

# Cosmétique bio

## Passer de la pommade au rêve

Le naturel a le vent en poupe, en matière de cosmétique comme partout. Mais la réglementation est floue et les contrôles beaucoup trop lâches.

La cosmétique naturelle n'a longtemps intéressé que les plus fervents adeptes de la bio. Jusqu'à un fameux reportage diffusé l'hiver dernier dans l'émission Envoyé spécial sur France 2. Une enquête fouillée faisait l'inventaire (notamment par la voix d'une journaliste de Que Choisir) de toutes les substances chimiques soupçonnées d'effets néfastes sur la santé, présentes dans les cosmétiques. Depuis, les forums sur Internet se multiplient, les fabricants de cosmétiques bio ont du mal à faire face à la demande et il n'est pas rare d'apercevoir, dans les rayons des supermarchés, des consommatrices inquiètes s'escrimant à déchiffrer les listes d'ingrédients des produits de beauté.

Beaucoup ont le réflexe de se tourner vers les marques invoquant le naturel, le végétal ou, pour parodier l'un des leaders du secteur, «la beauté par les plantes». Mauvaise pioche! Le terme «naturel» n'est absolument pas encadré, les mentions «100% végétal» ont bien souvent tout de la publicité mensongère et les services de la répression des fraudes n'ont toujours pas fait le ménage dans le secteur. «C'est le flou le plus total et nous n'avons encore jamais lancé d'enquête», admet-on à la direction des fraudes.

### Démêler le vrai du faux

Seul moyen de dénicher des produits vraiment différents, se tourner vers les références biologiques. Mais, attention, là encore, il faut démêler le vrai du faux. Ainsi, les cosmétiques vendus dans des salons ou magasins bio ne le sont pas systématiquement. D'autre part, certaines marques qui assurent incorporer des matières premières biologiques les mélangent à des ingrédients chimiques tout à fait classiques. Seul point de repère fiable : la présence sur l'emballage de l'un des labels dignes de confiance. Même si les chartes qu'ils doivent respecter invoquent l'agriculture biologique, la part d'ingrédients issus de ce mode de production est parfois assez restreinte. Mais ils ont l'avantage considérable d'exclure les molécules chimiques suspectes.

Cela ne suffit pas, pour autant, à leur décerner a priori un brevet d'innocuité. Naturel n'a jamais signifié inoffensif. Et les industriels conventionnels ont beau jeu de souligner que beaucoup d'opérateurs de la cosmétique bio sont des entreprises de taille réduite. Sous-entendu, peu aptes à assurer de bonnes pratiques de laboratoire et un suivi qualité, nécessaires à la fiabilité des produits. Une

accusation difficile à vérifier : la cosmétovigilance n'en étant, en France, qu'à ses balbutiements, impossible de savoir si l'on rencontre davantage d'incidents avec les produits naturels qu'avec les chimiques.

## Quatre labels bio

### Certificateurs

Les produits commercialisés en France obéissent à l'un des quatre cahiers des charges privés. Deux sont proposés par des organismes certificateurs (agréés par l'État) : Ecocert et Qualité France. Ecocert a été précurseur et reste très largement majoritaire avec 90 opérateurs certifiés (1200 produits) contre à peine une dizaine pour son concurrent. Nature et Progrès, association de professionnels et de consommateurs adeptes d'une bio très rigoureuse, a également élaboré son propre cahier des charges. Dernier intervenant, une association de professionnels allemands, le BDIH, dont se réclament des marques pionnières de la cosmétique naturelle comme Weleda(1).

### Composants

Les quatre cahiers des charges ont de nombreux points communs : interdiction notamment des parfums et colorants de synthèse, huiles minérales, silicones, glycols dont le phénoxyéthanol, parabens(2), formol ou de certains procédés délétères pour l'environnement. Quelques conservateurs synthétiques sont admis (de un pour Nature et Progrès à six pour Qualité France), plusieurs étant d'ailleurs autorisés en alimentaire. Les matières premières animales ne sont autorisées que si l'on ne doit pas tuer l'animal : miel, cire, lait, lanoline, etc. Les produits ne doivent pas être testés sur les animaux vivants.



