

Son ingredientes activos muy utilizados en todo tipo de cosméticos. Las vitaminas ofrecen varios beneficios a la piel como la supresión de la pigmentación y moretones, efectos anti-edad y anti-arrugas, y efectos antioxidantes.

El efecto antioxidante es particularmente valioso ya que los radicales libres generados por luz UV o los contaminantes son neutralizados y no son capaces de dañar las células de la piel. Las vitaminas pueden mejorar significativamente el efecto de los cosméticos. Las vitaminas más utilizadas en los cosméticos son la vitamina A, la vitamina C, la vitamina E y la provitamina B5.

En el proceso de elaboración de los cosméticos se añaden a temperatura ambiente para evitar su alteración.

Según su solubilidad, se clasifican en liposolubles e hidrosolubles.

## VITAMINAS LIPOSOLUBLES

Vitamina A palmitato: Dosis: 0,2-1%.

Ácido retinoico: La dosis en cremas, geles y lociones: 0,01 - 0,1 %.

La Vitamina E acetato (tocoferol): La dosis en cremas y lociones es 0,5 - 5 %.

La Vitamina F: Se emplea del 0,5 al 3 %.

## VITAMINAS HIDROSOLUBLES

Vitamina C: Como antioxidante se adiciona a la fase acuosa en dosis del 0,1 al 1%.

Como fotoprotector se utiliza al 3-5%.

Provitamina B5. Pantenol: La dosis habitual es del 0,5 - 5 %. Es soluble en agua.









