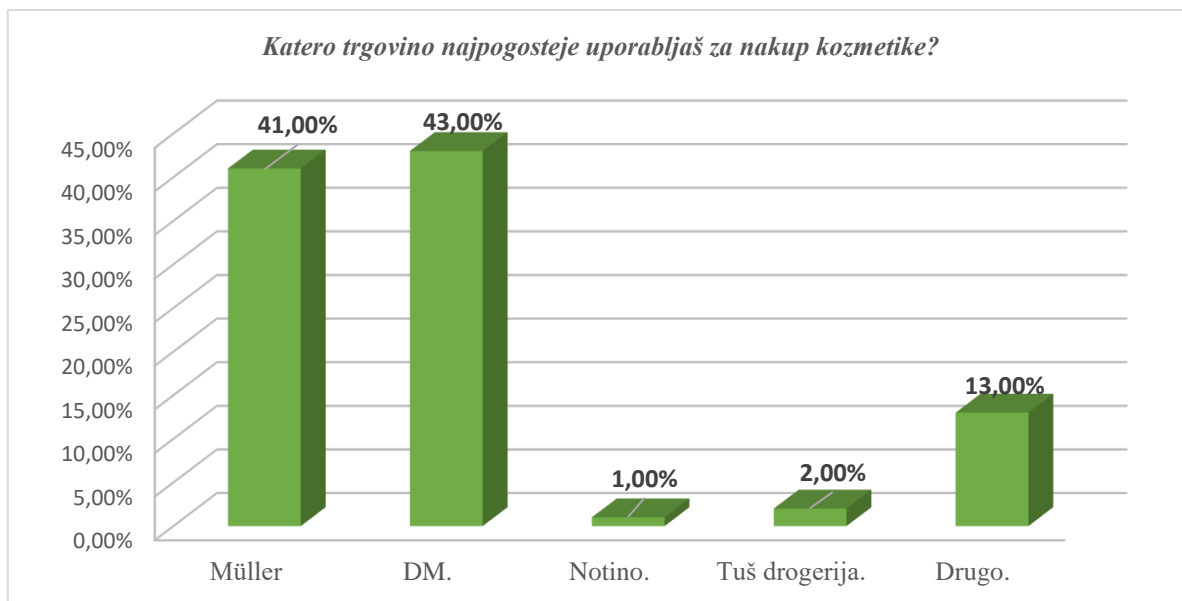
- z mamo (14-krat),
- s sestro, sestrično (8-krat),
- s prijateljico (5-krat),
- z dermatologom, zdravnico, farmacevtko (4-krat),
- Pobrskam po spletu. (4-krat),
- s prodajalko (2-krat),
- s kozmetičarko (1-krat),
- Z osebo, ki mi je ta izdelek priporočila. (1-krat)



Grafikon 5. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje *Ali poznaš vse oznake na kozmetičnih izdelkih?* v odstotkih (%).

Grafikon 5 nam prikazuje, da je največ anketiranih učenk (70 %) izbralo odgovor »Da, poznam večino oznak na kozmetičnih izdelkih.« Najmanj učenk (14 %) pa je izbralo odgovor »Da, poznam vse oznake.«

Na vprašanju »*Ali obiskuješ kozmetične salone?*« je 67 % anketiranih učenk izbralo odgovor »Ne.« Pri tem vprašanju sta se učenkam, ki so izbrale odgovor »DA« pojavili podvprašnji: »*Če si izbrala odgovor DA, oceni, kako pogosto obiskuješ kozmetične salone*« in »*Katere storitve izbiraš v kozmetičnih salonih?*« Največ anketiranih učenk (62 %) kozmetične salone obiskuje nekajkrat na leto, 31 % nekajkrat mesečno, najmanj učenk (3 %) pa nekajkrat tedensko. Pod »Drugo« je bilo navedeno še 1-krat ne mesec (1-krat). Največ anketirank (41 %) izbere manikuro, 31 % nego obraza, najmanj (14 %) pa jih izbere pedikuro. Pod drugo so anketiranke zapisale še nego las (2-krat), ličenje (1-krat) in vse tretmaje (1-krat).

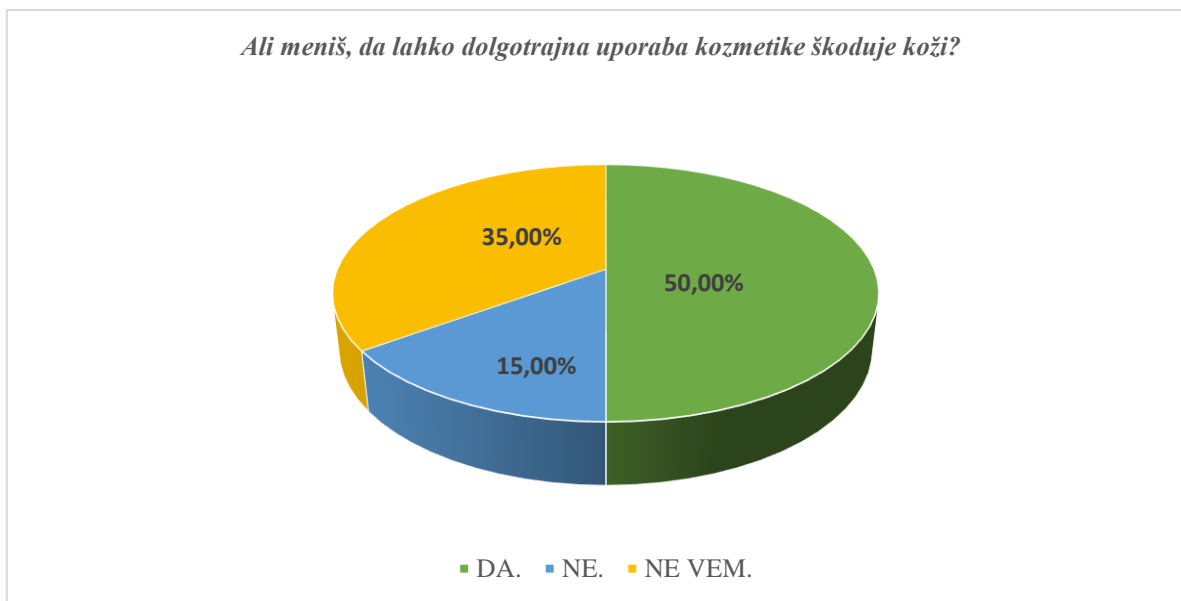


Grafikon 6. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje *Katero trgovino najpogosteje uporabljate za nakup kozmetike?* v odstotkih (%).

Grafikon 6 nam prikazuje, da je največ anketiranih učenk (43 %) izbralo odgovor »DM«, najmanj (1 %) pa »Notino«. Anketirane učenke so pod »Drugo« zapisale, da kozmetiko kupujejo še v:

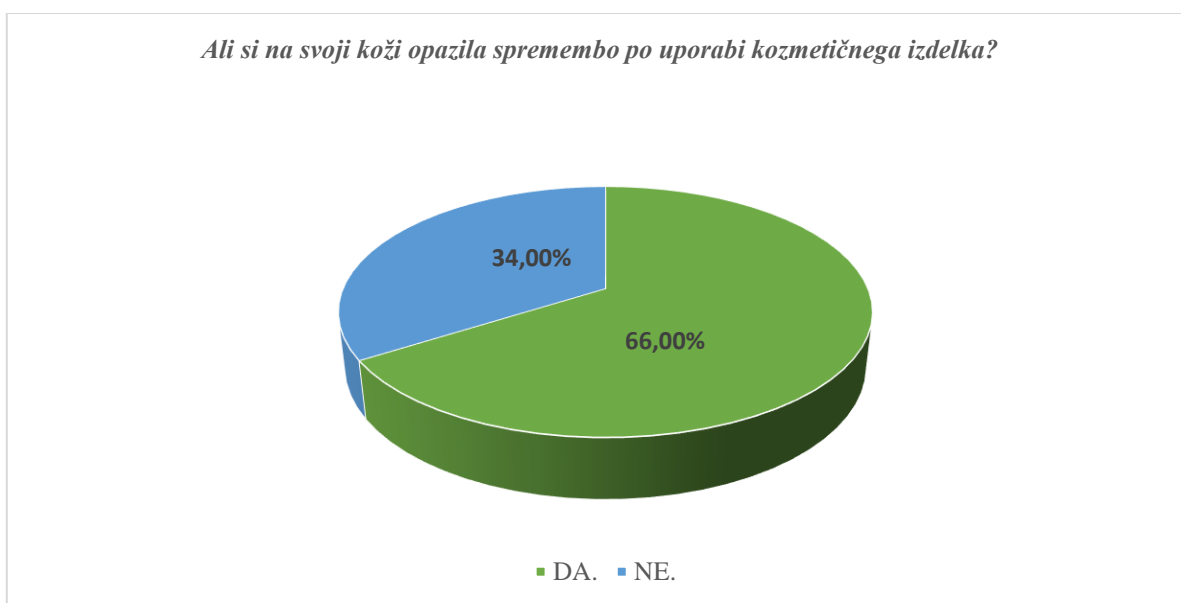
- Douglasu (2-krat),
- Sephori (2-krat),
- lekarni (1-krat),
- Ne kupujem kozmetike, ker je ne uporabljam. (2-krat)

Na vprašanju »Ali kozmetiko kupuješ tudi v lekarnah?« je največ anketirank (74 %) odgovorilo z »NE.«



Grafikon 7. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje *Ali meniš, da lahko dolgotrajna uporaba kozmetike škoduje koži?* v odstotkih (%).