### Ingrédients

Le pourcentage d'ingrédients bio est variable.

- Chez Nature et Progrès, les végétaux sont forcément bio.
- Le BDIH n'a pas fixé de seuil mais une liste de composants utilisables. Pour un végétal donné, la version bio est obligatoire lorsqu'elle existe en quantité et qualité suffisantes.
- Ecocert propose deux logos :

La mention «bio» exige que les végétaux biologiques représentent 10% minimum du total des ingrédients(3) et 95% minimum du total des végétaux ;

Avec la mention «éco», ces pourcentages tombent à 5% et 50%.

Point commun : 5% maximum de produits de synthèse issus d'une liste restrictive comprenant notamment les cinq conservateurs autorisés, la soude pour le savon, les carbonates (régulateurs de pH). Le pourcentage d'ingrédients bio et celui d'ingrédients naturels doivent être indiqués sur l'étiquette.

- Qualité France adopte les mêmes principes que Ecocert, si ce n'est que le pourcentage n'est calculé que sur le total des ingrédients : il n'y a pas de pourcentage minimal sur le total des végétaux.

(1) Qui n'arbore pas le label en France pour des raisons de marketing, mais le fera début 2006.

(2) Mais Ecocert autorise le phénoxyéthanol et un paraben (acide hydroxybenzoïque) comme conservateurs des ingrédients et non du produit fini, et ce à titre dérogatoire jusqu'à décembre 2006. (3) Un seuil qui peut sembler très bas, mais les cosmétiques contiennent souvent beaucoup d'eau et celle-ci ne peut être bio.

## L'art de se passer de conservateurs

Ce qui est vrai, c'est que plusieurs composés végétaux utilisés en cosmétique bio sont connus pour leurs propriétés allergisantes. D'autre part, comme l'explique Valérie Lemaire, responsable des cosmétiques à l'organisme de certification Ecocert, «il est plus difficile d'avoir une connaissance approfondie de la cosmétique naturelle que conventionnelle. Les composés des plantes ont des propriétés très diverses ; selon la partie du végétal utilisée, on n'obtient pas les mêmes effets ; les plantes peuvent entrer en synergie entre elles...» Bref, les fabricants doivent disposer d'une expertise pointue pour garantir la fiabilité de leurs formulations. D'autant que le choix de travailler en bio implique de se passer des conservateurs les plus efficaces (dont les parabens). Alors, les fabricants doivent trouver des alternatives, en puisant dans les quelques molécules autorisées et/ou en utilisant des chemins détournés : maintien d'un pH (taux d'acidité) idéal pour une bonne conservation, recours à des textures peu aqueuses, utilisation des propriétés bactéricides de certaines huiles essentielles... Le conditionnement joue aussi : on trouvera rarement en bio des crèmes en pot, véritable nid à microbes. Avec le tube ou mieux encore le flacon pompe, le risque de se retrouver victime de sérieux problèmes dermatologiques pour cause de mauvaise conservation est beaucoup plus limité.

## Des bases qui se disent efficaces

Quant à l'efficacité, la nature la garantirait-elle davantage que la recherche sur les molécules synthétiques mise en avant par les grands noms de la beauté ? Pas toujours, de l'avis même de fabricants de cosmétiques bio, qui avouent peiner en particulier dans le secteur des produits capillaires. Difficile, avec les molécules autorisées, de mettre au point des shampoings appréciés - le cheveu est plus rêche, le démêlage plus difficile - et des colorations permanentes efficaces. Pour le reste,

les professionnels de la bio sont à l'unisson avec Christine Guion, responsable recherche et développement chez Sanoflore, un des leaders de la cosmétique bio : «J'ai travaillé pour des industriels conventionnels et la différence m'est apparue flagrante, assure-t-elle. Dans leurs produits, ils ne se soucient que des principes actifs. La base est inerte, elle n'a aucun effet, voire un effet néfaste comme l'huile de silicone, qui forme un film occlusif sur la peau et retient l'hydratation par ce biais. Alors qu'en cosmétique naturelle, la base apporte elle-même des bienfaits, comme l'huile végétale, riche en antioxydants, vitamines et acides gras essentiels.» Une affirmation que le bon sens incite à prendre au sérieux mais qu'il reste à confirmer plus scientifiquement.

