

MISES EN GARDE & PRÉCAUTIONS D'UTILISATION

Référence GC019 - Version I du 16/10/2025

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI ET BON USAGE DES HUILES ESSENTIELLES À LIRE AVANT TOUTE UTILISATION.

- Employez les huiles essentielles avec modération et précaution.

Les huiles essentielles sont très puissantes.

- Les huiles essentielles ne doivent pas être appliquées sur les yeux, le contour des yeux, ni dans les oreilles. En cas de contact, appliquez abondamment une huile végétale neutre, puis rincez à l'eau. Consultez rapidement un médecin.

- Gardez toujours les huiles essentielles hors de portée et hors de vue des enfants. Pour leur sécurité, ne jamais retirer la capsule codigoutte des flacons des huiles essentielles.

- Certaines huiles peuvent être irritantes ou particulièrement sensibilisantes. La majorité des huiles essentielles s'emploient diluées dans une huile végétale sur la peau. Nous vous recommandons de toujours effectuer un test de tolérance cutané dans le pli du coude pendant au moins 48 heures avant toute utilisation. Si vous observez une réaction (rougeur, irritation, picotement...), n'utilisez pas le mélange.

- Certaines huiles essentielles peuvent être photosensibilisantes. Après utilisation de ces huiles, ne vous exposez pas au soleil ou aux UV pendant 8 à 10 heures.

- Certaines huiles essentielles peuvent être irritantes, particulièrement sensibilisantes ou peuvent présenter une certaine toxicité à forte dose ou à long terme.

Pour plus d'information sur les précautions spécifiques à chaque huile essentielle, consultez les fiches respectives disponibles sur notre site internet www.aroma-zone.com.

- D'une manière générale, nous déconseillons l'usage d'huiles essentielles pour les enfants de moins de 6 ans, les femmes enceintes ou allaitantes, les personnes épileptiques, les personnes hypersensibles ou présentant un cancer hormono-dépendant, et plus généralement celles ayant des problèmes de santé.

- Les injections d'huiles essentielles sont rigoureusement interdites.

- En cas d'allergies respiratoires ou d'asthme, évitez d'inhaler directement les diffusions d'huiles essentielles.

- N'associez pas huiles essentielles et traitements médicamenteux sans avis médical.

- Usage interne réservé au thérapeute, ou sous avis médical. Les huiles essentielles "type complément alimentaire" doivent être diluées sur un support type huile alimentaire, miel, sucre ou comprimé neutre pour un usage par voie orale.

- En cas d'ingestion accidentelle, rincez la bouche avec une huile végétale alimentaire. Contactez immédiatement un centre anti-poison et consultez un médecin. Ne pas faire vomir. Si possible, il est conseillé d'avalier 1 ou 2 cuillerées d'huile végétale alimentaire afin de diluer l'huile essentielle.

- En cas de doutes ou d'interrogations, n'hésitez pas à demander conseil à un professionnel de santé.

Les informations sur les huiles essentielles disponibles sur notre site internet, sur notre catalogue et sur nos plaquettes sont mises à votre disposition à titre informatif. Elles représentent la synthèse de nos lectures de différents ouvrages concernant l'aromathérapie.

LES BONNES PRATIQUES DE FABRICATION DES COSMÉTIQUES MAISON - À LIRE AVANT TOUTE PRÉPARATION

1 / AVANT LA RÉALISATION DE VOTRE COSMÉTIQUE :

Assurez-vous du bon respect des règles d'hygiène :

- Adoptez une tenue propre et couvrante (privilégier le port de charlottes et blouses jetables).

- Lavez et séchez-vous soigneusement les mains ou portez des gants propres.

- Désinfectez les ustensiles et contenants que vous allez utiliser : soit en les passant 10 minutes à l'eau bouillante (à l'exclusion des contenants plastiques et pompes) puis en les séchant soigneusement avec un linge propre et sec, soit en les rinçant à l'alcool 60-70° (à l'exclusion des contenants gloss, petit pot bulle, mini-poudrier, boîtiers plats et les poudriers non résistants à l'alcool : nettoyage à l'eau chaude n'excédant pas les 75°C) puis en les laissant sécher à l'air libre.

Préparez votre plan de travail :

- Votre plan de travail doit être propre et non encombré, éloignez la nourriture et les boissons.

- Assurez-vous que vous disposez bien des ingrédients nécessaires et que leur date limite d'utilisation n'est pas dépassée.

Préparez les documents nécessaires à la réalisation de votre produit :

- Recette cosmétique, formulaire de traçabilité permettant de noter les ingrédients, les lots utilisés, les pesées réalisées ainsi que la date de fabrication.

2 / PENDANT LA FABRICATION :

- Suivez bien la recette en respectant les dosages indiqués, complétez bien votre formulaire de traçabilité.

- Utilisez des conservateurs éprouvés comme le Cosgard Aroma-Zone si nécessaire (respectez les dosages).

- Évitez les contacts de vos mains avec la préparation et les ingrédients.

- Des chauffes importantes de certains ingrédients sont parfois nécessaires. Les précautions d'usage doivent être respectées pour éviter brûlures et projections. Il est conseillé de porter des lunettes de protection.

- Dans le cas de préparations contenant de l'alcool : manipulez l'alcool, inflammable, loin de toute flamme et de toute source incandescente. Manipulez l'alcool dans un local aéré.