Iz grafikona 7 lahko razberemo, da je polovica učenk (50 %) izbrala odgovor »DA« na vprašanju, ali lahko dolgotrajna uporaba kozmetike škoduje koži.



Grafikon 8. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje *Ali si na svoji koži opazila spremembo po uporabi kozmetičnega izdelka?* v odstotkih (%).

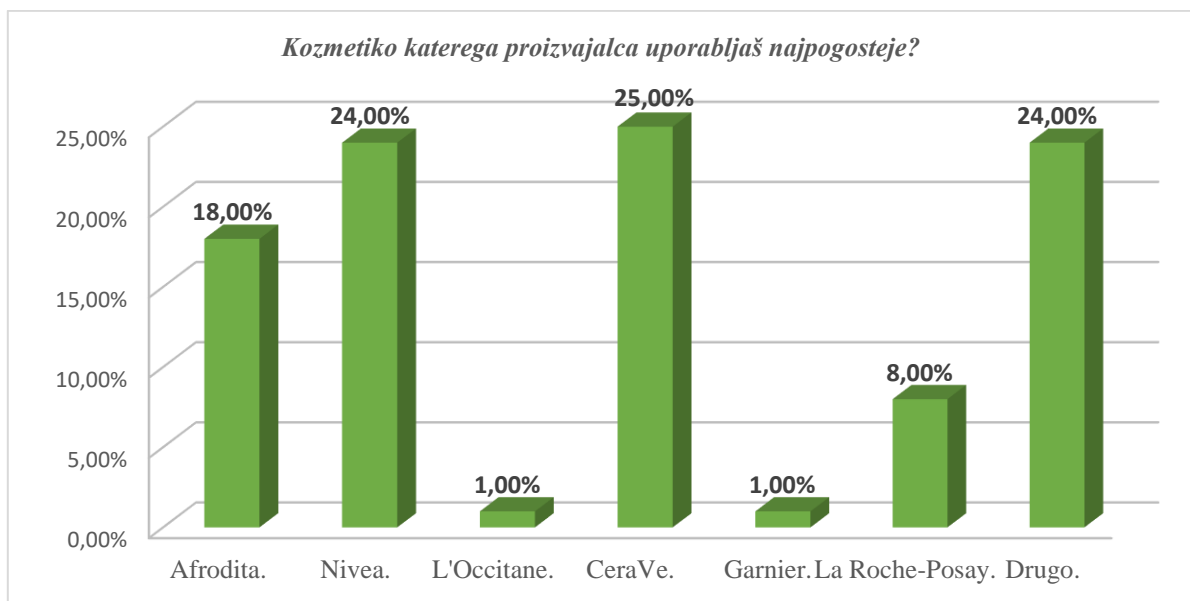
Iz grafikona 8 je razvidno, da je več anketirank na svoji koži opazilo spremembo po uporabi kozmetičnega izdelka.

Pri tem vprašanju se je anketirankam, ki so izbrale odgovor »DA« pojavilo še podvprašanje: *Ali je ta sprememba bila pozitivna ali negativna?* Velika večina učenk (89 %) je po uporabi izdelka na svoji koži opazila pozitivno spremembo.

Zanimalo me je tudi, ali so učenke že kdaj opazile alergijsko reakcijo na svoji koži po uporabi izdelka. Velika večina učenk (74 %) po uporabi kozmetičnega izdelka ni zasledila morebitne alergijske reakcije. Tudi pri tem vprašanju se je učenkam, ki so odgovorile z »DA« pojavilo še podvprašanje o tem, kako so alergijsko reakcijo odpravile. Največ anketiranih učenk (59 %) je alergijsko reakcijo odpravilo tako, da so prenehale uporabljati kozmetični izdelek, ki je reakcijo povzročil, nekaj manj (32 %) jih je začelo uporabljati drug izdelek, najmanj anketiranih učenk (9 %) pa je po tem, ko so opazile reakcijo, obiskalo zdravnika, ki je predpisal zdravilo.

Anketirankam sem zastavila tudi vprašanje »Ali je pri nakupu kozmetike pomemben kriterij cena?« Več kot polovici anketirank (59 %) je pomembna cena pri izbiri kozmetike.

Zanimalo me je tudi, kolikšen znesek mesečno porabijo za kozmetične izdelke za obraz. Največ (47 %) jih mesečno porabi 10 – 20 €, nekaj manj (18 %) manj kot 10 €, 14 % med 20 in 40 € in najmanj (11 %) več kot 40 €. Pod »Drugo« so anketiranke zapisale še: 0 € (4-krat), 100 € (1-krat) in ne vem (1-krat).



Grafikon 9. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje *Kozmetiko katerega proizvajalca uporabljaš najpogosteje?* v odstotkih (%).

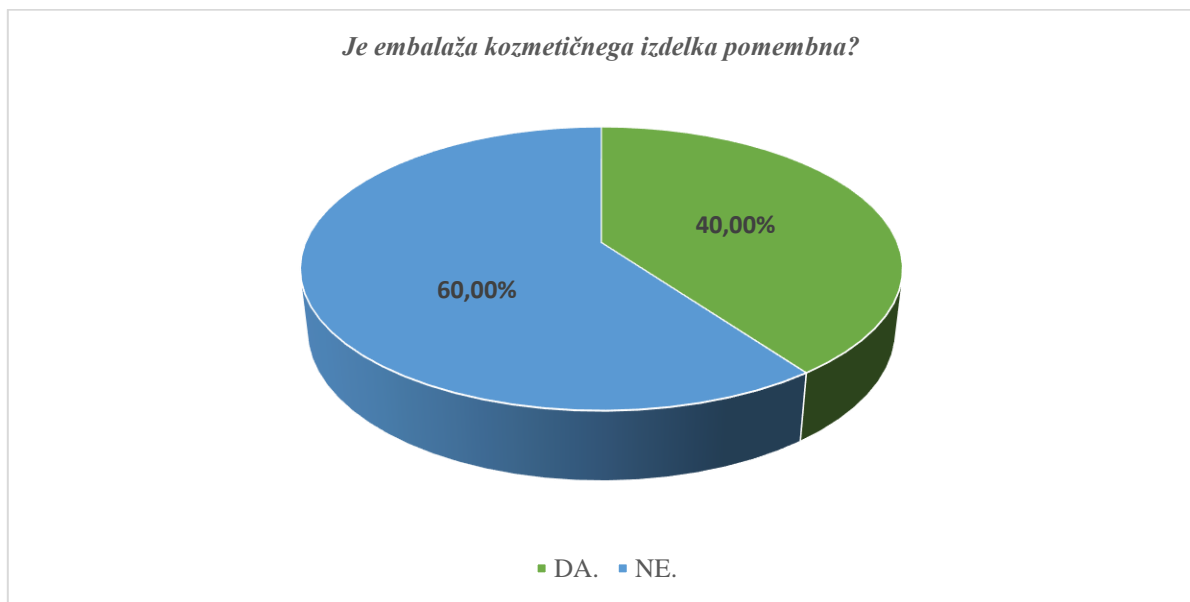
Iz grafikona 9 je razvidno, da ena četrтина anketiranih učenk (25 %) uporablja kozmetiko znamke CeraVe, najmanj (1 %) pa kozmetiko znamki L'Occitane in La Roche-Posay. Pod »Drugo« so učenke zapisale, da uporabljajo še:

- Catrice (1-krat),
- Bioderma (1-krat),
- Vichy (1-krat),
- Just (1-krat),

- Glow Recipe (1-krat),
- Revolution (1-krat),
- Missha (1-krat),
- Essence (1-krat),
- Rilastil (1-krat),
- Mixa (1-krat).

Anketirane učenke sem vprašala tudi »Kdo te je navdušil za uporabo kozmetičnih izdelkov?« Največ anketiranih učenk (35 %) so za uporabo kozmetičnih izdelkov navdušile prijateljice, nekaj manj (31 %) so jih navdušili družinski člani in sorodniki, najmanj (12 %) proizvajalci z reklamami. Anketirane so zapisale še, da so jih z uporabo kozmetike navdušili:

- nihče (6-krat)
- družbena omrežja, splet, influencerji (5-krat),
- mama, sestrična (2-krat),
- kozmetičarka (1-krat).



