

Votre crème pour la peau risque-t-elle de déclencher un incendie ?

Chère lectrice, cher lecteur,

Je suis ravi de rejoindre la lettre Beauté au Naturel.

Pour ma première contribution j'aimerais vous parler d'un article de la BBC que j'ai lu hier et qui m'a fait frémir [1] :

Entre 2010 et 2018, les pompiers de Londres ont recensé au moins 37 morts dans des incendies provoqués par des crèmes émoullientes.

37 morts !

Et c'est sans compter les autres incendies provoqués par des crèmes émoullientes, qui n'ont tué personne heureusement.

Les crèmes émoullientes sont prescrites aux personnes atteintes d'eczéma, de psoriasis, ou autre...

Peu de personnes le savent, mais ces crèmes émoullientes contiennent un produit inflammable, dérivé du pétrole – la paraffine.

Ces crèmes émoullientes à la paraffine ne pénètrent pas votre peau (encore heureux !). Elles finissent toujours sur votre pyjama, votre peignoir, vos draps, votre canapé... le genre de textiles que vous ne lavez pas tous les jours [2].

Et à la moindre étincelle (bougie, cigarette, briquet, allumette, bec de gaz), c'est votre maison qui prend feu [3] !

Ma sœur a échappé au pire...

Cette histoire m'a d'autant plus inquiété que ma sœur utilise ce genre de crème émoulliente inflammable contre son psoriasis.

Je l'ai souvent vue s'en appliquer de la tête aux pieds pour soulager ses démangeaisons, ses plaques rouges, sa peau qui s'écaille, pèle... et se fissure.

Hier soir, je l'ai immédiatement mise en garde contre ces crèmes émoullientes. Mais je frémis encore du risque qu'elle a pris sans le savoir durant toutes ces années.

Comment la paraffine a-t-elle échappé à l'interdiction

C'est simple :

Plutôt qu'appeler la paraffine « produit pétrolier », les pros du marketing l'ont appelée « huile minérale ». C'est mignon et puis ça fait penser à « l'eau minérale ». Tu parles...

Aujourd'hui, la paraffine [4] est utilisée partout – autant dans l'industrie mécanique (pour les moteurs), que dans les nombreux cosmétiques (rouges à lèvres, fards à paupières, crèmes solaire, soins pour le corps et pour les cheveux, etc.).

Elle a du succès car :

Elle est peu couteuse,

Elle est occlusive – elle retient artificiellement l'eau,

Elle est très stable – elle ne s'oxyde pas,

Elle est bien tolérée par les personnes à la peau sensible.

Qu'attendent les autorités sanitaires pour réagir ?

Officiellement, la paraffine n'est toujours pas interdite dans les cosmétiques.

L'argument des fabricants c'est qu'une crème émolliente pénètre peu l'épiderme. Ce n'est pas faux, mais elle provoque alors des incendies.

Et comme la paraffine étouffe la peau (en bloquant les pores), elle favorise l'apparition de boutons.

Mais la réputation de la paraffine est heureusement en train de changer.

Depuis quelques années, l'ingestion d'huiles minérales inquiète notamment l'Autorité européenne de sécurité des aliments (European Food Safety Authority).

Selon des études, les particules d'huiles minérales s'accumulent dans le corps et provoquent à long terme des dommages aux organes, ainsi que des cancers [5] !

Quand on sait qu'une femme ingère plusieurs kilos de rouge à lèvres (ou de baume) tout au long de sa vie, cela devient inquiétant.

Et puis, le bilan écologique des huiles minérales est désastreux. Elles ne sont pas biodégradables. Ce qui veut dire qu'elles se retrouvent dans la nature et polluent l'environnement.

Comment savoir si vos produits contiennent de la paraffine

La paraffine n'est pas facile à identifier. Tel un gangster, elle possède plusieurs identités, plusieurs noms, plusieurs passeports.

Pour les versions liquides (comme dans les crèmes émollientes), vous la retrouverez sous les appellations :

Petrolatum

Paraffinum liquidum

Vaseline

Mineral Oil [6]

Pour les versions solides ou semi-solides (comme dans les fards à paupières ou les rouges à lèvres) cherchez les noms :

Cera microcristallina

Petroleum jelly

ou encore Polyisobutylène

Comment remplacer la paraffine ?

L'eczéma et le psoriasis sont des malédictions.

Je sais que ma sœur en a perdu son assurance. Elle fait constamment attention à ne pas montrer les parties de son corps marquées par le psoriasis. C'est une gêne permanente.

Mais au-delà des conséquences psychologiques, avoir la peau fissurée est un risque sanitaire, car c'est une porte ouverte pour les germes infectieux.

Pour traiter vos problèmes de peau sans crèmes émollientes, essayez les huiles végétales (je vous dirai lesquelles un peu plus bas). Elles sont tout aussi hydratantes qu'une crème pour le visage et le corps.

L'huile doit être réchauffée pour qu'elle pénètre rapidement l'épiderme. Pour cela, versez quelques gouttes dans votre main et frottez vos paumes. Appliquez ensuite en massant.

Quelle huile végétale pour quel type de peau ?

Les huiles végétales répondent aux besoins associés aux différents types de peau (elles se trouvent toutes en magasin bio).

Peau normale : vous pouvez utiliser de l'huile d'argan, de jojoba, de rose musquée ou bien d'onagre.

Peau sèche : l'huile d'amande douce, d'avocat, de coco, de monoï ou bien de cacao.

Peau mixte : Il vous faut de l'huile de chanvre, de fleurs d'oranger, de noisette, de noyaux d'abricots ou de pépins de raisins.

Peau grasse : l'huile de rose musquée, de nigelle, de sésame, ou bien de jojoba (oui, encore).

Peau à problèmes : utilisez de l'huile d'argousier ou plus méconnues l'huile de calophylle ou bien de neem.

Et pour le reste de vos cosmétiques, de plus en plus de marques bio ou naturelles voient le jour, comme ZAO Cosmetics, Dr Hauschka, Korres, Alima Pure ou encore Avril... Elles proposent un large choix de produits vers lesquelles vous tourner si vous souhaitez être belle au naturel.

Amicalement, Damien Leroy