

# Hydrateer je winterhuid

Geen fan van de gure winterse dagen? Je huid ook niet. De lage temperaturen sturen de vochtbalans van je huid danig in de war. Een bodylotion kan op zo'n moment soelaas bieden. Wij onderwierpen er 15 aan een grondige test en namen onze eerdere tests van lippenbalsems en handcrèmes erbij.

Birgit Janssen en Ann Lievens



BESTE VAN DE TEST



BESTE KOOP



**O**f je de gure dagen nu doorbrengt onder een dekentje of de koude trotseert tijdens een winterse wandeling, in beide gevallen kan je huid wel een extraatje gebruiken. Daarom onderwierpen wij 15 bodylotions voor een droge huid aan een grondige test.

### Barrière voor de huid

Wanneer de huid regelmatig wordt blootgesteld aan winterse temperaturen, dan kan de opperhuid, het zichtbare gedeelte van de huid, worden aangetast. De opperhuid bestaat uit honderden poriën waarlangs zweet en talg de huid verlaten. Deze twee stoffen vermengen zich aan de oppervlakte en vormen de hydrolipide laag, die de huid voortdurend hydrateert en beschermt. Net onder de hydrolipide laag bevindt zich de hoornlaag.

“Deze twee laagjes vormen samen een barrière voor de huid”, zegt onze gezondheidsexperte Ann Lievens. “Ze houden de vochtbalans in de huid op peil. We spreken van een droge huid wanneer het vochtpercentage in de hoornlaag minder dan 10 % bedraagt. Bij een intacte huid is dit 10 à 15 %. Het uitzicht van een droge huid zal ook veranderen. Ze oogt ruwer en kan rood zijn en jeuk geven. Ze voelt ook minder soepel aan.”

Hoe snel je huid uit balans raakt, is voor een aanzienlijk deel erfelijk bepaald. Sommige mensen hebben van nature een droge huid. Hun huid heeft een tekort aan talg, waardoor er niet voldoende vetten zijn om het vocht in de huid vast te houden en dat beschermende laagje op te bouwen. Zij hebben dan ook baat bij een dagelijkse bodylotion. Die brengt niet alleen vocht in, maar beschermt de huid ook tegen vochtverdamping en -verlies.

### Bescherming tegen zon en kou

Ook als je een normale huid hebt, kan de vochtbalans van tijd tot tijd verstoord worden. Bijvoorbeeld door winterse temperaturen. Koude vermindert de productie van de talgklieren, waardoor het beschermende laagje uit balans raakt



Deze bodylotion van Lush ziet eruit om op te eten. Letterlijk zelfs. Vermeldingen zoals “Romige crème met banaan-toffee-vanillegeur” dragen daartoe bij.

en het vocht moeilijker kan worden vastgehouden.

Dat is ook wat er gebeurt wanneer de luchtvochtigheid in je woning te laag is – wat ‘s winters al snel gebeurt wanneer de verwarming overuren draait –, wanneer je een heet, lang bad neemt, maar ook wanneer je ouder wordt. Vanaf een zekere leeftijd (rond de zestig jaar bij vrouwen, rond de tachtig bij mannen) neemt de talgproductie af, waardoor het beschermende laagje afbrokkelt.

“Net zoals koude doet ook zon de huid geen deugd. Ze droogt de huid uit. Maar uv-stralen richten ook dieper in de huid schade aan. Gebruik daarom een zonnecrème wanneer je in de zon vertoeft, zelfs in de winter”, adviseert Ann Lievens.

### Niet te vetzig of te kleverig

In al deze situaties kan een bodylotion soelaas brengen. Belangrijk daarbij is natuurlijk dat je een bodylotion gebruikt die je huid ook echt goed hydrateert. Op één exemplaar na, die van Sanex, deden gelukkig alle bodylotions uit onze test dat naar behoren.

Als ze dan toch (bijna) allemaal goed hydrateren, is het beter om voor een product te kiezen dat ook een aangename textuur heeft en niet te kleverig of te vetzig aanvoelt. We lieten daarom alle bodylotions ook testen door dertig vrouwen van verschillende leeftijden. Over het algemeen kwamen de bodylotions ook erg goed uit deze test. Hier en daar was er eentje die iets te vetzig of te kleverig werd bevonden, maar er waren geen grote uitschieters.

### Handen vragen een handcrème

Hoe goed de bodylotions je huid ook hydrateren, sommige lichaamsdelen hebben een andere aanpak nodig. >



## Claims op het etiket Wat is niet toegestaan?

**Sinds 1 juli 2019 is de wetgeving voor claims bij cosmetica verstrengd.** Een goede zaak. Fabrikanten prezen de laatste jaren almaar vaker aan wat er níét in hun producten zat: “zonder parabenen”, “0% siliconen” ... We zagen deze claims om de haverklap opduiken.