Grafikon 10. Odgovori anketiranih učenk na vprašanje *Je embalaža kozmetičnega izdelka pomembna?* v odstotkih (%).

Grafikon 10 nam prikazuje rezultate, iz katerih je razvidno, da je 60 % anketiranih učenk izbralo odgovor »NE« na vprašanju, če jim je pomembna embalaža kozmetičnega izdelka.

Pri tem vprašanju se je anketirankam, ki so izbrale odgovor »DA« pojavilo podvprašanje o tem, kako mora biti kozmetični izdelek zapakiran. Največ anketiranih učenk (37 %) je izbralo odgovor, da je izdelek zapakiran v tubici in še dodatno v škatlici, nekaj manj učenk meni, da mora biti izdelek v posodici in še dodatno v škatlici, manj kot četrtina (17 %) jih meni, da mora

biti izdelek v tubici, najmanj učenk (6 %) pa je izbralo odgovor, da mora biti izdelek zapakiran v posodici. Pod »Drugo« je ena anketiranka zapisala:

- Mora imeti lepo embalažo. (1-krat)

3.2 REZULTATI EKSPERIMENTALNEGA DELA

3.2.1 Test razredčevanja

Rezultati testa razredčevanja kažejo na to, da so štiri od petih uporabljenih krem hidrofilne kreme tipa O/V (Nivea Visage dnevna vlažilna krema za obraz, Nivea aqua efect dnevna nega z ZF 30, Nivea refreshing ZF 15 , CeraVe vlažilna nega za obraz ZF-30), saj so se zlahka mešale z veliko količino vode. CeraVe vlažilna krema za obraz pa se je izkazala za hidrofobno kremo tipa V/O, saj se ni mešala z vodo, nastala je zgolj emulzija kreme in vode, kar je razvidno iz slike 2.



Slika 2: Vodne raztopine krem.

3.2.2 Test obarvanja

Rezultati testa obarvanja kažejo podobne rezultate kot test razredčevanja v primeru uporabe zelenega jedilnega barvila z aromo mete. Štiri od petih krem so hidrofilne kreme tipa O/V (Nivea Visage dnevna vlažilna krema za obraz, Nivea aqua efect dnevna nega z ZF 30, Nivea refreshing ZF 15 , CeraVe vlažilna nega za obraz ZF-30), saj se je površina kreme enakomerno obarvala. CeraVe vlažilna krema za obraz pa je pokazala spet nekoliko drugačne rezultate, kar kaže na to, da je krema hidrofobna tipa V/O, ker so na površini kreme vidne makroskopske kapljice. Pri uporabi vodne raztopine metilensko modro pa so vidna odstopanja, saj se je namreč le-to barvilo bolj enakomerno obarvalo zgolj pri kremi CeraVe vlažilna krema za obraz, ki naj bi bila hidrofobna krema tipa V/O. Do razlik v rezultatih je verjetno prišlo zaradi različnih barvil in njihovih sestavin. Zeleno jedilno barvilo z aromo mete namreč vsebuje poleg barvil še arome. Metilensko modro pa je kemična spojina imenovana tudi metiltioninijev klorid, vsebuje

ogljik, vodik, klor, dušik in žveplo. Metilensko modro je heterociklična aromatična molekula s kemijsko formulo $C_{16}H_{18}ClN_3S$. Vodna raztopina metilensko modro je temno modre barve.



Slika 3: Test obarvanja z zelenim jedilnim barvilom arome meta.



Slika 4: Test obarvanja z vodno raztopino metilensko modro.

3.2.3 Merjenje električne prevodnosti

Posamezni vodni raztopini vsake izmed krem sem izmerila električno prevodnost. Posebej sem izmerila še električno prevodnost destilirane vode. Vsako meritev sem ponovila trikrat ter nato izračunala povprečne vrednosti. V nadaljevanju so podane izračunane povprečne vrednosti vodne raztopine posamezne kreme ter vrednost električne prevodnosti destilirane vode.

Električna prevodnost destilirane (prečiščene) vode znaša približno 5,50 A.

Električna prevodnost vodne raztopine kreme Nivea Visage dnevna vlažilna krema za obraz znaša približno 5,72 A.

Električna prevodnost vodne raztopine kreme Nivea aqua efect dnevna nega z ZF 30 znaša približno 5,61 A.

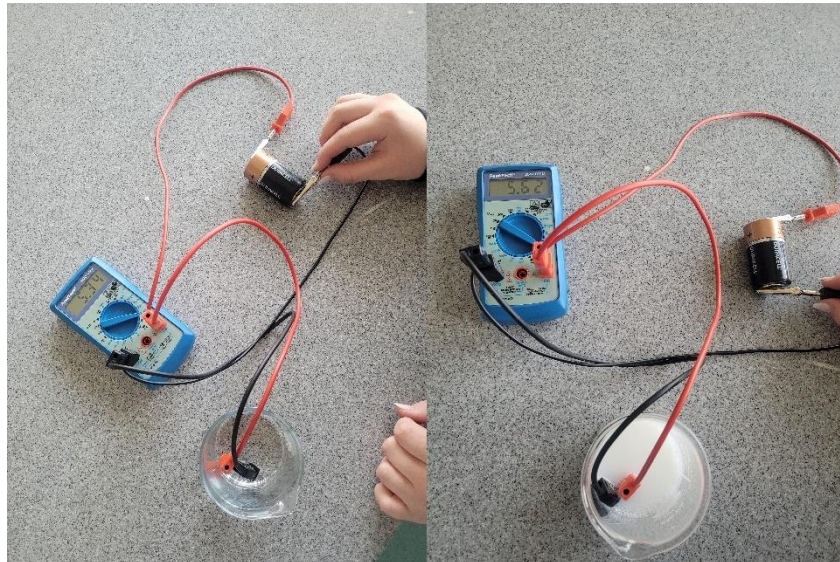
Električna prevodnost vodne raztopine kreme Nivea refreshing ZF 15 znaša približno 5,73 A.

Električna prevodnost vodne raztopine kreme, CeraVe vlažilna nega za obraz ZF-30 znaša približno 5,65 A.

Električna prevodnost vodne raztopine kreme CeraVe vlažilna krema za obraz znaša približno 5,46 A.

Glede na izračunane povprečne vrednosti lahko sklepamo, da so kreme (Nivea Visage dnevna vlažilna krema za obraz, Nivea aqua efect dnevna nega z ZF 30, Nivea refreshing ZF 15 ,

CeraVe vlažilna nega za obraz ZF-30) hidrofilne kreme tipa O/V, saj je njihova električna prevodnost večja (manjša upornost) od električne prevodnosti destilirane vode. Krema CeraVe vlažilna krema za obraz pa ima manjšo električno prevodnost kot destilirana voda, zato je ta krema hidrofobna tipa V/O.



Slika 5: Merjenje električne prevodnosti destilirane vode in vodnih raztopin krem različnega tipa.

3.3 POVZETEK INTERVJUJA

Intervju s kozmetičarko Dorotejo Osojnik sem opravila 12. 1. 2025 v njenem kozmetičnem salonu D studio. V nadaljevanju je predstavljen njen pogled na uporabo kozmetike med mladostnicami in postopki pravilne nege kože.

Zanimalo me je, ali njen kozmetični salon obiskujejo osnovnošolke in kako pogosto ter katere storitve izbirajo. Povedala je, da jo obiščejo tudi osnovnošolke, vendar ne tako pogosto in da so njihovi obiski običajno povezani z osnovno nego kože ali posebnimi dogodki, ko izberejo ličenje, vihanje trepalnic ipd.

Vprašala sem jo tudi, ali je dobro, da se pred uporabo kozmetičnega izdelka posvetujemo z nekom in se seznanimo z navodili uporabe ter sestavinami. Povedala je, da se je pred uporabo zelo priporočljivo posvetovati z nekom, ki ima znanje o kozmetiki ter se seznaniti z navodili za uporabo in sestavinami. Povedala je tudi, da to lahko prepreči morebitne težave, kot so draženje kože, alergijske reakcije ipd.

Zanimalo me je tudi, katere izdelke po navadi priporoča najstnicam in zakaj. Povedala je, da so za nego kože najstnic pomembni nežni in osnovni izdelki, ki so prilagojeni njihovim specifičnim potrebam, kot so hormonske spremembe, mastna koža ipd.

Povprašala sem jo tudi, kakšen je pravilen postopek nege obraza. Povedala je, da le-ta vključuje več korakov. Najprej čiščenje, toner, serum, krema okoli oči, vlažilna krema, zaščita pred soncem s SPF faktorjem ter piling, ki je priporočljiv 1 do 2-krat na teden. Za dodatno navlaženost se lahko vključi tudi maske za obraz. Povedala pa je tudi, da je vsak tip kože edinstven, zato je pomembno, da izbiramo izdelke, ki ustrezajo naši koži in njenim potrebam.

