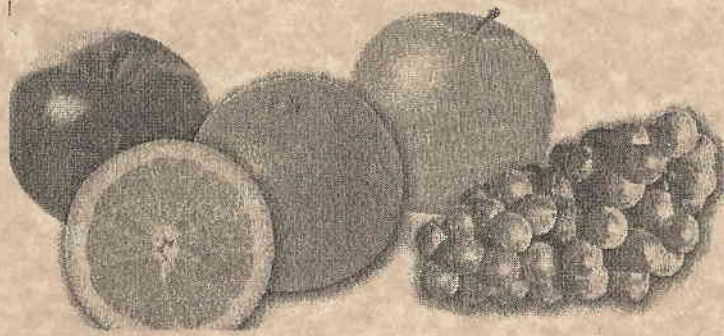


ΑΝΩΤΑΤΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΣΧΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ ΣΤΗΝ ΚΟΣΜΕΤΟΛΟΓΙΑ



ΕΙΣΗΓΗΤΗΣ: Δρ. ΔΟΥΚΑΣ ΧΡΗΣΤΟΣ
ΣΠΟΥΔΑΣΤΡΙΑ: ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΘΕΟΔΩΡΑ

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 2003

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

A. ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....	3
B. Βιταμίνες στην κοσμετολογία.....	4
B.1 ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	4
B.2 Ονομασία και ταξινόμηση των βιταμινών.....	4
B.2.1 ΛΙΠΟΔΙΑΛΥΤΕΣ ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ.....	6
B.2.1.1 ΒΙΤΑΜΙΝΗ Α (Ρετινόλη).....	6
B.2.1.2. ΒΙΤΑΜΙΝΗ D (καλσιφερόλη).....	12
B.2.1.3 ΒΙΤΑΜΙΝΗ Κ.....	16
B.2.1.4. ΒΙΤΑΜΙΝΗ Ε.....	20
B.2.2.2 ΒΙΤΑΜΙΝΗ Β2 ή Ριβοφλαβίνη.....	26
B.2.2.4 ΒΙΤΑΜΙΝΗ Β12 (κυανό – κοβαλαμίνη).....	32
B.2.2.6 ΒΙΤΑΜΙΝΗ Β5 (ΠΑΝΤΟΘΕΝΙΚΟ ΟΞΥ).....	39
B.2.2.7 ΒΙΤΑΜΙΝΗ C.....	41
B.2.2.9 Φολλικό οξύ.....	49
B.2.3 ΨΕΥΔΟΒΙΤΑΜΙΝΕΣ.....	51
B.2.3.1 Βιταμίνη Ρ (βιοφλαβονοειδή).....	51
B.2.3.2 Η βιταμίνη Β-13 ή οροτικό οξύ.....	52
B.2.3.3 Βιταμίνη Β15 (παγκαμικό οξύ).....	52
B.2.3.4 Βιταμίνη Β17 (αμυγδαλίνη).....	52
B.2.3.6 Βιταμίνη Β-Τ (καρνιτίνη).....	52
B.2.3.7 Λιποϊκό οξύ.....	53
B.2.3.8 Παρα-αμινοβενζοϊκό οξύ ή ΡΑΒΑ.....	53
B.2.3.9 Συνένζυμο Q.....	53
Γ. ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΠΡΟΣΘΗΚΗΣ ΒΙΤΑΜΙΝΩΝ ΣΕ ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ.....	53
Γ.1 Καλλυντικά Παρασκευάσματα με την προσθήκη.....	54
Των Βιταμινών.....	54
Γ.1.1. Αποτοξινωτικό λάδι (εσσανς).....	54
Γ.1.2. Ενυδατικό λάδι (εσσανς).....	54
Γ.1.3. Λαδί αδυνατίσματος (εσσανς).....	54
Γ.1.4. Συσφιχτικό Λάδι (εσσανς).....	55
Γ.1.5. Θρεπτική κρέμα με λάδι avocado.....	55
Γ.1.6. Θρεπτική κρέμα με κολλαγόνο.....	55
Γ.1.7 ΚΡΕΜΑ ΑΝΤΙΓΗΡΑΝΣΗΣ (ΑΝΤΙ-ΕΤΑ΄).....	56
Γ.1.8. ΒΙΤΑΜΙΝΟΥΧΑ ΚΡΕΜΑ (CREMA VITAMINICA).....	56
Δ. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ.....	57
Ε. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	58

A. ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Για την κανονική λειτουργία, ανάπτυξη και αναπαραγωγή του ο ανθρώπινος οργανισμός, εκτός από τις πρωτεΐνες, τα λίπη, τους υδατάνθρακες και τα ανόργανα στοιχεία, έχει απόλυτη ανάγκη και από ορισμένες άλλες οργανικές ουσίες αν και σε πολύ μικρότερες ποσότητες. Οι ουσίες αυτές βρίσκονται στα τρόφιμα και η λήψη τους μέσω της διατροφής είναι απαραίτητη λόγω του ότι στις περισσότερες περιπτώσεις ο οργανισμός δεν μπορεί να τις συνθέσει.

