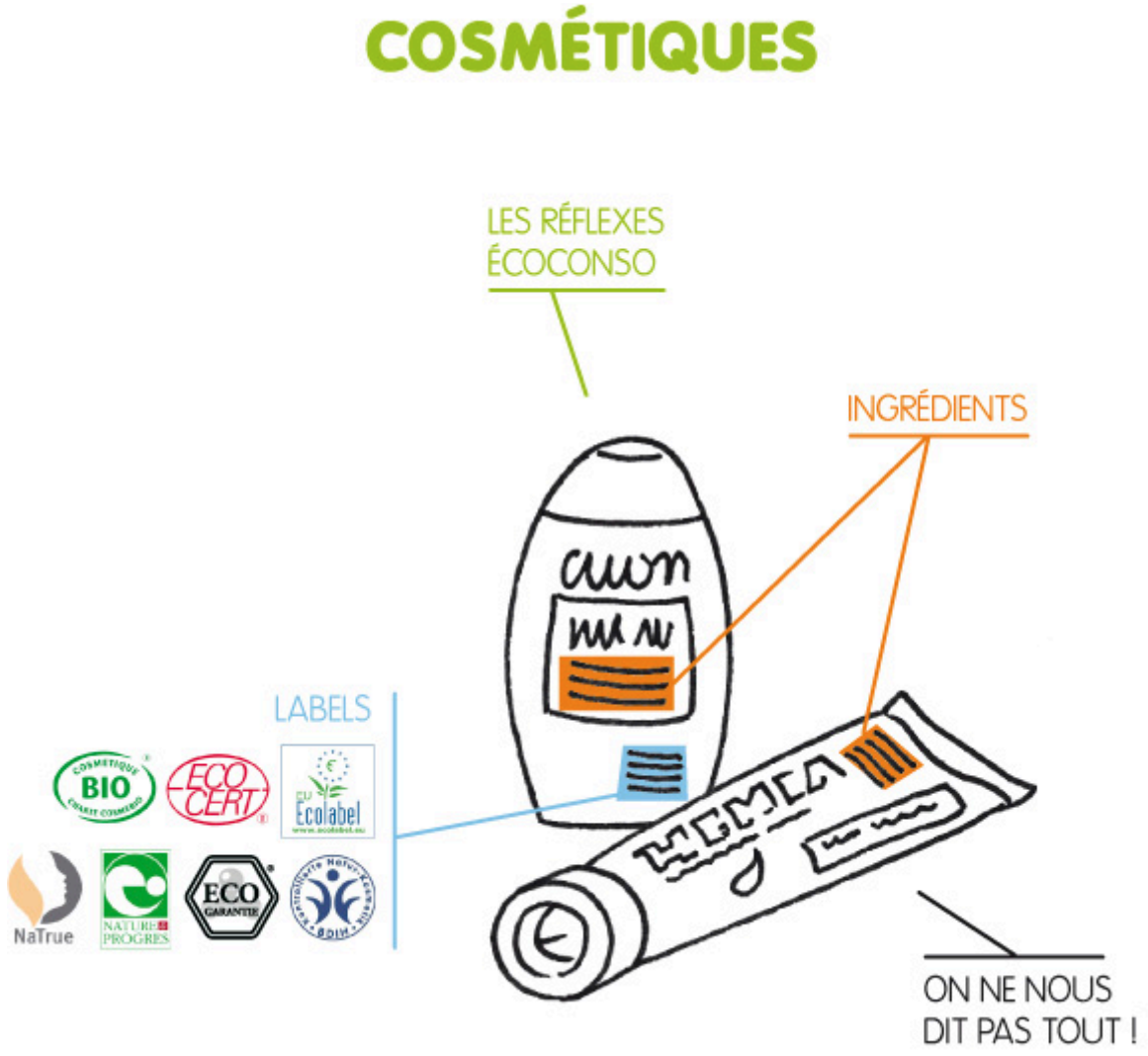
Publié sur *écoconso* (https://www.ecoconso.be)

LES ÉTIQUETTES SANS PRISE DE TÊTE - LES COSMÉTIQUES

ARTICLES

[*mise à jour : 04/2010*]

Cliquez sur l'une des catégories de l'image ci-dessous (réflexes écoconso, ingrédients, labels...) pour obtenir plus d'informations ...



Qu'est-ce qu'un produit cosmétique ?

Selon la législation : un cosmétique est une substance ou un mélange destiné à être mise en contact avec les diverses parties superficielles du corps humain (épiderme, système pileux et capillaire, ongles, lèvres et organes génitaux externes) ou avec les dents et les muqueuses buccales en vue, exclusivement ou principalement, de les nettoyer, de les parfumer, d'en modifier l'aspect et/ou de corriger les odeurs corporelles et/ou de les protéger ou de les maintenir en bon état (AR 15 octobre 1997 sur les cosmétiques).