Zanimalo me je tudi njeno mnenje o tem, s kom bi se osnovnošolke morale posvetovati o pravilni negi kože, uporabi kozmetičnega izdelka ipd. Meni, da bi se osnovnošolke o tem morale posvetovati z zaupanja vrednimi in strokovno usposobljenimi osebami. Meni tudi, da je pomembno, da dobijo informacije iz zanesljivih virov, da se izognejo napačni uporabi izdelkov ali pretiranemu vplivu družbenih omrežij.

4.0 DISKUSIJA

Živimo v času, ko vse več najstnic posega po kozmetičnih izdelkih, zato je pomembno, da imamo osnovno znanje o uporabi in sestavinah v kozmetičnem izdelku, ki ga imamo namen uporabljati. Odločila sem se, da bom raziskala, koliko kozmetike za obraz uporabljajo osnovnošolke III. triade in ali so pred uporabo seznanjene z navodili uporabe in s sestavinami (sociološki vidik). Prav tako me je zanimalo, kakšne lastnosti imajo kozmetični izdelki, ki jih uporabljajo, kar sem preverila z eksperimentalnim delom svoje raziskovalne naloge (kemijski vidik).

V raziskovalni nalogi sem si s pregledom strokovne literature in na podlagi lastnih izkušenj zastavila devet hipotez s sociološkega vidika, ki sem jih preverila s pomočjo anonimnega spletnega vprašalnika. Zastavila sem si še tri hipoteze s kemijskega vidika, ki sem jih preverila s pomočjo eksperimentalnega dela svoje raziskovalne naloge. Na podlagi dobljenih rezultatov bom v nadaljevanju svoje hipoteze potrdila ali ovrgla.

Moja prva hipoteza se je glasila, ***da več kot 60 % anketiranih učenk uporablja kreme za obraz vsak dan, zjutraj in zvečer.***

Dobljeni rezultati (grafikon 3) kažejo, da največ učenk (49 %) kozmetične izdelke za obraz uporablja vsak dan zjutraj in zvečer. Nekaj manj učenk (19 %) kozmetične izdelke uporablja manj kot 3-krat na teden, manjši odstotek učenk (13 %) pa kozmetičnih izdelkov sploh ne uporablja. Enak odstotek učenk (7 %) kozmetične izdelke uporablja vsak dan samo zjutraj in 3 do 6-krat na teden, najmanj učenk (5 %) pa kozmetične izdelke uporablja vsak dan samo zvečer. Pričakovala sem, da bo največji delež osnovnošolk izbralo odgovor »Vsak dan, zjutraj in zvečer«, saj menim, da so nagnjene k temu, da svojo kožo redno negujejo in da se njihova jutranja nega razlikuje od večerne nege. Razlikujejo pa se tudi izdelki, ki jih uporabljajo za nego kože zjutraj in zvečer, npr. hidrofilne kreme so vlažilne, kot tudi te, ki sem jih testirala (Nivea Visage, Nivea refreshing, Nivea aqua effect in CeraVe z ZF 30), zaradi tega so to večinoma dnevne kreme, lahko pa so tudi nočne kreme.

Rezultati v grafikonu 1 pa prikazujejo, da največji delež (63 %) uporabljajo kremo, kar sem tudi pričakovala. Manjši delež učenk (13 %) pogosteje uporablja maske za obraz, nekaj manj (5 %) pa serum in (3%) olje za obraz. Manjši delež (17 %) učenk je pod »Drugo« zapisalo, da uporabljajo še gel za čiščenje obraza, sončno kremo in tonik, nekatere pa so zapisale tudi, da

ne uporabljajo nič, česar pa nisem pričakovala, saj sem menila, da vse osnovnošolke uporabljajo vsaj kakšno kremo.

Na podlagi dobljenih rezultatov moram **ovreči** svojo prvo hipotezo, saj je odstotek anketirank, ki vsak dan uporablja kreme za obraz zjutraj in zvečer nižji, kot sem pričakovala.

Moja druga hipoteza se je glasila, *da se manj kot 40 % anketiranih učenk pred uporabo izdelka prepriča o njegovi vsebini, uporabi in sestavinah ter se posvetuje z nekom.*

Dobljeni rezultati iz grafikona 2 nam prikazujejo, da se 41 % anketiranih učenk prepriča o vsebini, uporabi in sestavinah v izdelku pred samo uporabo kozmetičnega izdelka. Manjši delež (39 %) anketiranih učenk se o tem prepriča občasno, najmanj učenk, manj kot četrtina (20 %), pa se o tem sploh ne pozanima. Predpostavila sem, da se o uporabi, vsebini in sestavinah prepriča manjši delež anketiranih učenk, saj menim, da v trgovini ne izbirajo svoji koži primerne izdelke temveč se zgledujejo po tem, kar uporablja njihova prijateljica ali znanka, ki jim je izdelek priporočila. Slednje ni v redu, saj imamo vsi ljudje drugačne tipe kože in zato naši koži ne odgovarja vsaka krema in posledično lahko privede do različnih alergijskih reakcij oz. neželenih učinkov kreme, kar je v intervjuju omenila tudi kozmetičarka. Menim tudi, da je delež anketiranih osnovnošolk, ki se o vsebini, uporabi, sestavinah in drugih stvareh o kozmetičnem izdelku vedno seznanjajo kljub najvišjemu deležu še vedno prenizek.

Rezultati grafikona 4 prikazujejo, da se več kot polovica anketiranih učenk o uporabi in sestavinah v kozmetičnem izdelku posvetuje z nekom, kar je seveda pravilno. Menim, da bi bilo dobro, da se posvetujejo s kakšno kozmetičarko ali celo dermatologinjo, ki sta na tem področju strokovno usposobljeni. V nadaljevanju sem anketirankam, ki so odgovorile z »DA« postavila še podvprašanje o tem, s kom se posvetujejo. Vprašanje je bilo odprtega tipa, kar pomeni, da so anketiranke odgovor na to vprašanje morale zapisati same. Največ anketirank (14-krat) se o uporabi in sestavinah v kozmetičnem izdelku posvetuje z mamo, nekaj manj učenk (8-krat) se o tem posvetuje s sestro ali sestrično. Podobno število anketirank je odgovorilo, da se posvetujejo s prijateljico (5-krat), z dermatologom, zdravnico ali farmacevtko in da uporabijo spletne vire (oboje 4-krat). Najmanj učenk je zapisalo, da se pogovorijo s prodajalko (2-krat) in s kozmetičarko ter z osebo, ki jim je ta izdelek priporočila (oboje 1-krat).

Na podlagi dobljenih rezultatov lahko mojo drugo hipotezo **ovržem**, saj je delež anketirank, ki se prepričajo o uporabi, vsebini in sestavinah ter se o tem z nekom posvetujejo višji od 40 %.

Moja tretja hipoteza se je glasila, **da več kot 50 % anketiranih učenk pozna večino oznak na kozmetičnih izdelkih.**

Dobljeni rezultati (grafikon 5) nam kažejo, da velika večina anketiranih učenk (70 %) pozna večino oznak, manj kot četrtnina anketirank oznak sploh ne pozna, najmanj osnovnošolk (14 %) pa pozna vse oznake na kozmetičnih izdelkih. Skupno je torej 84,0 % anketirank ocenilo, da pozna večino oz. vse oznake na kozmetičnih izdelkih.

Menim, da je poznavanje oznak ključnega pomena, saj lahko s pomočjo le-teh lažje izberemo prave izdelke za našo kožo. Med te oznake spadajo npr.: okolju prijazni, dermatološko testirani, ustrezajo določilom INCI nomenklature in imajo določene certifikate (Vegan, Cruelty Free, Brez silikonov in parabenov...). Tudi kozmetičarka meni, da je zelo pomembno razumevanje oznak na kozmetičnih izdelkih, saj nam te pomagajo izbrati varne in primerne izdelke za naš tip kože.

Na podlagi dobljenih rezultatov lahko **potrdim** tretjo hipotezo, saj je delež anketiranih učenk, ki poznajo večino oznak na kozmetičnih izdelkih, višji od 50 %.

Moja četrta hipoteza se je glasila, **da manj kot 50 % anketiranih učenk obiskuje kozmetične salone in najpogosteje izberejo manikuro.**

Kot sem zapisala že v poglavju »Rezultati«, le 33 % anketiranih učenk obiskuje kozmetične salone, kar je manj kot polovica, tako kot sem predvidevala. Menim, da je pri starosti 12 let (7. razred) še prehitro, da bi učenke redno obiskovale kozmetične salone. Sem pa glede na to, da večina mojih sošolk obiskuje kozmetične salone (devetošolke), vseeno pričakovala, da bo delež anketirank pri tem vprašanju nekoliko višji. Zanimalo me je tudi, kako pogosto učenke obiskujejo kozmetične salone. Več kot polovica (62 %) anketirank kozmetične salone obiše nekajkrat na leto, nekaj več kot četrtnina (31 %) jih obiše nekajkrat mesečno, najnižji delež (3 %) anketiranih učenk pa je odgovorilo, da jih obiše nekajkrat tedensko. Pod drugo je ena učenka zapisala še, da kozmetični salon obiše enkrat na mesec.

