



Par la MJ de Jalhay-Sart

## Atelier cosmétique maison BIO

Y a quoi dans mes produits cosmétiques ?

Utiliser des cosmétiques sans savoir ce qu'il y a dedans, c'est risqué ! Si certains composants de produits cosmétiques sont responsables d'allergies, d'autres sont reconnus ou suspectés d'être des perturbateurs endocriniens ou encore d'être cancérogènes.

*Pourquoi ?*

Tout simplement parce que vous pourriez être surpris(e) par sa composition : huile de palme, huile animale, produits issus de la pétrochimie, parabène, produits de synthèse louches... Ou encore des ingrédients mis en avant sur l'intitulé du produit, alors qu'il n'est présent qu'en très petite quantité dedans !

*Comment analyser une étiquette ?*

Le premier ingrédient inscrit sera l'élément le plus présent dans le produit, le dernier, le moins important.

Il faut savoir que les ingrédients présents à hauteur de > ou = à 1% sont indiqués selon l'ordre voulu de la marque.

Autre truc à savoir : Les 4 ou 5 premiers ingrédients INCI (« International Nomenclature for Cosmetic Ingredients » = nomenclature officielle des matières premières cosmétiques) représentent jusqu'à 95% de la composition d'un produit.

**Ces dernières années, plusieurs applications pour smartphone spécialisées dans le décryptage des étiquettes de produits cosmétiques ont vu le jour, comme CLEAN BEAUTY et COSMETHICS. Ils ont pour objectif de vous aider à déchiffrer la composition de vos produits de beauté.**

Quelques ingrédients controversés reviennent très fréquemment :

1/ PEG (POLYÉTHYLÈNE GLYCOL) : fabriqué à partir de l'oxyde d'éthylène, un gaz très réactif, extrêmement toxique, cancérigène et mutagène. C'est surtout son mode de fabrication et les dangers afférents qui en font aujourd'hui un ingrédient controversé.

2/ PHENOXYETHANOL : conservateur antimicrobien suspecté d'être un perturbateur endocrinien. Il présenterait également un potentiel sensibilisant (urticaire et dermatite).

3/ DISODIUM EDTA : ingrédient qui permet de bien faire mousser les soins lavants. Sa capacité à se lier aux métaux (lourds) et au calcium le rend indésirable pour l'environnement. D'après certaines études scientifiques, il serait très irritant pour les yeux et pourrait être source d'eczéma.

4/ BUTYLHYDROXYTOLUENE (BHT) : conservateur antioxydant, suspecté d'être un perturbateur endocrinien par une partie de la communauté scientifique. D'après certaines études, il induirait des dysfonctionnements et des perturbations au niveau de différents organes - animaux ou humains - et du système hormonal. Certaines études scientifiques montreraient le développement de tumeurs chez les souris. Doté d'un potentiel sensibilisant, il pourrait être responsable d'allergies.

5/ PARAFFINUM LIQUIDUM : Huile issue de la distillation du pétrole après séparation des hydrocarbures combustibles légers (gaz, essence, fuel), elle fait partie de la famille des huiles minérales. Éléments étrangers à la peau, les huiles minérales sont filmogènes. Elles sont aussi occlusives et induiraient, aggraveraient ou prolongeraient l'acné. Cetyl palmitate = ester gras = conditionneur, occlusif = modificateur de rhéologie. (dérivé de l'huile de palme).

6/ Propylparaben = synthétique = conservateur = TRES allergène

## La Recette du « MASQUE À MORT LES BOUTONS »

de M. Bousquet chez [www.aroma-zone.com](http://www.aroma-zone.com)

- 25 ml (5 cuillères à café) d'Argile rouge
- 10 ml (2 cuillères à café) de Glycérine végétale
- 15 ml (3 cuillères à café) d'hydrolat de Lavande
- 5 gouttes d'HE de Tea tree
- 5 gouttes d'HE de Citron
- 5 gouttes d'extrait de Pépins de pamplemousse (Conservateur)

Mode opératoire : Mélanger tous les ingrédients avec une cuillère en bois ou en plastique (pas de métal pour ne pas altérer les propriétés de l'argile).

Utilisation : Appliquer une à deux fois par semaine, laisser poser 15 à 20 minutes puis rincer à l'eau tiède.