



Médecines alternatives

Description de catégorie d' e-commerce

Les richesses de la nature au service de la santé humaine

La **médecine** a fait ses preuves pour le traitement et le soin de nombreuses maladies et n'a plus à prouver aujourd'hui, son efficacité indispensable. Pourtant, au quotidien, la science pure des médecins rencontre parfois des difficultés à répondre aux problèmes les plus courants. **Mal de tête**, nez qui coule, **anxiété**, **insomnie**, **désordres intestinaux**... Et si ces inconforts courants et bénins pouvaient se traiter autrement qu'avec une médication classique ? C'est en réponse à ce questionnement que se sont développées des **médecines holistiques**, dites « **douces** ». Elles se sont données pour mission de revenir à l'essentiel : des actifs purs trouvés à l'état brut dans la **nature**, prodigués tels quels ou peu transformés, aux hommes et aux femmes à la recherche d'une **solution alternative** aux maux du quotidien.

L'aromathérapie : l'art de distiller la richesse des végétaux

La richesse naturelle des **plantes** est connue depuis l'Antiquité, et fait aujourd'hui encore partie intégrante de la composition de certains remèdes. L'**aromathérapie** s'empare de cette richesse grâce à un processus rigoureux de **distillation**, qui produit un **élixir végétal** hautement concentré en actifs. Les **huiles essentielles** qui en résultent contiennent des molécules actives qui interagissent avec notre organisme et l'environnement.

Utilisées sur la **peau**, administrées par **voie orale** ou **diffusées** dans l'atmosphère, ces molécules possèdent de multiples actions. Antivirales, assainissantes, antimycosiques, antispasmodiques, décongestionnantes, apaisantes... Elles contribuent à **relaxer**, recentrer, mais aussi à **soulager** divers maux. Des rougeurs cutanées aux **jambes lourdes** en passant par le **stress**, découvrez les multiples vertus de nos huiles essentielles !

Retrouvez dans notre sélection dédiée à l'aromathérapie :

- des **huiles essentielles** pour remédier naturellement à de nombreux maux.
- des **huiles végétales** qui allient hydratation et **nutrition de la peau**.
- divers modèles de **diffuseurs d'huiles essentielles**.
- des **bases et des comprimés neutres** pour une administration contrôlée.
- des **huiles de massage** à la fois relaxantes et assouplissantes.
- des **sprays assainissants** qui **purifient l'atmosphère** sans faire appel à des actifs controversés.
- des **huiles** destinées à la consommation orale, sélectionnées pour leur **richesse nutritionnelle**.
- des **coffrets** qui vous offrent un **panel complet d'huiles essentielles** pour répondre à tous vos besoins.

Les Fleurs de Bach, pour réguler les émotions

Peur, anxiété, angoisse, nerfs à fleur de peau... Vous recherchez une **solution naturelle** pour **gérer votre stress** ? Élaborées au début du 20^{ème} siècle par le Dr Edward Bach, les **Fleurs de Bach** sont des **élixirs** issus d'**extraits de fleurs**, choisies pour leur capacité à réguler les émotions. Timidité, tendance au stress, **insomnie**, chocs émotionnels divers... Les Fleurs de Bach constituent la solution idéale pour aider à gérer les situations déplaisantes. Ce **remède naturel** sur-mesure répond, goutte après goutte, à vos urgences affectives.

Pour les **adultes**, les **enfants** et même les animaux, les Fleurs de Bach existent sous divers conditionnements :

- **flacons compte-goutte** ou de **sprays** à vaporiser.
- **pastilles**.
- **parfums** corporels.
- **parfums d'ambiance**.
- **brumes** favorisant le bien-être.

Sous forme **unitaire** concentrant les bienfaits d'une unique **essence de fleur** ou **composée**, rassemblant les bienfaits de **plusieurs végétaux**, vous trouverez votre bonheur parmi notre vaste choix. Découvrez notamment la gamme **Rescue**, dédiée au bien-être émotionnel et aux **états de stress**.

L'homéopathie : pour soutenir les capacités immunitaires de l'organisme

Parfois, combattre le mal par le mal est le meilleur moyen de venir à bout d'un problème ! C'est en tous cas sur ce principe que se fonde l'**homéopathie**, une méthode thérapeutique qui utilise des substances minérales, animales ou végétales hautement **diluées**. Selon l'homéopathie, les substances provoquant des **symptômes** déplaisants sur une personne saine pourraient également combattre ces derniers chez une personne malade. Utilisée en complément d'un **traitement**, l'homéopathie aurait un effet stimulant sur le **système immunitaire** et soutiendrait l'organisme présentant divers signes de malaise :

- inconforts **articulaires**.
- troubles de l'humeur, **stress**.
- douleurs diverses.
- symptômes de **ménopause**...