Οι ουσίες αυτές είναι βασικές για την διεκπεραίωση σημαντικών λειτουργιών στον οργανισμό. Μερικές είναι απαραίτητες για την μετατροπή των μακροδιατροφικών συστατικών (πρωτεΐνες, υδατάνθρακες, λίπη) σε ενέργεια. Άλλες είναι απαραίτητες προκειμένου να γίνει η απορρόφηση άλλων θρεπτικών συστατικών, όπως του ασβεστίου και του σιδήρου. Ιδιαίτερα σημαντικές είναι και οι αντιοξειδωτικές ιδιότητες πολλών από αυτές τις ενώσεις, οι οποίες ασκούν προστατευτική δράση έναντι των οξειδώσεων.

Στις οργανικές αυτές ουσίες δόθηκε η ονομασία «Βιταμίνες», ένας σχετικά νέος όρος που χρησιμοποιήθηκε για πρώτη φορά το 1912 από τον CASIMIR FUNK. Ο Funk τάιζε με αποφλοιωμένο ρύζι περιστέρια που σύντομα παρουσίασαν μια παραλυτική πάθηση την οποία συσχέτισε με την αλλαγή της διατροφής. Στη συνέχεια παρατήρησε ότι δίνοντας τους φλοιούς του ρυζιού στα περιστέρια γινόταν αποκατάσταση και εξάλειψη της παραλυτικής πάθησης.

Το 1911 ανακάλυψε μια αζωτούχα οργανική ένωση που την χαρακτήρισε σαν αμίνη (amine) και σε συνδυασμό με την ζωτική σημασία που είχε για την ζωή (vita) των περιστεριών την ονόμασε βιταμίνη. Στην αγγλική ορολογία χρησιμοποιήθηκε αρχικά ο όρος «vitamine» αλλά μετά απαλείφθηκε το «e» και έγινε «vitamin» επειδή λίγες βιταμίνες έχουν σχέση από πλευράς χημικής δομής με τις αμίνες.

Οι βιταμίνες περιλαμβάνουν 13 διαφορετικά οργανικά μόρια που το ανθρώπινο σώμα δεν συνθέτει σε επαρκείς ποσότητες. Αν και είναι ετερογενείς σε χημική δομή και λειτουργία, μπορούν να ταξινομηθούν εύκολα σε δύο σημαντικές κατηγορίες, τις υδατοδιαλυτές και τις λιποδιαλυτές. Η ομάδα των υδατοδιαλυτών περιλαμβάνει τις βιταμίνες του συμπλέγματος Β και το ασκορβικό οξύ (Βιταμίνη C). Διαλύονται μόνο στο νερό και εκκρίνονται από το σώμα με αποτέλεσμα να μην προκαλούν υπερβιταμίνωση. Οι υδατοδιαλυτές αποβάλλονται κυρίως με τα ούρα αν και μικρή ποσότητά τους μπορεί να βρεθεί και στα κόπρανα. Η ομάδα των λιποδιαλυτών βιταμινών περιλαμβάνει την βιταμίνη Α, D, Κ, Ε και F. Οι βιταμίνες αυτές καταναλώνονται, απορροφώνται, μεταφέρονται, μεταβολίζονται και αποθηκεύονται μαζί με το λίπος. Δεν αποβάλλονται με τα ούρα σε αξιόλογα ποσά και γι' αυτό μπορούν να συσσωρευτούν στους ιστούς έχοντας τοξικές επιδράσεις.

Η απουσία ή η σχετική έλλειψη μιας ή περισσότερων βιταμινών στη διαίτα πιθανών να οδηγήσει σε μειωμένη ανάπτυξη ή προβληματική αναπαραγωγή ή σε χαρακτηριστικές παθολογικές καταστάσεις που είναι γνωστές ως ασθένειες οφειλόμενες σε διατροφικές ανεπάρκειες. Βέβαια σε εξαιρετικά σοβαρές περιπτώσεις βιταμινικής ανεπάρκειας μπορεί να και επέλθει ακόμη και θάνατος.

Η δράση των βιταμινών στον ανθρώπινο οργανισμό δεν τελειώνει εδώ. Τα τελευταία χρόνια, η κοσμετολογία έχει επικεντρώσει τις έρευνές της στην παραγωγή καλλυντικών με όσο το δυνατόν αποτελεσματικότερη αντιγηραντική δράση, με μεγαλύτερη δυνατότητα διείσδυσης των συστατικών και με καταπραϊντικές για την επιδερμίδα ιδιότητες. Γι' αυτό και τα νέα καλλυντικά είναι εμπλουτισμένα με βιταμίνες και αντιοξειδωτικά συστατικά (βιταμίνη Α, C, φυσικό συνένζυμο Q 10 κ.τ.λ.) που καταπολεμούν τις τοξίνες και τις ελεύθερες ρίζες, οι οποίες είναι υπεύθυνες για την εσωτερική και εξωτερική γήρανση και που δρουν «αποδιοργανώνοντας» τις πρωτεΐνες των κυττάρων, καταστρέφοντας το κολλαγόνο και τα υαλουρονικά οξέα, με αποτέλεσμα η επιδερμίδα να χάνει την ελαστικότητά της, να αλλοιώνεται το χρώμα της και να εμφανίζονται οι λεπτές γραμμές και οι ρυτίδες. Οι πωλήσεις τέτοιων προϊόντων με σύσταση από βιταμίνες, πέραν των άλλων συστατικών, αυξάνουν τις ανάγκες για ολόένα περισσότερα και καλύτερα κοσμετολογικά παρασκευάσματα.