Il s'agit donc autant de produits d'hygiène (gel douche, savon, déodorant, shampooing, dentifrice...) que de produits de soin (crème hydratante) ou de produits à vocation esthétique (maquillage, colorant pour cheveux...). .

L'action des produits cosmétiques doit donc se limiter à la surface de la peau (épiderme, couche cornée et le film hydrolipidique de surface). Toute référence à une action en profondeur est fallacieuse. Seuls les produits dermatologiques peuvent traverser le derme et agir en profondeur.

Néanmoins, certaines molécules présentes dans les produits cosmétiques peuvent passer la barrière de la peau dans certains cas ou faciliter la pénétration d'autre molécules.

La qualité d'un produit cosmétique dépend essentiellement de la pureté de ses constituants de base (excipients, base lavante,...) et non des principes actifs mis en valeur sur l'étiquette, qui représentent souvent un pourcentage infime de la composition totale du produit.

La qualité dépend également du niveau de contamination bactérienne. Pratiquement nul à l'achat, les utilisations successive et le stockage dans de mauvaises conditions peuvent accroître le nombre de bactéries dans le cosmétique. Ces dernières dégradent le produits cosmétique avec pour conséquence, des changements d'odeur, de couleur et de texture. Dans ces cas, le produit ne doit plus être utilisé.

HAUT

Ingrédients des produits cosmétiques

Sur l'étiquette des cosmétiques se mêlent des éléments marketing et des mentions obligatoires.

Les données qui doivent obligatoirement être mentionnées sont

- les nom et coordonnées du fabricant ou du responsable de la mise sur le marché du produit cosmétique
- le contenu nominal indiqué en poids ou en volume (sauf pour les emballages contenants moins de 5 grammes ou moins de 5ml)
- la date de durabilité minimale (date de péremption). Si elle excède 30 mois, elle n'est pas obligatoire.
- les précautions particulières d'emploi
- le numéro du lot de fabrication ou une référence permettant l'identification
- la fonction du produit
- la liste des ingrédients

Les ingrédients doivent être mentionnés dans l'ordre décroissant de leur importance pondérale (cependant, les ingrédients dont la concentration est inférieure à 1 % peuvent être mentionnés dans le désordre après ceux dont la concentration est supérieure à 1 %) et d'après la nomenclature INCI

(International Nomenclature Cosmetic Ingredient), sorte de dictionnaire de termes techniques, basé sur un système multilingue (mélange d'anglais et de latin) utilisé partout dans le monde. Cette nomenclature ne facilite pas nécessairement la lecture de l'étiquette par le consommateur mais facilite le travail des médecins et des allergologues.

À privilégier	À éviter
• acide ascorbique, benzoïque, déhydroacétique, phytique, propionique • aloe vera • aqua • bees wax • bentonite • beurre de karité • butyrospermum parkii • calendula officinalis • cire d'abeilles, cire de laine • citronellol (si d'origine naturelle) • citrus grandis seed extract • cocoglucoside • eau purifiée • eugenol (si d'origine naturelle) • extrait de pépins de pamplemousse • geraniol (si d'origine naturelle) • glyceryl stearate • huile d'olive • hydroxyde de sodium • lanoline • lécithine végétale non transgénique • limonene (si d'origine naturelle) • linalol (si d'origine naturelle) • olea europea • panthenol • phytosqualane • potassium stearate • provitamine B5 • rétinol • retinyl palmitate • sel d'acides gras de coco • silicate d'aluminium naturel hydraté • sodium cocoate, sodium stearate • souci • soude • sucrose + nom se finissant par –ate (ex : sucrose distearate) • tocopherol • vitamine A, C, E • xanthan gum	• acide édétique • alcohol dénat. (alcool dénaturé) • aluminium chlorohydrate • ammonium laureth sulfate • ammonium lauryl sulfate • ceteareth • cetrimonium chloride • copolymer • cyclomethicone • dimethicone • EDTA • etidronic acid • huile minérale • huiles de silicone • isobutane • isothiazolinone • (méthylisothiazolinone) • parabènes (tous, • par ex : methyl paraben, • propylparaben...) • paraffine, paraffinum • liquidum • parfum • PEG (polyethyleneglycol) • phenoxyéthanol • PPG • (polypropyleneglycol) • quat- (composés • d'ammonium quarternaires) • sel d'aluminium • sodium laureth sulfate • sodium lauryl sulfate • steareth • triclosan • trimethicone

HAUT

Protection solaire : attention aux allégations

Les crèmes solaires protègent essentiellement contre les coups de soleil provoqués par les UVB. Selon l'Union Européenne, *même les produits de protection solaire qui sont très efficaces et qui visent les*

rayons UVB et UVA ne peuvent garantir une protection intégrale contre les risques sanitaires dus au rayonnement ultraviolet. Aucun produit de protection solaire ne peut filtrer tous les rayons UV. En outre, il n'existe à ce jour aucun élément scientifique prouvant que l'utilisation de produits de protection solaire prévient les mélanomes. Les produits de protection solaire ne devraient donc pas affirmer ou donner l'impression qu'ils procurent une protection totale contre les risques dus à une surexposition au rayonnement UV. Cela est particulièrement vrai pour l'exposition au soleil des bébés et des jeunes enfants. Dès lors, l'UE recommande de ne plus employer les termes « protection totale » ou « écran total ».

