



Comment choisir sa crème solaire ?



Quels composants éviter dans la crème solaire?

Tout d'abord, la crème solaire parfaite n'existe pas encore ! Les plus saines des protections restent de ne pas s'exposer au plus fort des rayons, de se couvrir, etc ...

D'autre part, il n'existe à priori pas de certification cohérente et beaucoup de marques tombent dans le greenwashing en apposant des formules du genre "éco-responsable", "bio", "certifiée pour les océans", etc sur leur packaging. Finalement la meilleure des garanties est de faire un tour sur la liste des composants. Généralement il vaut mieux choisir une crème sans filtres chimiques, bio mais pour vous simplifier la tâche, on vous partage la **liste des ingrédients non autorisés** dans de nombreuses réserves éco-marines publiée par le site www.rawelementusa.com :

~~Aluminium~~

~~Aluminium~~

~~in~~

~~Aluminum~~

~~or~~

~~Dimethicone~~

~~Nonylphenol-3~~

~~Parabens~~

~~Diethylhexone~~

~~Salicylate~~

~~Allylparaben~~

~~Méthoxydibenzoylmethane~~

~~Paba~~

~~Diethylhexone~~

~~Cinnamate~~

~~Phenylbenzimidazole~~



Seuls 2 filtres minéraux naturels peuvent être utilisés : l'**oxyde de zinc**, le **dioxyde de titane**. Le problème est qu'il faut éviter de les utiliser sous la forme de nanoparticules qui, de cette taille franchissent n'importe quelle frontière biologique (comme la peau). Selon le site www.ambassadeoceans.com, "l'oxyde de zinc couplé au dioxyde de titane* ont quant à eux des conséquences létales sur les coraux en moins de 96 heures"...

*À l'état nanoparticulaire.

Le zinc semble commencer à poser des questions, les scientifiques ne se sont vraisemblablement pas tous d'accord sur son impact sur l'environnement, qu'il soit à l'état nano ou macroparticulaire. Malgré le doute, il reste très largement utilisé parce que considéré comme le seul filtre contre les UVAs.

10 crèmes solaires plus respectueuses de l'environnement

- * Self : Boost of Protection Sunscreen
- * Bio Beauté by Nuxe : Crème soyeuse haute protection SPF 50
- * Korres : Crème au yoghurt visage et corps SPF50
- * Caudalie : La gamme compte une crème visage anti-rides SPF 30 et SPF 50, un spray solaire lacté corps en SPF 30 et SPF 50 et une huile solaire SPF 30.
- * Weleda : Edelweiss Lait Solaire SPF30 150 ml
- * Aпивita : Crème solaire bio bébés & enfants SPF50
- * Biotherm : Waterlover lait solaire SPF50
- * Laboratoires de Biarritz : Lait solaire SPF50 certifié Bio
- * Lovea : Crème solaire bio en spray SPF50
- * Biosolis : Crème solaire visage SPF30