Anketiranke so izbirale tudi med storitvami, ki jih največkrat izberejo v kozmetičnih salonih. Kot sem zapisala že v poglavju »Rezultati«, največ učenk (41 %) v kozmetičnih salonih izbere manikuro, nekaj manj (31 %) jih pogosteje izbere nego obraza, najmanj učenk (14 %) pa se odloči za pedikuro. Manjši delež učenk (14 %) je pod »Drugo« zapisalo še, da se odločajo za nego las (2-krat), ličenje (1-krat) in vse tretmaje (1-krat). Takšne rezultate sem pričakovala, saj sem iz lastnih izkušenj lahko predvidela, da veliko učenk med storitvami v kozmetičnem salonu

najpogosteje izbere manikiro. Pogosto učenke izberejo tudi nego obraza zaradi aken in drugih nevšečnosti, ki jih opazijo na obrazu. Zaradi aken anketiranke obiščejo tudi dermatologa, ki jim glede na tip njihove kože predpiše kremo, čistilni gel ...

Na podlagi dobljenih rezultatov lahko mojo četrto hipotezo **potrdim**, saj je delež anketirank, ki obiskujejo kozmetične salone, v njih pa najpogosteje izberejo manikiro manj kot 50 %.

Moja peta hipoteza se je glasila, *da več kot 60 % anketiranih učenk najpogosteje kozmetične izdelke kupuje v trgovini Müller in izbirajo znamko La Roche-Posay.*

Dobljeni rezultati (grafikon 6) nam prikazujejo, da največ učenk (43 %) kozmetične izdelke kupuje v trgovini DM, nekoliko nižji delež učenk (41 %) pa izdelke kupuje v trgovini Müller. Najmanj učenk kozmetiko kupuje v Tuš drogeriji (2 %) in v spletni trgovini Notino (1 %). Učenke so imele še ponujeno možnost »Drugo«, kjer so zapisale, da kupujejo še v Douglasu (2-krat), Sephori (2-krat) in v lekarni (1-krat) ter da ne kupujejo kozmetike, saj je ne uporabljajo (2-krat). Po mojem mnenju je najboljša izbira za nakup kozmetike lekarna, saj ti lahko farmacevti svetujejo glede izdelka. V ostalih trgovinah je večja verjetnost, da kupiš svoji koži neprimeren izdelek, ki lahko povzroči bodisi alergijsko reakcijo ali pa neželene učinke. Seveda je dobro, da pred nakupom kozmetike v lekarni obiščemo dermatologa ali kozmetičarko, ki nam svetuje o izdelkih glede na naš tip kože ali nam ga celo predpiše.

Dobljeni rezultati grafikona 9 nam prikazujejo, da največji delež učenk (25 %) uporablja kozmetične izdelke CeraVe. Ti izdelki so dostopni tako v drogerijah kot tudi v lekarnah. Za odstotek nižji delež anketirank (24 %) uporablja kozmetiko proizvajalca Nivea, nekaj manj kot četrtina anketirank (18 %) pa uporablja Afroditine kozmetične izdelke. Najmanj učenk uporablja kozmetične izdelke proizvajalcev La Roche-Posay (8 %), Garnier (1 %) in L'Occitane (1 %). Pod možnost »Drugo« so učenke zapisale, da uporabljajo še kozmetične izdelke proizvajalcev: Catrice (1-krat), Bioderma (1-krat), Vichy (1-krat), Just (1-krat), Glow Recipe (1-krat), Revolution (1-krat), Missha (1-krat), Essence (1-krat), Rilastil (1-krat), Mixa (1-krat). Učenke so velikokrat navedle kozmetične izdelke proizvajalcev, ki so na policah samo v drogerijah, kar pomeni, da učenke tam pogosto kupujejo. Primerneje se mi zdi, da učenke kozmetične izdelke kupujemo v lekarnah, kjer lahko farmacevti dajejo strokovne nasvete in podrobnosti o izdelku, kar je še dodatno zagotovilo, da kupijo primeren izdelek za svoj tip kože. Kot sem že omenila v opisu pod grafikoni, kupuje kozmetiko v lekarnah le dobra četrtina (26 %) anketiranih učenk.

Na podlagi dobljenih rezultatov lahko mojo peto hipotezo **ovržem**, saj le 41 % anketiranih učenk nakupuje v trgovini Müller in le 8 % jih najpogosteje izbira izdelke proizvajalca La Roche-Posay.

Med drugim me je zanimalo, ali je učenkam pomembna embalaža, v kateri je kozmetični izdelek zapakiran. Dobljeni rezultati (grafikon 10) nam prikazujejo, da več kot polovici (60 %) anketirank embalaža izdelka ni pomembna. Učenkam, ki so izbrale odgovor »DA« pri prejšnjem vprašanju sem zastavila še podvprašanje, kako mora biti po njihovem mnenju kozmetični izdelek zapakiran. Največ učenk, več kot četrtina (37 %), je odgovorila, da mora izdelek biti zapakiran v tubici in še dodatno v škatlici. Malo nižji delež anketirank (34 %) meni, da mora biti kozmetični izdelek v posodici in še dodatno v škatlici. Nekaj manj kot četrtina (17 %) jih meni, da mora biti izdelek v tubici, najmanj (6 %) pa jih je mnenja, da mora biti izdelek v posodici. Pod »Drugo« je ena anketirana učenka zapisala še, da mora imeti lepo embalažo. Zdi se mi, da ima vsaka embalaža svoje prednosti in slabosti. Kremo v posodici lahko porabimo do konca, medtem ko kreme v tubici še nekaj ostane in je ne porabimo do konca. Vseeno pa se mi zdi bolj higiensko uporabljati kreme v tubici, saj ne moremo v kremo vnašati bakterij s svojih rok, tako kot jih lahko v kremo, ki je v posodici. Po mojem mnenju pa mora biti vsaka krema v škatlici, iz katere lahko razberemo dodatne podatke o kremi, ki drugače ne morejo biti zapisani na posodici ali tubici.

Moja šesta hipoteza se je glasila, *da več kot 40 % anketiranih učenk meni, da dolgotrajna uporaba kozmetičnih izdelkov lahko poškoduje kožo.*

Dobljeni rezultati (grafikon 7) nam prikazujejo, da polovica (50 %) anektiranih učenk meni, da dolgotrajna uporaba kozmetičnih izdelkov lahko škoduje koži, več kot četrtina (35 %) jih ne ve in najmanj (15 %) jih meni, da lahko. Osebno menim, da s pravilno nego kože, pravilno izbiro kozmetičnih izdelkov in včasih s kakšnim nasvetom dermatologa ali kozmetičarke ne moremo škodovati koži. Kozmetičarka je povedala, da dolgotrajna uporaba določenih kozmetičnih izdelkov lahko potencialno povzroči poškodbe kože ali druge negativne učinke, še posebej če, niso primerni za naš tip kože, se uporabljajo pretirano ali nepravilno ali niso dermatološko testirani. Na podlagi tega ponovno lahko vidimo, kako pomembno je dobro poznavanje kozmetičnih izdelkov, ki jih uporabljamo.

Na podlagi dobljenih rezultatov lahko **potrdim** mojo šesto hipotezo, saj 50 % anketiranih učenk meni, da lahko dolgotrajna uporaba kozmetičnih izdelkov škoduje koži.

Moja sedma hipoteza se je glasila, *da je več kot 60 % anketiranih učenk po uporabi izdelka na koži opazilo pozitivne spremembe in še niso opazile alergijske reakcije po uporabi kozmetičnega izdelka.*

Dobljeni rezultati grafikona 8 nam prikazujejo, da je večina (66 %) anketirank po uporabi kozmetičnega izdelka opazila spremembo. Predpostavila sem, da je ta sprememba bila pozitivna, zato sem anketiranke, ki so na prejšnje vprašanja odgovorile z »DA« vprašala, kakšna je bila sprememba. Dobljeni rezultati, opisani v poglavju rezultatov, so pokazali, da je velika večina (89 %) anketiranih učenk opazila pozitivno spremembo, kar je dobro.

Nekatere učenske so po uporabi kakšnega izdelka opazile alergijsko reakcijo oz. neželeni učinek in so zato pri izbiri zdaj bolj previdne. Prav zato sem jih vprašala, ali so že zasledile alergijsko reakcijo na svoji koži. Že v poglavju rezultatov sem omenila, da velika večina (74 %) anketirank na svoji koži še ni opazila alergijske reakcije. Preostalemu deležu anketirank (26 %), ki so odgovorile z »DA«, se je pojavilo še podvprašanje, kako so to alergijsko reakcijo odpravile. Največ anketirank (59 %) je prenehalo uporabljati kozmetični izdelek, ki je reakcijo povzročil, nekaj več kot četrtnina (32 %) je začela uporabljati drug izdelek in najmanj učenk (9 %) je obiskalo zdravnika, ki je predpisal zdravilo. V tem primeru se mi zdi najbolj primeren ukrep obisk zdravnika, saj v nobenem primeru ne vemo, za kako resno alergijsko reakcijo gre in kaj je potrebno, da jo ublažimo.

