

# La cosmétique BIO

**Bons pour la nature, les produits d'hygiène et de beauté bio sont aussi bons pour la peau.**

**Réglementation, certification, label, efficacité, ingrédients, découvrez la beauté en version bio...**

## **PETIT RAPPEL SUR LA PEAU**

La peau est composée de trois couches successives. L'épiderme (1 mm), le derme (3 mm) et l'hypoderme. Comparable à une émulsion, la couche supérieure de l'épiderme est composée d'eau (la sueur) et de graisse (le sébum) qui, mêlés au cholestérol et à la lécithine présentes dans la peau, forment une couche protectrice. L'action d'un produit cosmétique consiste à apporter de l'eau et des corps gras pour préserver ou rétablir, s'il le faut, cet équilibre hydrolipidique.

## **QU'EST-CE QU'UN COSMÉTIQUE ?**

Un cosmétique est une substance permettant de nettoyer, protéger, parfumer, maintenir en bon état le corps humain, de modifier son aspect ou d'en corriger l'odeur. Les cosmétiques sont des produits d'hygiène et d'embellissement.

**Ils sont composés d'un excipient, de principes actifs et d'additifs :**

- un excipient est une substance qui a pour rôle d'accélérer la diffusion du principe actif dans notre épiderme. Les excipients peuvent avoir plusieurs origines. Par exemple, l'amande douce, l'avocat ou le beurre de karité sont des excipients d'origine végétale. Les silicones sont un exemple d'excipient d'origine synthétique.
- le principe actif est, comme son nom l'indique, une substance responsable de l'efficacité du produit. (ex : huiles essentielles, eaux florales, extraits de plantes).

- les additifs sont très variés. Il peut s'agir d'adjuvants (pour colorer, parfumer, faire mousser...) mais aussi de conservateurs ou de colorants.

## EN QUOI UN PRODUIT COSMÉTIQUE BIO EST-IL DIFFÉRENT ?

Les produits d'hygiène et de beauté bio parce qu'ils sont naturels, respectent l'environnement et sont également très bons pour notre peau. Entre réglementation claire et recherche poussée des laboratoires, la cosmétique écologique et biologique offre désormais une très grande qualité à des prix plus que raisonnables. En effet la qualité d'un produit de beauté réside dans les matières de base qui le composent et non dans les principes actifs mis en valeur sur les étiquettes, qui ne représentent généralement qu'un pourcentage infime du total des ingrédients. Contrairement à la cosmétique conventionnelle qui adjoint à ses principes actifs des excipients neutres (huile de paraffine purifiée, sous-produit de la pétrochimie, silicone...), la cosmétique bio utilise des huiles végétales, des eaux florales et des cires naturelles qui font de l'excipient une mine de principes actifs supplémentaires. **Ainsi un cosmétique biologique peut avoir jusqu'à 100 % d'ingrédients actifs.**

**Par ailleurs, les cosmétiques bio ne contiennent pas de matières synthétiques polluantes ou agressives.** Ils ne contiennent notamment pas de silicone (diméthicone, cyclomélicone...), d'huiles minérales (paraffinum, petrolatum...), de PEG (polyéthylène glycole), de parabens (methylparabens, butylparabens...), de colorants et de parfums de synthèse. Leurs emballages sont par ailleurs recyclables. Aucun test ne doit avoir été effectué sur les animaux, et aucun dérivé d'origine animale n'est autorisé. En plus du choix rigoureux des matières premières, l'impact écologique de chaque maillon de la chaîne joue un rôle déterminant.

## LA LÉGISLATION EN MATIÈRE DE COSMÉTIQUE

Les fabricants ont l'obligation de faire figurer sur l'étiquette ou la boîte, depuis le 1<sup>er</sup> janvier 1998, le nom des ingrédients qui composent un produit. Ces noms d'ingrédients en anglais et latin sont tirés de la liste INCI (International Nomenclature of Cosmetics Ingredients) qui permet au consommateur d'avoir une base solide pour évaluer ce que contient réellement le produit entre ses mains. Les compo-

sants les plus importants en poids sont notés en premier, ce qui signifie qu'un produit dont la liste commence par Aqua (water) est composé en plus grande partie d'eau. Les ingrédients dont la concentration est inférieure à 1 % peuvent être mentionnés dans le désordre.

## LA LABELLISATION DES COSMÉTIQUES BIO

Les labels sont la garantie d'une qualité naturelle et obligent à la transparence.

Ecocert, organisme indépendant agréé par les pouvoirs publics a en charge la certification des cosmétiques depuis 2003. Avec l'aide de Cosmèbio, association de fabricants de produits cosmétiques (indépendante de l'organisme certificateur), deux niveaux de certification ont ainsi vu le jour.

### La cosmétique écologique

- 95 % minimum du total des ingrédients sont d'origine naturelle
- 50 % minimum du total des végétaux sont issus de l'Agriculture Biologique
- 5 % minimum du total des ingrédients sont issus de l'Agriculture Biologique



### La cosmétique écologique et biologique

- 95 % minimum du total des ingrédients sont d'origine naturelle
- 95 % minimum du total des végétaux sont issus de l'Agriculture Biologique
- 10 % minimum du total des ingrédients sont issus de l'Agriculture Biologique



### Le label Cosmétique naturel contrôlé :

Ce label est certifié par le BDIH, l'union Fédérale Allemande des entreprises Industrielles et Commerciales. L'ossature du cahier des charges BDIH est la "liste positive" d'ingrédients autorisés. Cette liste contient 690 composants sur les 20 000 répertoriés.

Un seul ingrédient non autorisé exclut la certification du produit entier. Le contrôle est effectué une fois par an.

Le certificat de conformité est donné produit par produit (pas de certification de marque). Il est valable 15 mois.



### Le label Nature et Progrès :



Il est plus exigeant que le label Agriculture biologique. Il concerne les produits alimentaires et, depuis 1998, les cosmétiques.

#### **Nature et Progrès est une association de consommateurs et de professionnels unis dans un même mouvement pour :**

- une agriculture biologique respectueuse des hommes, des animaux, des plantes et de la planète.
- une agriculture biologique biodiversifiée seule capable de satisfaire le plaisir des saveurs et de garantir la santé.
- une agriculture biologique qui préserve le tissu rural et le métier de paysan en le revalorisant.
- une agriculture biologique qui soutient les savoirs faire et les semences paysannes.
- une agriculture biologique, éthique et rigoureuse, sans complaisance avec l'économie de marché.

Les cosmétiques labellisés Nature et Progrès ne contiennent pas de composés pétrochimiques, de produits de synthèse, de parfums de synthèse ni de colorants de synthèse. Les ingrédients végétaux sont forcément bio. Les parfums sont composés d'huiles essentielles et les huiles végétales utilisées sont d'origine biologique.

Ce label ne peut concerner qu'un seul produit puisqu'au minimum 70 % des gammes de cosmétiques doivent répondre aux critères du cahier des charges. En 2005, 23 sociétés de cosmétiques étaient concernées par le label Nature et Progrès.

**Ainsi en perpétuelle recherche d'alternatives aux ingrédients synthétiques, occlusifs (tels les résidus de la pétrochimie) et polluants, la cosmétique bio n'a pas fini de nous étonner...**

#### *Bibliographie :*

*La vérité sur les cosmétiques*

*de Rita Stiens (Leduc S éditions)*

*Cosmétiques mode d'emploi*

*de Laurence Wittner (Leduc S éditions)*

**POUR EN SAVOIR PLUS ET VOUS INSCRIRE  
À NOS ATELIERS : [WWW.RESONANCES.FR](http://WWW.RESONANCES.FR)**