Sous forme de **pommade**, **liquide** ou même en tant que **dentifrice**, l'homéopathie vous aide au quotidien contre de nombreux inconforts.

L'apithérapie : quand les abeilles prennent soin de votre santé

Le **miel** est connu depuis la nuit des temps pour ses nombreuses vertus. Anti-infectieux, antiparasitaire, **cicatrisant**... Cependant, les abeilles ne s'arrêtent pas au miel quand il s'agit de fabriquer des actifs miraculeux ! Ces insectes laborieux ont élaboré de nombreuses substances bénéfiques, dans le but de développer et défendre leur petit peuple. Au fil du temps, ces **trésors de la ruche** ont été découverts et testés par l'Homme, qui leur a trouvé un grand nombre de **propriétés**.

- La **gelée royale** : aussi connu sous le nom de **lait des abeilles**, cette substance est créée par les insectes pour nourrir leur reine et ses jeunes larves. Riche en **vitamines**, minéraux et **oligo-éléments** elle est une véritable manne nutritive !
- Le **miel** : ce **superaliment** possède des vertus antibactériennes, antifongiques et antivirales. Apaisant et adoucissant, il est aussi bien conseillé pour le **soin de la peau** que pour soulager une **gorge irritée**.
- Le **pollen** : rare et précieux, le **pollen** est un autre superaliment recueilli par les abeilles. Issu du **nectar des fleurs**, il est particulièrement riche en **protéines**, en acides aminés et est également source d'**acide folique** et de **vitamines**.
- La **propolis** : moins connue que le reste des ingrédients miraculeux issu de la ruche, la propolis est fabriquée par les abeilles à partir de la **résine des arbres**. Utilisée pour protéger la ruche et les larves contre les agents infectieux, elle contient notamment de la **cire**, des **huiles essentielles**, des **acides gras** et de nombreux minéraux.

L'herboristerie : des plantes préparées et conditionnées pour vous

C'est encore les plantes qui sont au centre de l'attention, avec la science de l'**herboristerie**. Uniques ingrédients des nombreuses préparations de l'herboriste, elles sont traitées, associées et conditionnées selon leurs **propriétés**, pour donner des **remèdes naturels** répondant à un grand nombre de besoins (insomnie, troubles digestifs, stress...). Vous les trouverez :

- Sous forme de **thé en vrac**.
- Sous forme de **tisanes et infusions**, exemptes de théine.
- Sous forme de **plantes en vrac**, chaque contenant rassemblant alors les bienfaits d'un unique végétal.

La phytothérapie : la science des plantes médicinales à votre disposition

Les substances contenues dans les plantes sont **précieuses**, et servent depuis la nuit des temps à soutenir notre santé. La **phytothérapie** s'intéresse aux diverses vertus de certains végétaux recueillis, combinés et présentés sous différents formats. Les recherches en phytothérapie ont notamment permis d'isoler les actifs de diverses plantes spécifiques, particulièrement précieuses pour leurs actions sur la santé. Safran consolant, passiflore apaisante, chardon-marie dépuratif, curcuma anti-inflammatoire, guarana énergisant, konjac amincissant, charbon végétal détox, spiruline ultra-nourrissante, huile de lin embellissante... À chaque plante, ses vertus spécifiques !

La gemmothérapie : la richesse curative des bourgeons

La **gemmothérapie** est une branche de la **phytothérapie** qui s'intéresse plus particulièrement aux **bourgeons**, de véritables concentrés d'actifs destinés à la plante à naître. Cette forme végétale embryonnaire détiendrait en effet un **capital de vie** particulièrement intéressant !

Disponibles en préparations **diluées** ou **concentrées**, ces remèdes plus ou moins puissants selon leur méthode de confection soulagent vos états **inflammatoires**, prennent part à vos **cures détox**, déstressent l'organisme ou encore stimulent la **circulation paresseuse**.

Les élixirs floraux : pour purifier la peau et la soigner avec délicatesse

Les **fleurs** sont bien entendu utiles pour votre santé, mais constituent également l'ingrédient phare de nombreux remèdes de beauté : des **élixirs floraux** variés et parfumés. Ce n'est pas pour rien si les fleurs sont associées à l'élégance et à la féminité : elles constituaient la matière première de nombreux soins cosmétiques féminins à travers les âges et sont encore aujourd'hui, distillées et extraites sous forme de **crèmes**, d'**eau florale** ou de **sprays** par de nombreuses marques. **Démaquiller la peau**, décongestionner les yeux (les vertus du bleuet ne sont plus à démontrer dans ce domaine), réguler la **peau mature**... Optez pour le **soin de la peau naturel** qui vous convient !