Na podlagi dobljenih rezultatov lahko mojo sedmo hipotezo **potrdim**, saj je 66 % anketiranih učenk na koži opazilo spremembo, 89 % jih pravi, da je le-ta bila pozitivna in 74 % še ni opazilo alergijske reakcije na svoji koži.

Moja osma hipoteza se je glasila, *da je manj kot 40 % anketiranih učenk pomemben kriterij cena in za kozmetične izdelke mesečno porabijo med 20 € in 40 €.*

Kot je že zapisano v poglavju »Rezultati«, je več kot polovici (59 %) anketiranih učenk pomemben kriterij pri kupovanju kozmetičnih izdelkov cena. Tudi jaz se strinjam s tem, da je cena pomemben kriterij. Kljub temu pa osebno dajem prednost kvaliteti oz. temu, da je izdelek primeren za moj tip kože. V kolikor takšen izdelek stane več, sem to tudi pripravljena plačati.

Predvidela sem tudi, da anketiranke mesečno za kozmetične izdelke porabijo nekje med 20 in 40 €, kar je po mojem mnenju še sprejemljiv znesek. Manj kot polovica (47 %) mesečno za kozmetiko porabi od 10 do 20 €, nekaj manj kot četrtnina (18 %) jih porabi manj kot 10 €, nekaj manj (14 %) pa jih porabi od 20 do 40 €. Najmanj anketirank (11 %) porabi več kot 40 €. Manjši

delež anketirank (9 %) pa je pod »Drugo« zapisalo še 0 € (4-krat), 100 € (1-krat) in ne vem (1-krat). Tudi intervjuvana kozmetičarka pravi, da je cena lahko eden od dejavnikov pri izbiri kozmetičnih izdelkov, vendar ni nujno najbolj pomemben, saj ko gre za nego kože je pomembnejša izbira izdelka, ki je primeren za naš tip kože. Seveda pa cena včasih odraža kakovost in učinkovitost, vendar to ne pomeni, da dražji izdelek vedno pomeni boljšo izbiro.

Na podlagi dobljenih rezultatov lahko mojo osmo hipotezo **ovržem**, saj je 59 % anketirank pomemben kriterij cena, za kozmetične izdelke pa jih mesečno le 14 % porabi od 20 do 40 €.

Moja deveta hipoteza se je glasila, *da so več kot 50 % anketiranih učenk za uporabo kozmetičnih izdelkov navdušile prijateljice.*

Kot sem omenila že v opisu pod grafikonom, so največ anketirank (35 %) za kozmetične izdelke navdušile prijateljice, nekaj manj (31 %) jih pravi, da družina oz. sorodniki, najmanj (12 %) pa proizvajalci z reklamami. Manjši delež anketirank je označilo odgovor, da jih je navdušil nekdo drug, kjer so zapisale: nihče (6-krat), družbena omrežja, splet, influencerji (5-krat), mama, sestrična (2-krat) in kozmetičarka (1-krat). Menim, da se je večina anketirank srečala s kakšno kremo, čistilnim gelom, serumom ... prvič, ko je na obrazu zasledila mozolj oz. drugo spremembo. Kar se tiče dekorativne kozmetike, pa so verjetno opazile starejšo sestro, mamo ali pa celo vrstnice, ki so bile naličene.

Na podlagi dobljenih rezultatov moram mojo deveto hipotezo **ovreči**, saj so le 35 % anketirank za kozmetiko navdušile prijateljice.

V nadaljevanju bom predstavila rezultate, ki sem jih pridobila z eksperimentalnim delom svoje raziskovalne naloge. Kreme, ki sem jih vključila v tri teste, sem izbrala na podlagi izvedene spletne ankete. Kot sem že omenila so moje anketiranke v spletni anketi izbrale, da najpogosteje uporabljajo znamki Nivea in CeraVe.

Moja deseta hipoteza se je glasila, *da je večina krem za obraz tipa O/V, kar kaže popolno mešanje kreme z destilirano (prečiščeno) vodo.*

Pri tem testu sem ugotavljala tip kreme (O/V ali V/O). Rezultati le-tega so pokazali, da so štiri kreme od petih (Nivea Visage, Nivea aqua efect z ZF 30, Nivea refreshing ZF 15, CeraVe ZF 30) tipa O/V (hidrofilne), ena (CeraVe vlažilna nega za obraz) pa tipa V/O. Tip kreme sem ugotovila na podlagi tega, kako se je posamezna krema mešala z vodo. Hidrofilne so se z vodo zmešale zlahka, medtem ko je pri raztopini hidrofobne kreme na vodi nastala plavajoča emulzija.

Na podlagi dobljenih rezultatov lahko mojo hipotezo **potrdim**, saj so 4 kreme od 5 hidrofilne (tipa O/V).

Moja enajsta hipoteza se je glasila, *da se vodotopna barvila v primeru kreme tipa O/V enakomerno obarvajo, v sistemih tipa V/O pa so vidne makroskopske kapljice.*

Tudi s pomočjo tega testa sem ugotavljala tipe posameznih krem. Uporabila sem dve različni barvili: metilensko modro, ki je kemična spojina in zeleno jedilno barvilo z aromo mete. Pri poskusu z zelenim jedilnim barvilom z aromo mete se je površina hidrofilnih krem (Nivea Visage dnevna vlažilna krema za obraz, Nivea aqua efect dnevna nega z ZF 30, Nivea refreshing ZF 15, CeraVe vlažilna nega za obraz ZF-30) enakomerno obarvala. Pri kremi CeraVe vlažilni kremi za obraz pa so na površini bile vidne makroskopske kapljice, kar kaže na to, da je krema hidrofobna. Pri uporabi vodne raztopine metilensko modro pa sem opazila drugačne rezultate, namreč na površini hidrofilnih krem so nastale makroskopsko vidne kapljice, površina hidrofobne kreme pa se je obarvala. Do razlik je po mojih predvidevanjih prišlo zaradi različnih sestavin, ki jih vsebujeta barvili.

Na podlagi dobljenih rezultatov lahko mojo enajsto hipotezo **potrdim**, saj se je kljub razlikam pri testih CeraVe vlažilna krema za obraz izkazala za hidrofobno, saj so bili njeni rezultati drugačni od rezultatov ostalih krem v obeh poskusih.

Moja dvanajsta hipoteza se je glasila, *da vodne raztopine krem prevajajo električni tok in da je prevodnost krem tipa O/V večja od prevodnosti destilirane (prečiščene) vode, prevodnost krem tipa V/O pa manjša od prevodnosti destilirane vode.*

Kot sem opisala že v poglavju Rezultati eksperimentalnega dela sem destilirani vodi in posamezni vodni raztopini kreme izmerila električno prevodnost. Vsako meritev sem ponovila trikrat in izračunala povprečje. Glede na izračunano povprečje lahko sklepamo, da so kreme Nivea Visage dnevna vlažilna krema za obraz, Nivea aqua efect dnevna nega z ZF 30, Nivea refreshing ZF 15, CeraVe vlažilna nega za obraz ZF-30 tipa O/V (hidrofilne), saj je električna prevodnost le-teh večja od električne prevodnosti destilirane vode. Krema CeraVe vlažilna krema za obraz pa se je tako kot pri ostalih dveh testih izkazala za izjemo, saj ima v tem primeru manjšo električno prevodnost kot destilirana voda, zato je tipa V/O (hidrofobna).

Na podlagi dobljenih rezultatov lahko mojo dvanajsto hipotezo **potrdim**, saj imajo kreme tipa O/V večjo prevodnost kot destilirana voda, medtem ko je prevodnost krem tipa V/O manjša od destilirane.

Čeprav so nekatere kreme namenjene tako dnevni kot nočni negi, se mi zdi boljše, da jih uporabljamo le čez noč, saj dajejo »lahek« občutek koži, je ne obtežujejo in imajo hladilni učinek. Te emulzije se uporabljajo tudi za zaščitne kreme za roke, pene v spreju, »roll-on« antiperspirante, regeneratore za lase, negovalne kreme, vlažilne kreme, mleko in čistilno mleko, »selftanning« kreme in mleka, kreme proti gubam ...

5.0 ZAKLJUČEK

V okviru svoje raziskovalne naloge sem pridobila veliko novega (teoretičnega in empiričnega) znanja o kozmetiki in njeni uporabi. Izvedela sem, kakšno obrazno kozmetiko uporabljajo starejše osnovnošolke, kako pogosto jo uporabljajo, ali se pozanimajo o sestavinah v izdelku, ali se s kom posvetujejo in ali poznajo večino oznak na kozmetičnih izdelkih. Zato sem vesela, da sem se lotila raziskovanja te teme, saj sem tako našla odgovore na nekatera vprašanja, ki so me zanimala.

