

Savez-vous décrypter les étiquettes ?

Au-delà de son emballage attrayant, avez-vous pris le temps de lire les composantes de votre crème hydratante préférée ? En moyenne, dans un produit cosmétique, 1 ingrédient sur 8 est un produit chimique industriel. Mais à moins d'avoir un master en chimie, leur composition reste pour le commun des mortels un mystère. Voici quelques conseils pour apprendre à les décrypter.

Comprendre le fonctionnement de la liste énumérative

Tout d'abord, la liste des ingrédients doit obligatoirement être indiquée. Les ingrédients doivent être énumérés par ordre décroissant d'importance, le premier de la liste est donc celui dont le pourcentage est le plus élevé dans le produit.

En dessous de 1%, les ingrédients peuvent être présentés dans le désordre, sans logique de proportion.

- Les extraits de plante sont donnés sous leur nom latin
- Les noms de molécules et les noms usuels sont en anglais
- Les ingrédients parfumés sont regroupés sous le nom "parfum", sans les détailler.
- Les colorants sont désignés par un Colour Index (CI) et un nombre de 5 chiffres.

Les principaux ingrédients

Il faut le savoir, les 3 ou 4 premiers ingrédients constituent généralement 80 à 90% du produit, les suivants pouvant n'être présents qu'à hauteur de 1%...voire beaucoup moins encore. La lecture des 5 à 6 premières substances permet déjà de prendre conscience de la qualité d'un produit. On trouve souvent en tête : l'eau (aqua), l'alcool (alcohol) et des huiles minérales (paraffine).

Cela signifie que le produit est très dilué (eau), très chimique (paraffine) et conservé avec de l'alcool (agressif).

Les ingrédients inférieurs à 1%

Puisque les ingrédients dont la proportion totale est inférieure à 1% peuvent être cités dans le désordre, malheureusement, il arrive souvent que les fabricants placent les plantes ayant le meilleur impact publicitaire en tête des ingrédients inférieurs à 1%. Cette position laisse alors penser au consommateur qu'il y a vraiment des plantes dans le produit. La réalité est souvent toute autre : malgré ce positionnement, il est possible que la substance végétale ne soit présente qu'en toute petite proportion (0,001%) !

La chasse aux produits toxiques !

Voici une liste non exhaustive de composants considérés comme potentiellement dangereux, et pourtant toujours autorisés.

Amusez vous comparer cette liste avec la composition de vos propres produits de beauté. Vous risquez d'être surpris !

NOM	Inscription sur vos flacons	Effets indésirables
Sodium Laureth Sulfate	Laureth Sulfate, Sodium Lauryl Sulfate, Laurylsulfate de Sodium	Potentiellement allergisant et cancérigène
Parabens	E214 à E219, Butylparaben, Methylparaben, Ethylparaben, Propylparaben, Isopropylparaben, N-propyl, p-hydroxybenzoate (E216), P-hydroxybenzoate, N-butyl p-hydroxybenzoate, Ethyl p-hydroxybenzoate, Méthyl p-hydroxybenzoate (E218)	Perturbateurs endocriniens et responsables des cancers du sein
Triclosan	Cloxifenolum, Irgasan, Lexol 300, Aquasept, Gamophen, TCL, DP300, éther de diphényle d'hydroxyle 2.4.4 ; Trichlorine-2	Interfère avec la fonction hormonale et contribue à la bactérie qui résiste aux antibiotiques
Formaldéhydes	Formol ; Formalin ; Formic aldehyde ; Paraform ; Methanal ; Methyl aldehyde ; Methylene oxide ; Oxymethylene ; Oxomethane ; DMDM hydantoin ; Diazolidinyl urea ; Imidazolidinyl urea, Methenamine ; quarternium-15	Cancérigènes par inhalation, allergisant, irritant
Filtre anti-UV	benzophenone-3, 2-benzoyl-5-methoxyphenol ; 2-hydroxy-4-methoxybenzophenone ; (2-hydroxy-4-methoxyphenyl) phenylmethanone ; methanone, (2-hydroxy-4-methoxyphenyl) phenyl- ; (2-hydroxy-4-methoxyphenyl) phenyl- methanone ; oxybenzone (benzophenone-3) ; oxybenzone 6; methanone, (2hydroxy4methoxyphenyl) phenyl ; b3 ; durascreen ; solaquin	Allergisants, perturbateurs endocriniens
BHA et BHT	E320, butylhydroxytoluène, butylhydroxyanisole	Interfère avec la fonction hormonale, cancérigène
Les colorants dérivés du goudron de houille	P-PHENYLENEDIAMINE et des colorants identifiés par « CI » suivi de cinq chiffres	Cancérigène, contient des métaux lourds neurotoxiques
Sels d'aluminium	Aluminum Chloride, Aluminum Chlorohydrate, Aluminum Chlorohydrate, Aluminum Chlorohydrate PG, Aluminum Fluoride, Aluminum Sesquichlorohydrate, Aluminum Zirconium Trichlorohydrate GLY	Potentiellement cancérigène et neurotoxique
Parfums	Parfum, Aroma, fragrance	Certains sont déclencheur d'asthme, d'allergies, , associés au cancer et neurotoxique

