

Bien-être fraîcheur

LE DÉO QU'IL VOUS FAUT!

SEPT FRANÇAIS SUR DIX UTILISENT UN DÉODORANT AVEC DES SUBSTANCES INDÉSIRABLES. VOICI COMMENT FAIRE SON CHOIX.

Ils masquent les odeurs, limitent le développement bactérien, empêchent la formation d'auréoles... Mais sont-ils sans risques? Une enquête réalisée en 2017 par le magazine *60 millions de consommateurs* a montré que nombre d'entre eux comportaient des produits toxiques. Par exemple, les sels d'aluminium (comme le chlorhydrate d'aluminium) utilisés pour obstruer les pores de la peau, et ainsi empêcher le processus naturel de la transpiration, pourraient avoir un lien avec la survenue de cancers. Même si elle joue la carte du naturel, la pierre d'alun présente, dans certains cas, le même potentiel de toxicité que les sels d'aluminium de synthèse, en passant aussi la barrière cutanée.

SCRUTER LES ÉTIQUETTES!

À proscrire aussi, les aérosols, y compris en version compressée, dont l'émission de particules fines peut se révéler dangereuse pour les poumons. Qu'il s'agisse de déodorants classiques ou d'antitranspirants, toutes les formulations comportent des conservateurs. Si certains sont d'origine naturelle et présentent une faible toxicité (huiles végétales, eaux florales et extraits végétaux), d'autres, en revanche, sont à éviter, comme le phénoxyéthanol qui peut se révéler irritant et sensibilisant, ou certains parabènes, comme le butylparabène ou le propylparabène, suspectés d'être des perturbateurs endocriniens. Enfin, «si on a les aisselles fraîchement épilées, rasées ou irritées, mieux vaut éviter les substances irritantes et parfums allergènes : l'alcool et les parfums de synthèse (alpha-isométhyl ionone, cinnamaldéhyde...) bien sûr, mais aussi les huiles essentielles (HE) au potentiel irritant (comportant les composés aromatiques citronellol, linalol, géraniol, limonène, farnésol, eugénol...) et le bicarbonate de soude qui a un côté abrasif», prévient notre expert Julien Kaibeck. La plupart des déodorants de la grande distribution contiennent ces substances. Mieux vaut donc scruter les étiquettes!

NOTRE EXPERT



“Avec leurs sels d'aluminium, conservateurs, parfums de synthèse et alcool, de nombreux antitranspirants du commerce ne sont pas conseillés, encore moins sur aisselles épilées ou rasées. Mais il en existe des sains, non irritants, non polluants, et tout aussi efficaces.”

Julien Kaibeck, fondateur de l'association Slow Cosmétique (www.slow-cosmetique.org), auteur d'*Adoptez la slow cosmétique*, éd. Leduc. S, 16 €; coauteur de *Je soigne ma peau au naturel*, éd. Leduc. S, 17 €; www.lesessentieldejulien.com



7 déos au top!

1 LES PEaux NORMALES

Sans alcool ajouté et sans sels d'aluminium, ces déodorants à bille et bio, composés de gel d'aloë vera, luttent contre les odeurs de transpiration. Côté parfums, il y en a pour tous les goûts : limette (petit citron vert) et verveine, thé vert, orange et argousier, rose sauvage, extraits de fenouil et hamamélis...

• Déo Roll On, Lavera, 7,49 €. En magasins bio et en ligne.



2 LES SENSIBLES

Ces sticks gel à la formule minimaliste et non toxique protègent des mauvaises odeurs durant 24 heures grâce à des actifs minéraux antibactériens. Leurs fragrances sont naturelles, sans allergènes et variées : fleur de néroli, cœur de jasmin et bois d'épices.

• Déodorant stick gel, Acorelle, 7 €. En magasins bio et sur www.acorelle.fr



6 FRAÎCHEMENT ÉPILÉES, SÈCHES, FRAGILES...

Au karité ou à l'aloë vera et à la rose, sans sels d'aluminium, sans paraben, sans parfum de synthèse et sans alcool, ils parfument les aisselles même épilées en toute sécurité.

• Déodorant peaux normales à fragiles So'Bio étic, Léa Nature, 5,20 €. En GMS.



3 NATURELS ET EFFICACES!

Bergamote-lime, lavande-sauge, rose-vanille, ylang-ylang-calendula, cèdre-génévrier..., vous avez l'embarras du choix pour ces sticks 100% naturels qui stoppent les mauvaises odeurs.

• Déodorant Schmidt's bergamote-lime, 11 €. En vente exclusive sur www.moncornerb.com

7 LES PEaux INTOLÉRANTES

Ce baume est idéal pour les peaux réactives car il est sans parfum ni huile essentielle ou bicarbonate. Contenant de l'oxyde de zinc, il évite la prolifération des bactéries.

• Baume déodorant Une absolue douceur, Gaïa, 12 €.

4 LES ALLERGIQUES

Composé d'amidon de maïs aux propriétés absorbantes, d'huile de babassu aux vertus antimicrobiennes, de beurre de karité et de cire végétale de jojoba, ce baume neutralise les effluves de sueur en douceur. Spécialement conçu pour les peaux réactives aux huiles essentielles, il favorise même la résorption des microcoupures (post-épilation) et rougeurs!

• Baume déodorant, Les essentiels, 12,50 €. En vente sur www.slow-cosmetique.com



5 ÉCONOMIQUE

Ce déobille certifié bio au délicat parfum de rose et de fleur de néroli, sans sels d'aluminium, sans alcool, sans paraben, protège toute une journée.

• Déodorant 24 H, Fun'Ethic, 5,15 €. En GMS.



LA RECETTE "HOME MADE" DE JULIEN KAIBECK

Un roll on douceur à l'aloë vera (pour transpiration normale à forte et peau sensible) : Ingrédients (en vente en parapharmacie, magasins bio ou sur www.slowcosmetique.com)

- 1 cs (environ 12 ml) de gel d'aloë vera
- 1 cc d'hydrolat d'hamamélis ou d'hydrolat de rose au choix
- 1 cc d'huile de noyaux d'abricot
- 1 grosse pincée de bicarbonate de soude alimentaire
- 12 gouttes d'un mélange de deux à trois huiles essentielles (soit environ 1,5 % de la formule) au choix parmi : petit grain bigarade, essence de citron, orange douce, lavande vraie, lavandin super, ravintsara, laurier noble, ylang-ylang...

1 Préparation Nettoyez et désinfectez vos ustensiles s'il ne s'agit pas d'un premier usage (avec de l'alcool à 70 °C pour le plastique ou le métal, ou trempez le verre une dizaine de minutes dans l'eau bouillante).

2 Puis versez les ingrédients un à un dans un flacon roll on en verre à l'aide d'un entonnoir. Fermez bien le récipient et agitez vigoureusement.

3 Conservation Jusqu'à la date limite d'utilisation du gel d'aloë vera, à l'abri de la chaleur, de la lumière et de l'humidité.