V eksperimentalni del sem vključila obrazne kreme znamk, za katere sem v anketi ugotovila, da jih starejše osnovnošolke najpogosteje uporabljajo.

Na podlagi empiričnega dela raziskovalne naloge sem prišla do naslednjih spoznanj in zaključkov:

- da se nekaj manj kot polovica anketirank (41 %) pred uporabo kozmetičnega izdelka prepriča o vsebini, uporabi in sestavinah v izdelku;
- da se več kot polovica anketirank (51 %) pred uporabo izdelka z nekom o sestavinah in uporabi posvetuje;
- da večina anketirank (70 %) pozna večino oznak na kozmetičnih izdelkih;
- da večina anketirank (67 %) ne obiskuje kozmetičnih salonov;
- da polovica anketirank meni, da lahko dolgotrajna uporaba kozmetičnih izdelkov škoduje koži;
- da je več kot polovici anketirank (59 %) pomemben kriterij pri izbiri kozmetike cena;
- da so 4 od 5 vključenih krem, na katerih sem opravila test razredčevanja, obarvanja in merjenje električne prevodnosti, hidrofilne (tip O/V).

Dobljeni rezultati kažejo na to, da imajo starejše osnovnošolke osnovno znanje o uporabi kozmetičnega izdelka, ki bi se še dalo izboljšati. Pri tem mislim na pogovore s kozmetičarko, ko jo obišejo v salonu, da jim podrobneje predstavi, kaj je za njihovo kožo pri takšni starosti primerno in kaj ne. Velik vpliv imajo tudi socialna omrežja, kjer se pojavljajo vsebine o kozmetiki, zato imamo včasih napačen pristop do izdelkov in jih izbiramo brez posveta s kakšnim strokovnim delavcem.

Želim si, da bi moja raziskovalna naloga dosegla čim širši krog najstnic, da bi ugotovile, ali izbirajo prav ali ne in ali je potreben posvet s strokovnim delavcem pred nakupom izdelka.

Ker želim to temo čim bolj približati mladostnicam, sem svojo raziskovalno nalogo predstavila sošolkam pri razredni uri, da smo se o tej temi tudi pogovorile. Moja predstavitev se jim je zdela zelo zanimiva in je prispevala k temu, da so učenke malo razmislili o svojih navadah in znanju na tem področju. Pomembno je, da se vsako dekle zaveda, da ima drugačen tip kože kot njene sovrstnice. To pomeni, da ima vsaka koža drugačne potrebe, zato ne smejo biti družbena omrežja, sorodniki ali prijatelji dejavniki, ki bi vplivali na izbiro kozmetičnih izdelkov.

Moja raziskovalna naloga odpira še dodatna vprašanja za nadaljnje raziskovanje, in sicer bi bilo zanimivo na podoben način raziskati, kako je z uporabo obrazne kozmetike pri srednješolkah in primerjati, če prihaja do večjih razlik na tem področju.

Svojo raziskovalno nalogo želim zaključiti z mislijo kozmetičarke, ki ni pomembna le za izbiro kozmetičnega izdelka, ampak se mi zdi, da je dobra popotnica za življenje. Povedala je namreč, da je cena lahko eden od dejavnikov pri izbiri kozmetičnih izdelkov, ne sme pa biti najpomembnejši, ker ko gre za nego kože, je najpomembnejše, da izberemo izdelke, ki nam ustrezajo, ne pa tistih, ki so najcenejši ali najdražji. Seveda pa cena včasih odraža kakovost in učinkovitost, vendar to ne pomeni, da dražji izdelek vedno pomeni boljšo izbiro, saj je pomembno, da za svojo kožo skrbimo in jo pravilno negujemo.

6.0 LITERATURA

- *INCI: Kako pravilno beremo nalepke na kozmetičnih izdelkih za ozaveščeno nakupovanje.* Dostopno na: <https://zabrisigubice.si/inci-kako-pravilno-beremo-nalepke-na-kozmeticnih-izdelkih-za-ozavesceno-nakupovanje/>, sneto dne: 5. 11. 2024.
- *Kaj so kreme in kakšne uporabiti?* Dostopno na: <https://www.abczdravja.si/dermatologija-koza-lasje-nohti/kaj-so-kreme-in-kaksne-uporabiti/>, sneto dne: 15. 11. 2024.
- *Kozmetični izdelki.* Dostopno na: <https://www.gov.si teme/kozmeticni-izdelki/>, sneto dne: 15. 10. 2024.
- *Kozmetika.* Dostopno na: <https://juventina.si/postopek/kozmetika/>, sneto dne: 28. 10. 2024.
- *Koža – zgradba in funkcija.* Dostopno na: <https://www.naravni-koticek.si/blog/zgradba-in-funkcija-koze/>, sneto dne: 13. 11. 2024.
- *Označevanje kozmetičnih izdelkov.* Spletna stran GZS - Združenje kemijske industrije. Dostopno na: <https://www.gzs.si/lepota-kozmetike/vsebina/Varnost-je-pomembna/Kozmetika-in-samopodoba>, sneto dne: 5. 11. 2024.
- Šuligoj, A. (2019). *Kozmetika in kozmetični izdelki: Zavezniki ali sovražniki?* Dostopno na: <https://www.cakalnedobe.si/nasvet/kozmetika-in-kozmeticni-izdelki-zavezniki-ali-sovrazniki/>, sneto dne: 17. 10. 2024.
- *Uredba o kozmetičnih izdelkih(ES) št. 1223/2009 Evropskega parlamenta in Sveta z dne 30. novembra 2009 o kozmetičnih izdelkih (prenovitev) (Besedilo velja za EGP).* Dostopno na: <https://www.gov.si teme/kozmeticni-izdelki/>, sneto dne: 8. 10. 2024.
- *Zaupanje v kozmetiko.* Spletna stran GZS - Združenje kemijske industrije. Dostopno na: <https://www.gzs.si/lepota-kozmetike/vsebina/Varnost-je-pomembna/Kozmetika-in-samopodoba>, sneto dne: 10. 10. 2024.
- *Znanost, ki se skriva za kozmetiko.* Spletna stran GZS - Združenje kemijske industrije. Dostopno na: <https://www.gzs.si/lepota-kozmetike/vsebina/Varnost-je-pomembna/Kozmetika-in-samopodoba>, sneto dne: 10. 11. 2024.

7.0 PRILOGA

- Priloga 1: Anketni vprašalnik o uporabi kozmetike za dekleta
- Priloga 2: Zapis intervjuja s kozmetičarko

Priloga 1:

ANKETNI VPRAŠALNIK O UPORABI KOZMETIKE ZA DEKLETA

(7. – 9. razred)

Pozdravljeni,

sem Alina iz 9. razreda OŠ Sveti Jurij. V letošnjem šolskem letu želim raziskati, koliko dekleta tretje triade vedo o kozmetiki in kozmetičnih izdelkih in koliko jo uporabljajo. Anketa je anonimna, zato vas prosim, da ste pri odgovarjanju iskrene. Hvala za vaše sodelovanje in čas.

Kateri razred obiskuješ?

a) 7. razred b) 8. razred c) 9. razred

Katero osnovno šolo obiskuješ?

- a) OŠ Sveti Jurij b) OŠ Kuzma c) OŠ Puconci d) OŠ Črenšovci e) OŠ III Murska Sobota
f) OŠ Tišina g) OŠ Miška Kranjca Velika Polana h) OŠ Janka Padežnika Maribor
i) Drugo (prosim napiši): _____

1. Kateri kozmetični izdelek za obraz, ki je naveden spodaj, uporabljaš najpogosteje? (Izberite en odgovor.)

- a) Krema.
b) Serum.
c) Maske za obraz.
d) Olja za obraz.
e) Drugo (prosim napiši): _____

2. Ali se pred uporabo izdelka prepričaš o vsebini, uporabi in sestavinah v izdelku? (Izberi en odgovor.)

- a) Da. b) Ne. c) Občasno.

3. Kako pogosto uporabljaš kozmetične izdelke za obraz? (Izberi en odgovor.)

- a) Vsak dan, zjutraj in zvečer.
b) Vsak dan, samo zjutraj.
c) Vsak dan, samo zvečer.
d) 3 do 6-krat na teden.
e) Manj kot 3-krat na teden.
f) Jih sploh ne uporabljam.

4. *Ali se s kom posvetuješ o uporabi in sestavinah kozmetičnih izdelkov? (Izberi en odgovor.)*
a) DA. b) NE.

4.a) Če si izbral odgovor DA, napiši s kom se posvetuješ?

5. *Ali poznaš oznake na kozmetičnih izdelkih? (Izberi en odgovor.)*
a) DA, poznam vse oznake.
b) DA, poznam večino oznak.
c) NE poznam oznak.