3 / APRÈS LA FABRICATION :

- Vérifiez la bonne dispersion des ingrédients, l'aspect homogène et sans agglomérat ni déphasage.

- N'hésitez pas à jeter votre préparation à la moindre formation de moisissure ou à la moindre apparition d'odeur désagréable, changement d'aspect,...

- Étiquetez soigneusement votre produit avec le nom de la préparation, date de réalisation, composition et date d'utilisation optimale.

- Stockez votre produit dans des conditions adaptées hors de portée des enfants.

4 / AVANT D'UTILISER VOTRE PRODUIT :

- Certains ingrédients peuvent être allergisants : faites toujours un test préalable d'application de votre préparation dans le pli du coude sur environ 1 cm² pendant 48 h pour vérifier qu'aucune réaction (picotement, rougeur, gêne respiratoire,...) n'apparaît avant d'utiliser votre préparation. Les recettes de cosmétique « maison » disponibles sur notre site et dans nos documentations sont des exemples d'illustration de l'utilisation de nos ingrédients ; ces exemples ne sauraient en aucun cas engager la responsabilité d'Aroma-Zone. Ce sont des oeuvres originales protégées par le droit d'auteur. Elles ne peuvent être utilisées dans un but commercial.

FICHE PRATIQUE

COMMENT PRÉPARER SON MATÉRIEL ET CONTENANTS VIDES

Pour les matières plastiques et toutes les pompes

Stérilisation à l'alcool (min 60° vol). Port des gants recommandé.

(excepté les contenants gloss, petit pot bulle, mini-poudrier, boîtiers plats et les poudriers 40 et 80 ml non résistants à l'alcool : nettoyage à l'eau chaude n'excédant pas les 75°C.)

Imbibez d'alcool un chiffon propre ou un essuie-tout et frottez votre matériel, votre pompe ou l'intérieur de votre contenant avec celui-ci. Si le goulot de votre contenant est trop étroit, versez de l'alcool à l'intérieur, bouchez-le, et secouez-le plusieurs fois afin d'asperger toutes les parois. Pour les pompes, pompez l'alcool afin de stériliser l'intérieur et remplir totalement le circuit. Puis pompez à vide afin de le vider et le sécher.

Pour les autres matériaux (verre, aluminium et cités)

Stérilisation à l'eau bouillante. Port des gants recommandé.

Versez de l'eau dans une grande casserole et immergez entièrement votre contenant ou matériel à stériliser. Portez à ébullition et laissez bouillir au moins 5 minutes. Sortez avec précaution le récipient ou matériel en vous aidant d'un ustensile propre (du type pince à glaçons, pince à salade, fourchette, ou tout autre outil résistant à la chaleur) et d'un essuie-tout. Déposez-le sur un linge propre et laissez sécher.

NB : l'utilisation d'une cocotte minute ou d'un stérilisateur à biberons facilite cette manœuvre et limite les risques de brûlure.

Attention : ne jamais mettre d'aluminium au four micro-ondes.

ÉTIQUETAGE ET TRAÇABILITÉ DE VOS PRODUITS COSMÉTIQUE MAISON

COMMENT ÉTIQUETER SON PRODUIT DE COSMÉTIQUE "MAISON"

Après vous être lancé dans la confection de vos cosmétiques « maison », étiquetez votre préparation afin de suivre une démarche sécurisante indispensable à la fois pour vous mais aussi pour votre entourage.

Cet étiquetage consciencieux permet :

- D'éviter toute confusion de votre part ou bien même de votre entourage sur le type de produit et son utilisation
- De sécuriser votre cosmétique par une identification claire de ses ingrédients
- D'être renseigné très rapidement sur la date de fabrication et la limite de conservation de votre préparation pour un usage à bon escient

LES INFORMATIONS À INDIQUER SUR L'ÉTIQUETTE

1/ NOM DU PRODUIT :

Indiquez le **nom** précis de la préparation (ainsi que sa **référence** aroma-zone si existante).

2/ COMPOSITION :

Notez sur l'étiquette tous les **ingrédients** incorporés dans votre recette de cosmétique « maison ».

3/ DATE DE FABRICATION ET LIMITE DE CONSERVATION :

Renseignez la **date de fabrication** de votre produit de cosmétique « maison » ainsi que la **date limite d'utilisation** calculée avec le délai de conservation indiqué sur la recette. Conservez vos préparations à l'abri de la lumière et de la chaleur.

4/ CONTENANCE :

Vous pouvez terminer l'étiquetage de votre produit en indiquant la **contenance** de votre produit. Précisez si nécessaire le type **utilisation** spécifique ou le type de peau concerné ou les **précautions d'emploi** particulières.

COMMENT COMPLÉTER SON CAHIER DE TRAÇABILITÉ DES PRÉPARATIONS DE COSMÉTIQUE "MAISON"

Nous vous recommandons de remplir un cahier de traçabilité de toutes vos préparations de cosmétique « maison » comprenant pour chaque préparation :

- **Date de fabrication**
- **Nom de la préparation avec référence si existante**
- **Composition avec nom de l'ingrédient complet, quantité introduite, numéro de lot**

Ce cahier de suivi de traçabilité vous permettra de tracer les quantités et lots utilisés pour chaque ingrédient. Il sera un bon atout de compréhension en cas de réaction cutanée et permettra la recherche du composant irritant et/ou allergisant.