D'autre part, les facteurs de protection indiqués sur les étiquettes ne sont pas toujours faciles à comprendre. *L'augmentation de la protection n'est linéaire que dans le cas des coups de soleil: un produit ayant un facteur de protection solaire 30 protège deux fois mieux d'un coup de soleil qu'un produit de facteur 15. Toutefois, un produit ayant un facteur de protection solaire 15 absorbe 93 % des rayons UVB, alors qu'un produit de facteur 30 en absorbe 97 %*.

Les indications comme «faible», «moyenne», «haute», «très haute» protection sont plus claires et sont celles auxquelles le consommateur doit se référer afin de comparer les produits.

Enfin, la protection des crèmes solaires n'est effective que dans des conditions d'utilisation précises, pas toujours bien indiquées sur l'emballage. L'application doit être très régulièrement renouvelée au cours de l'exposition et doit être correctement dosée. Il faut environ 6 cuillères à café pour le corps d'un adulte, beaucoup plus que la quantité généralement appliquée (un flacon de crème solaire devrait être vide à la fin d'une « journée plage » avec ce dosage). Or l'application d'une quantité plus faible entraîne une réduction disproportionnée de la protection.

Éviter les heures les plus chaudes et se couvrir reste donc la meilleure des protections solaires, en particulier pour les enfants. Les crèmes solaires ne sont qu'un complément et ne doivent pas inciter à s'exposer trop longuement en se croyant protégé.

Voir aussi la fiche-conseil "se protéger du soleil"

HAUT

Nanomatériau

Concernant la présence de nanomatériau, la législation européenne précise que *« tout ingrédient présent sous la forme d'un nanomatériau doit être clairement indiqué dans la liste des ingrédients. Le nom de l'ingrédient est suivi du mot «nano» entre crochets. »*

Dans la pratique il est encore très difficile de savoir si un cosmétique contient des nanomatériaux. A priori l'usage de nanomatériau en cosmétique est encore minoritaire. Le dioxyde de titane utilisé comme filtre minéral anti UV sous sa forme normale ou nano est le plus répandu.

Voir le dossier sur les nanotechnologies paru dans l'Art d'Eco... consommer de mai 2010

HAUT

Tests sur animaux

La directive « cosmétique » de l'Union Européenne prévoit un cadre réglementaire dans le but d'éliminer progressivement l'expérimentation animale.

Depuis 2004, l'expérimentation sur les animaux des produits cosmétiques finis est interdite. Elle est encore autorisée pour certains ingrédients cosmétiques ou combinaisons d'ingrédients mais l'interdiction devrait être effective en 2015 au plus tard. De même, l'interdiction de commercialisation s'appliquera graduellement dès que les méthodes alternatives sont validées et adoptées dans la législation de l'UE, au plus tard pour 2015.

HAUT

Labels écologiques

Nature et Progrès

Un label transparent (le cahier des charges complet est disponible sur Internet) et très exigeant. Les ingrédients d'origine végétale et animale doivent être 100 % bio ; tout ingrédient de synthèse est interdit et les OGM et les tests sur des animaux sont bien sûr complètement bannis. Le cahier des charges mentionne aussi des exigences claires quant à la gestion environnementale du lieu de production, le stockage, l'emballage...

www.natureetprogres.org (PDF)

HAUT

Ecogarantie

Les produits labellisés Ecogarantie ne contiennent que des matières premières végétales, animales ou minérales soumises à des exigences strictes, transformées par des procédés écologiques. Concrètement, cela veut dire par exemple que les ingrédients végétaux doivent être 100% biologiques. Les tests sur des animaux, les ingrédients pétrochimiques et les OGM sont interdits. Une biodégradabilité maximale est recherchée.

www.ecogarantie.be

HAUT

Cosmebio Bio et Cosmebio Eco

Un produit Cosmebio Bio doit contenir minimum 95% d'ingrédients d'origine végétale et naturelle, et sur les matières premières végétales, 95% minimum doivent être bio. Il y a une tolérance pour maximum 5% d'ingrédients d'origine synthétique.
Un produit Cosmebio Eco contient minimum 50% d'ingrédients biologiques sur le total des ingrédients végétaux.
Les produits Cosmebio ne sont pas testés sur des animaux. Le cahier des charges contient également des critères environnementaux pour l'obtention des matières premières, la transformation, le nettoyage, l'emballage, la biodégradabilité du produit, le recyclage...