**Wat is er mis met zulke claims?** Claims hebben als nut je te informeren over de kenmerken en kwaliteiten van hun producten. Sommige geven je echter misleidende info. Neem bijvoorbeeld “vrij van allergenen”. Wie een gevoelige huid heeft, zou wellicht snel naar zo’n product grijpen. Maar bij cosmetica kun je een allergische reactie nooit voor 100 % uitsluiten. De claim “vrij van parabenen” claim wekt dan weer de indruk dat alle parabenen slecht zijn, terwijl methyl- en ethylparabeen volkomen veilig zijn.

### **Zijn alle claims op cosmetica voortaan verboden?**

Nee. Claims zoals “vrij van alcohol” en “vrij van dierlijke ingrediënten”, die een toegevoegde waarde hebben én correct zijn, mogen nog worden gebruikt. In de nieuwe wet staan tal van voorbeelden van claims die niet meer zijn toegelaten. We betreuren echter dat de vage claims “dermatologisch getest” en “klinisch getest” daar niet tussen staan en dus nog steeds niet duidelijk gedefinieerd zijn. De claim “hypoallergeen” mag nog worden gebruikt wanneer de producent kan aantonen dat hij er alles aan heeft gedaan om het risico op een allergische reactie tot een minimum te beperken.

**Geldt deze aanpassing enkel voor het etiket?** Nee. Producenten mogen deze claims voortaan in geen enkele vorm van communicatie meer gebruiken. Dus ook in affiches, afbeeldingen en televisiereclames zijn ze voortaan verboden.

## Twee body- lotions bevatten stoffen die er niet in thuis- horen

> De handen bijvoorbeeld. Die worden vaker blootgesteld aan lage temperaturen dan de buik of de benen. Je wast ze ook vaker en ze komen frequenter in contact met agressieve producten zoals zeep en schoonmaakmiddelen. En die verwijderen de lichaamseigen vetten, waardoor het beschermlaagje van de huid uit balans raakt. “Voel je dat je handen wat extra hydratatie kunnen gebruiken, dan kan Dove Derma Spa Intensive helpen. Deze handcrème was onlangs onze Beste van de Test”, weet Ann Lievens.



Behalve de handen raken ook de lippen ‘s winters vaak snel uitgedroogd. Dat je daarvoor beter geen bodylotion gebruikt, spreekt voor zich. “Heel wat cosmetica bevatten minerale oliën. In producten die voor de huid bestemd zijn, zoals bodylotions en handcrèmes, kan dat geen kwaad. Anders is het wanneer een deel van het product kan worden ingeslikt, zoals bij lippenbalsems. Minerale oliën doen namelijk koolwaterstoffen ontstaan die, wanneer ze worden ingeslikt, ongewenste effecten kunnen hebben. Er zijn sterke vermoedens dat verzadigde koolwaterstoffen zich opstapelen in de organen en gezwollen kunnen vormen in lymfeklieren, lever en milt, en dat aromatische koolwaterstoffen mogelijk kankerverwekkend zijn”, zegt Ann Lievens.

Of je lippenbalsem koolwaterstoffen bevat, kun je helaas niet zien op de verpakking en ook niet in de ingrediëntenlijst. Wij namen de meest courante lippenbalsems daarom onder de loep. Voor kinderen kunnen we op basis van onze bevindingen de lippenbalsem van Kruidvat aanraden.


### **Goede en slechte parabenen**


Hoewel bodylotions en handcrèmes niet worden ingeslikt, blijven ze wel op de huid achter. Ook daar zien we sommige stoffen dan ook liever niet in opduiken. De bodylotions van Dove en Lush bevatten bijvoorbeeld propylparabeen, dat niet zo onschuldig is. “Parabenen worden wel vaker toegevoegd aan