La recherche scientifique pourra en revanche difficilement confirmer ou infirmer l'autre argument souvent avancé par les tenants de la beauté bio dont Emmanuel Jaccaud, responsable de la commission cosmétique de Nature et Progrès : «Toutes les civilisations ont développé des recettes dont la cosmétique naturelle s'inspire, c'est un patrimoine extraordinaire. Les opérateurs bio vont chercher dans le monde entier des plantes qui ont fait leurs preuves depuis des siècles contrairement à la cosmétique chimique.» On peut se laisser convaincre. Tout en gardant à l'esprit que, comme le relève honnêtement le même Emmanuel Jaccaud, «la cosmétique, c'est 97 % de rêve»

## Composition

### Chassez le chimique, il revient au galop

Le masque vert est à la mode chez les industriels de la cosmétique. C'est à qui proposera le produit le plus naturel, le plus pur, le plus traditionnel.

- Chez Yves Rocher, les responsables à qui nous avons posé par écrit quatre questions nous ont opposé, malgré plusieurs relances, un silence suspect. La marque usant et abusant du terme «bio», nous avons demandé quel était le pourcentage moyen d'ingrédients bio dans les produits, quel organisme les certifiait comme tels, que signifiait le terme «bio» dans les dénominations de vente comme «aux bioprotéines» ou «aux hormones bio-végétales» (la réponse est probablement «strictement rien» mais faute de retour d'Yves Rocher, on ne peut en être sûr); et enfin nous souhaitions savoir si la marque s'imposait d'autres exigences sur la composition des produits, par exemple l'exclusion de certaines molécules. Là encore, on peut supposer que non, les listes d'ingrédients ne comportant, à première vue, pas moins de composants douteux que celles des autres marques.

- Body Shop affiche aussi une image très nature, par exemple avec des produits à l'huile d'olive biologique (1), ce qui ne l'empêche pas de recourir aux parabens, phénoxyéthanol, EDTA et autres.

- Mais c'est Nuxe qui détient la palme de l'hypocrisie en mentionnant sur les emballages une première liste de composés au-dessus de tout soupçon : miel, thé vert et autre genévrier. Seules les consommatrices les plus averties poursuivront la

lecture pour découvrir, en dessous d'un laïus en anglais, la véritable liste d'ingrédients et son cortège de produits chimiques.

- Seule l'Occitane se démarque, sans pour autant proposer de vrais produits bio pour l'instant. Certains composés ont toujours été exclus des formules, comme les libérateurs de formol ou les huiles minérales (sauf comme auxiliaire de technologie à moins de 1%). Phénoxyéthanol et parabens sont, assure un responsable, absents des produits sortis depuis mars dernier et les anciennes références sont reformulées en ce sens. Ceci prend beaucoup de temps et nous en avons encore trouvé sur bon nombre d'étiquettes. À suivre donc. D'une manière générale, toutes les mentions qui tournent autour de la pureté, du végétal, des traditions, les flacons blancs immaculés ou les emballages rustiques ne sont que pur marketing. Quant aux marques qui incorporent des eaux thermales ou minérales, leurs formulations ne se distinguent pas spécialement des autres. Bref, en cosmétique comme en alimentaire, il va falloir s'habituer à lire attentivement les listes d'ingrédients. En espérant que les fabricants suivront l'exemple de Weleda en traduisant en langage courant le sabir latino-anglais imposé par la réglementation.

(1) Attention, seul cet ingrédient est censé être bio, et non le produit dans son ensemble, et aucun organisme certificateur n'est mentionné.

Fabienne Maleysson

UFC Que Choisir 25/10/05