www.cosmebio.org

HAUT

BDIH

Les critères de ce label sont souvent plus vagues et moins stricts. Les ingrédients ne sont pas forcément 100% naturels et les ingrédients végétaux pas toujours complètement bios, même si cela est recherché. Mais ce label nous offre quand même la garantie d'acheter un produit exempt des substances synthétiques les plus nocives tels que les parfums synthétiques, les matières premières éthoxylées, la silicone, la paraffine et d'autres produits dérivés du pétrole.

www.kontrollierte-naturkosmetik.de

HAUT

Label Ecologique Européen

Récemment, l'Union Européenne a rédigé des critères pour un Ecolabel pour les savons, shampooings et après-shampooings. Tout en n'étant pas très strict, ce label garantit un produit qui contient moins de substances dangereuses pour l'environnement et la santé, qui a des incidences réduites sur le milieu aquatique, est plus biodégradable qu'un produit classique et utilise moins d'emballage.

www.ecolabel.eu

HAUT

Natrue

Ce nouveau label international indépendant certifie que les produits ne contiennent que des substances naturelles, des substances transformées d'origine naturelle et des substances nature-identiques pour les conservateurs et les minéraux. Les teneurs minimales et maximales sont définies de manière stricte pour chaque catégorie de produit.

http://www.natrue-label.fr/

HAUT

Ecocert

Ce label garantit qu'un minimum de 95% du total des ingrédients, sont des ingrédients naturels ou d'origine naturelle. De plus, les produits labelisés « Ecocert écologique » contiennent au minimum 50% de produits biologiques sur l'ensemble des ingrédients végétaux ; 95% pour les produits « Ecocert écologique et biologique »

http://group.ecocert.com/IMG/pdf/referentiel-cosmetiques.pdf

HAUT

Réflexes écoconso

- Privilégions les produits de composition simple et diminuons le nombre de produits dans nos salles de bains !
- Privilégions les huiles naturelles (abricot, amande, avocat, germe de blé, macadamia, noisette, olive, onagre ricin, …) qui possèdent d'excellentes propriétés pour la peau et les cheveux contrairement aux huiles de paraffine, ou aux silicones.
- Soyons vigilants face à des allégations telles que « extra doux », « effet lift », « crème régénératrice », ou « cosmétique végétale »… qui ne sont que du marketing

- Soyons curieux ! Lisons attentivement la déclaration INCI (obligatoire mais non exhaustive) qui reprend les composants du produit par ordre d'importance… Un principe actif mis en évidence peut ne représenter que 0,03% d'un produit…
- Pensons aux alternatives économiques, écologiques et efficaces comme le vinaigre de cidre dilué pour démêler les cheveux, l'œuf pour désincruster le visage, les infusions de plantes pour leurs effets apaisants ou toniques etc. Il est possible de se concocter des petits produits maisons adaptés à ses besoins !
- Respectons notre peau ! Evitons de l'agresser trop souvent avec des produits trop décapants. Et n'oublions pas que pour avoir une belle peau le plus important reste de manger varié et équilibré, bien dormir, limiter le stress et l'exposition au soleil et s'aérer !

HAUT

On ne nous dit pas tout !

L'indication « parfum » est un terme générique. Sans précision, il est la plupart du temps d'origine synthétique.

Consultez ou téléchargez notre brochure
"Les étiquettes sans prise de tête"

Des réponses personnalisées à vos questions : 081 730 730 | info@ecoconso.be | www.ecoconso.be

---

Liens
[1] https://www.ecoconso.be/fr/Les-etiquettes-sans-prise-de-tete%2C557
[2] https://www.ecoconso.be/fr/thematiques/etiquetage
[3] https://www.ecoconso.be/fr/thematiques/cosmetiques
[4] https://www.ecoconso.be/fr/content/conditions-dutilisation-de-nos-contenus
[5] http://www.ecoconso.be/fr/Se-proteger-du-soleil
[6] http://www.ecoconso.be/fr/Les-nanotechnologies
[7] http://www.natureetprogres.org/servicepro/sp40.pdf
[8] http://www.ecogarantie.be/content.aspx?l=001.005&lang=FR
[9] http://www.cosmebio.org
[10] http://www.kontrollierte-naturkosmetik.de/f/index_f.htm
[11] http://www.ecolabel.eu
[12] http://www.natrue-label.fr/
[13] http://group.ecocert.com/IMG/pdf/referentiel-cosmetiques.pdf
[14] http://www.ecoconso.be/fr/Les-etiquettes-sans-prise-de-tete

Cette publication est mise à disposition sous un contrat Creative Commons