## BODYLOTIONS VOOR DROGE HUID

	PRIJS		BESCHRIJVING					TESTRESULTATEN						EINDSCORE OP 100
	Verkoopprijs (in euro)	Prijs per liter (in euro)	Inhoud (in ml)	Parfum	Endocriene verstoorders	Allergenen	LABO	EXPERT	TESTPANEL					
							Hydratie	Etikettering	Textuur	Vetigheid	Kleverigheid	Algemene beoordeling		
 <b>EUCERIN</b> pH5 Light lotion	18,42	46,05	400	✓			★★★★	★★★★	★★★★★	★★★★	★★★★	★★★★★	73	
<b>GARNIER ULTRA DOUX</b> Hydraterende bodymilk sublieme oliën	4,99	19,96	250	✓		✓	★★★★	★★★★	★★★★★	★★★★	★★★★	★★★★★	72	
<b>NEUTROGENA</b> Deep moisture bodylotion	11,99	29,98	400	✓			★★★★	★★★★	★★★★★	★★★★	★★★★	★★★★★	71	
<b>HEMA</b> Cucumber bodylotion	2,25	9	250	✓			★★★★	★★★★	★★★★★	★★★★	★★★★	★★★★★	71	
<b>VICHY</b> Ideal body lait-sérum	20,31	101,55	200	✓			★★★★	★★★★	★★★★★	★★★★	★★★★	★★★★★	71	
<b>BIOTherm</b> Lait corporel l'original	20,90	52,25	400	✓		✓	★★★★	★★★★	★★★★	★★★★	★★★★	★★★★	71	
<b>BONI (COLRUYT)</b> Hydraterende bodylotion	1,72	5,73	300	✓			★★★★	★★★★	★★★★	★★★★★	★★★★	★★★★	70	
<b>AVENE</b> TriXera nutrition	17,54	43,85	400	✓			★★★★	★★★★	★★★★	★★★	★★★★	★★★★	69	
 <b>CARREFOUR</b> Hydraterende bodymilk	2,49	4,98	500	✓			★★★★	★★★★	★★★	★★★★	★★★★	★★★★	69	
<b>LA ROCHE-POSAY</b> Lipikar lait	15,28	76,40	200	✓			★★★★	★★★★	★★★★★	★★★★	★★★	★★★★	68	
<b>WELEDA</b> Wilde rozen verwennende bodylotion	14,04	70,20	200	✓		✓	★★★★	★★★	★★★★	★★★★	★★★★	★★★★	67	
<b>NIVEA</b> Body milk zijdezacht 48h	6,69	16,73	400	✓		✓	★★★★	★★★★	★★★★★	★★★★	★★★★	★★★★★	58	
<b>DOVE</b> Essential body lotion	5,79	14,48	400	✓	✓	✓	★★★★	★★★★	★★★★★	★★★★	★★★★	★★★★	55	
<b>SANEX</b> Hydraterende body lotion zero %	4,49	17,96	250	✓			★★★	★★★	★★★★	★★★★	★★★★	★★★★	54	
<b>LUSH</b> Sympathy for the skin	21,50	89,58	240	✓	✓	✓	★★★★	★★★★	★★★★	★★★★	★★★★	★★★★	53	

### OVER DEZE TEST

 de beste resultaten van de test

 de beste prijs-kwaliteitverhouding

★★★★★ zeer goed  Topkwaliteit  
 ★★★★ goed  Goede kwaliteit  
 ★★★ redelijk  Redelijke kwaliteit  
 ★★ zwak  Slechte kwaliteit  
 ★ slecht

Aantal beoordeelde criteria **33**

Prijzen in **oktober 2019**

Budget van deze test **€ 12 000**

Meer info op [www.testaankoop.be/vergelijkbodylotion](http://www.testaankoop.be/vergelijkbodylotion)

cosmetica om de houdbaarheid te verlengen. Ze remmen namelijk de groei van micro-organismen af. Propylparabeen is echter een endocriene verstoorder. Dat wil zeggen dat deze stof inwerkt op je hormonale systeem. Het gebruik ervan wordt afgeraden in producten die je op je huid smeert en op je huid blijven. Dat verklaart de lagere scores van deze producten”, zegt onze experte.

De bodylotion van Nivea bevat butylphenyl metylpropional. Over deze stof bestaat voorlopig geen duidelijkheid. Volgens de eerste studies zou ze schadelijk zijn voor de

voorplanting. Op Europees niveau werd daarom beslist om deze stof voorlopig als onveilig te markeren. “In afwachting van meer duidelijkheid zien wij deze stof dan ook liever niet opduiken”, aldus Ann Lievens.

Wil je je huid dus in topvorm houden, hydrateer haar dan wanneer ze droog aanvoelt. Op [www.testaankoop.be/huidverzorging](http://www.testaankoop.be/huidverzorging) vind je alvast een overzicht van alle crèmes en lippenbalsems die we hebben onderzocht. Wil je meer weten over de verschillende ingrediënten in die producten? Raadpleeg dan ons dossier [www.testaankoop.be/cosmetica](http://www.testaankoop.be/cosmetica). 