6. *Ali obiskuješ kozmetične salone? (Izberi en odgovor.)*
a) DA. b) NE.

6.a) Če si izbrala odgovor DA, oceni, kako pogosto obiskuješ kozmetične salone? (Izberi en odgovor.)

- a) Nekajkrat tedensko.
b) Nekajkrat mesečno.
c) Nekajkrat na leto.
d) Drugo (prosim napiši): _____

6.b) Katere storitve izbiraš v kozmetičnih salonih? (Izberi en odgovor.)

- a) Pedikura.
b) Manikira.
c) Nega obraza.
d) Drugo (prosim napiši): _____

7. *Katere trgovine najpogosteje izbiraš za nakup kozmetike? (Izberi en odgovor.)*

- a) Müller.
b) DM.
c) Notino.
d) Tuš drogerija.
e) Drugo (prosim napiši): _____

8. *Ali kozmetiko kupuješ tudi v lekarnah? (Izberi en odgovor.)*

- a) DA. b) NE.

9. *Ali meniš, da lahko dolgotrajna uporaba kozmetike škoduje koži? (Izberi en odgovor.)*

- a) DA. b) NE. c) NE VEM.

10. *Ali si na svoji koži opazila spremembo po uporabi kozmetičnega izdelka? (Izberi en odgovor.)*

- a) DA. b) NE.

10. a) Če da, je ta sprememba bila pozitivna ali negativna? (Izberi en odgovor.)

- a) Pozitivna.
b) Negativna.

11. Ali si kdaj zasledila alergijsko reakcijo po uporabi kozmetičnega izdelka? (Izberi en odgovor.)

- a) DA.
- b) NE.

11.a) Če da, kako si alergijsko reakcijo odpravila? (Izberi en odgovor.)

- a) Obiskala sem zdravnika, predpisal je zdravilo.
- b) Prenehala sem uporabljati kozmetični izdelek, ki je reakcijo povzročil.
- c) Začela sem uporabljati drug izdelek.

12. Ali je pri nakupu kozmetike pomemben kriterij cena? (Izberi en odgovor.)

- a) DA. b) NE.

13. Kolikšen znesek mesečno porabiš za kozmetične izdelke za obraz? (Izberi en odgovor.)

- a) Manj kot 10 €.
- b) 10 – 20 €.
- c) 20 – 40 €.
- d) Več kot 40 €.
- e) Drugo (prosim napiši): _____ .

14. Kozmetiko katerega spodaj navedenega proizvajalca uporabljaš najpogosteje? (Izberi en odgovor.)

- a) Afrodita.
- b) Nivea.
- c) L'Occitane.
- d) CeraVe.
- e) Garnier.
- f) Drugo (prosim napiši): _____

15. Kdo te je "navdušil" za uporabo kozmetičnih izdelkov? (Izberi en odgovor.)

- a) Prijateljice.
- b) Proizvajalci z reklamami.
- c) Družina/sorodniki.
- d) Nekdo drug (prosim napiši): _____

16. Je embalaža kozmetičnega izdelka pomembna? (Izberi en odgovor.)

- a) DA. b) NE.

16.a) Če da, kako mora biti kozmetični izdelek zapakiran? (Izberi en odgovor.)

- a) Izdelek mora biti v posodici.
- b) Izdelek mora biti v tubici.
- c) Izdelek mora biti v posodici in še dodatno v škatlici.
- d) Izdelek mora biti v tubici in še dodatno v škatlici.
- e) Drugo (napiši): _____

Priloga 2: ZAPIS INTERVJUJA S KOZMETIČARKO

1. Ali se nam lahko na kratko predstavite in opišete, kako poteka vaše delo?

Sem Doroteja. Kot kozmetičarka imam ključno vlogo pri negi kože, izboljšanju njenega videza in svetovanju glede lepotnih rutin. Moje delo je namenjeno izboljšanju počutja strank ter reševanju težav, povezanih z njihovo kožo, nohti in splošno estetiko. Delo kozmetičarke je zelo raznoliko, a običajen proces vključuje naslednje običajne korake: posvet s stranko, priprava na tretma, izvajanje tretmajev, svetovanje po tretmaju ter skrb za stranke, da zgradimo lep odnos in da se stranke ob obisku počutijo dobro in sproščeno.

2. Ali vaš kozmetični salon obiskujejo tudi osnovnošolke ter kako pogosto in katere storitve izbirajo?

Da, tudi osnovnošolke obiščejo kozmetični salon, vendar ne tako pogosto kot starejše stranke. Njihovi obiski so običajno bolj priložnostni in pogosto povezani z osnovno nego kože ali posebnimi dogodki (ličenje, vihanje trepalnic, barvanje in oblikovanje obrvi ...).

3. Je dobro, da se pred uporabo kozmetičnega izdelka posvetujemo z nekom in se seznanimo z navodili o uporabi ter s sestavinami?

Da, pred uporabo kozmetičnega izdelka je zelo priporočljivo, da se posvetujete z nekom, ki ima znanje o kozmetiki ter se seznanite z navodili za uporabo in s sestavinami. To lahko prepreči morebitne težave, kot so draženje kože, alergijske reakcije ali nepravilna uporaba izdelka.

4. S kakšnimi težavami se najpogosteje k vam zatečejo najstnice?

Najstnice se pogosto zatečejo po nasvet glede težav, povezanih s kožo in ličili. Hormonske spremembe med puberteto so pogost vzrok za različne izzive, npr. mastna in aknasta koža, občutljiva in suha koža, zamašene pore ter ogrci, nepravilna uporaba ličil, nevednost glede sestavin ...

5. Je pomembno tudi, da poznamo oznake na kozmetičnih izdelkih?

Ja, zelo pomembno je, da razumemo oznake na kozmetičnih izdelkih, saj nam te pomagajo izbrati varne in primerne izdelke za naš tip kože ter specifične potrebe.

6. Katere izdelke po navadi priporočite najstnicam in zakaj?

Za nego kože najstnic so pomembni nežni in osnovni izdelki, ki so prilagojeni njihovim specifičnim potrebam, kot so hormonske spremembe, mastna koža, akne ali občutljivost.

7. *Ali dolgotrajna uporaba kozmetičnih izdelkov lahko poškoduje kožo?*

Da, dolgotrajna uporaba določenih kozmetičnih izdelkov lahko potencialno povzroči poškodbe kože ali druge negativne učinke, še posebej če vsebujejo škodljive sestavine, niso primerni za vaš tip kože, se uporabljajo pretirano ali nepravilno, izdelki niso dermatološko testirani. Tveganja zmanjšamo tako, da izberemo izdelke, primerne za svoj tip kože, absolutno preverimo sestavine v izdelkih, z rednim čiščenjem kože in uporabo SPF faktorja.

8. *Je po vašo pomoč prišla najstnica, ki je po uporabi izdelka na koži opazila morebitno alergijsko reakcijo in kako ste ukrepali?*

Ne, k meni zaenkrat še ni prišla nobena najstnica z alergijsko reakcijo.

9. *Je pomembno, da je kriterij pri izbiri kozmetičnih izdelkov cena?*

Cena je lahko en dejavnik pri izbiri kozmetičnih izdelkov, vendar ni nujno najbolj pomemben. Ko gre za nego kože, je najpomembnejše, da izbereš izdelke, ki so primerni za tvoj tip kože in njene potrebe, ne pa zgolj tiste, ki so najcenejši ali najdražji. Seveda pa cena včasih odraža kakovost in učinkovitost, vendar to ne pomeni, da dražji izdelek vedno pomeni boljšo izbiro.

10. *Kakšna je pravilna nega obraza?*

Pravilna nega obraza vključuje več korakov, ki pomagajo ohranjati kožo zdravo, svežo in mladostno. Najprej čiščenje, toner, serum, krema okoli oči, vlažilna krema, zaščita pred soncem s SPF faktorjem ter piling, ki je priporočljiv enkrat do dvakrat na teden. Za dodatno nego lahko vključuješ tudi maske za obraz, ki pomagajo osvežiti kožo, vlažiti ali pomiriti specifične težave, kot so vnetje ali suhost. Seveda je vsak tip kože edinstven, zato je pomembno, da izbereš izdelke, ki ustrezajo tvoji koži in njenim potrebam.

11. *S kom bi se po vašem mnenju morale osnovnošolke posvetovati o pravilni negi kože, uporabi kozmetičnega izdelka, sestavinah v njem in nenazadnje tudi o pasteh kozmetike?*

Osnovnošolke bi se o pravilni negi kože, uporabi kozmetičnih izdelkov, sestavinah in pasteh kozmetike morale posvetovati z zaupanja vrednimi in strokovno usposobljenimi osebami. Pomembno je, da dobijo informacije iz zanesljivih virov, da se izognejo napačni uporabi izdelkov ali pretiranemu vplivu družbenih omrežij.