La balnéothérapie pour bénéficier de toutes les vertus de l'eau douce

La **balnéothérapie** est une forme de soins curatifs connue et utilisée depuis des temps très anciens. Avez-vous déjà entendu parler des **thermes romains**, célèbres pour leur grand nombre de bains chauds ou froids ? Durant la Rome Antique, prendre soin de son corps grâce à l'eau douce était déjà un art : le passage du chaud vers le froid possède en effet de nombreuses vertus **circulatoires**, **articulaires** et **raffermissantes**. Profitez, vous aussi, de ces **bains curatifs** millénaires !

La luminothérapie, pour réguler votre rythme biologique

Nos **yeux** sont les premiers vecteurs d'informations pour notre corps. Il est normal que le sens de la vue intervienne dans notre bien-être ! La lumière est en effet l'un des nombreux éléments qu'utilise notre corps pour s'adapter à son environnement, et notamment pour réguler notre **horloge interne**. Utilisée pour adopter l'art de la sieste ou simplement **retrouver un rythme de sommeil sain**, la **luminothérapie** vous aidera au quotidien à retrouver une cadence de vie équilibrée.

La lithothérapie, lorsque les pierres soignent et apaisent

La **lithothérapie** fait appel au pouvoir prêté aux pierres et à leurs vibrations naturelles. **Régulatrices émotionnelles**, les pierres posséderaient en effet une aura particulière, variant en fonction de leur type. Tandis que l'**améthyste** invite à la méditation, le **jaspé** réduit le stress, l'**émeraude** soutient votre moral et le **crystal** apporte le soulagement aux yeux fatigués.

Entourez-vous de **pierres** aux multiples couleurs et vertus pour embellir votre environnement et contribuer à votre équilibre !

La médecine douce, clé de votre bien-être ?

Les **médecines douces** gagnent du terrain dans le **domaine des soins de santé** et viennent à bout des plus sceptiques ! Les diverses **méthodes naturelles** proposées par cette solution holistique intriguent, mais sont de plus en plus conseillées, même par les plus fervents **scientifiques**. Bien qu'ils ne remplacent pas un suivi médical lorsqu'une maladie est diagnostiquée et doit être traitée, **les remèdes naturels** peuvent soutenir un traitement traditionnel, voire aider à supporter ses **effets secondaires**. Pour soulager les maux du quotidien et accéder au **bien-être** et à l'apaisement, faites vous aussi appel aux **faits de la nature** !

Retrouvez une large sélection de produits à petit prix dans le domaine des médecines alternatives de notre **parapharmacie en ligne**.

Puériculture bio

Liniments, laits en poudre

Lait bébé bio

Lait bébé bio : quel lait infantile choisir pour mon nourrisson ?

Le **lait en poudre** est un **substitut de lait maternel** dont l'usage est bien connu. Qu'il s'agisse d'un choix ou d'une obligation, de nombreux parents décident d'opter pour le **lait maternisé** pour nourrir leur nouveau-né. Répondant aux besoins nutritionnels des tout-petits, et s'adaptant à chaque étape de leur croissance, les laits en poudre existent sous différents labels. À l'ère du **bio** et des questions d'environnement et de santé, de nouveaux laits pour bébé ont fait leur apparition : les **laits pour bébé bio**.

Lait maternisé pour nourrisson : quelle différence avec le lait maternel ?

On le sait, le **lait maternel** est le lait le plus adapté à la croissance et à la santé des bébés. Le lait maternel contient ainsi divers éléments naturels qui ne sont pas présents dans le lait maternisé : des hormones qui contribuent à l'attachement mère-enfant et régulent la satiété, des anticorps, des globules blancs, des bactéries utiles pour le développement de la flore de bébé...

Cependant, par choix ou obligation, de nombreux parents recourent aux **laits en poudre** pour l'**alimentation de bébé**. Ces formes de **lait pour bébé** couvrent tous les besoins nutritionnels des bébés et assurent leur croissance optimale. Ils contiennent, tout comme le lait maternel, des protéines, acides gras essentiels, vitamines et minéraux indispensables à un développement harmonieux. S'adaptant également à l'âge des bébés et à leurs besoins spécifiques, les **laits en poudre pour bébé** sont élaborés selon de nombreuses formules, afin de répondre au plus près aux exigences de santé des tout-petits et sont conçus pour se mélanger facilement dans le **biberon**. Existant en diverses qualités, les laits en poudre doivent également répondre à de nombreux critères officiels, les lois en la matière étant très rigoureuses et évoluant au fil des avancées scientifiques. Si vous ne pouvez ou ne souhaitez pas allaiter, le **lait en poudre** est donc une excellente alternative, car il copie le lait maternel de près !

Que contient le lait maternisé donné à la naissance ?

Le **lait maternisé 1er âge**, tout comme le lait maternel, contient une part de protéines (maximum 1,8 grammes pour 100ml), ainsi que des **acides gras essentiels**, la plupart du temps tirés d'huiles végétales, qui fournissent des types de lipides plus proches de celles contenues dans le lait maternel. Les **glucides**, première source d'énergie, sont fournis dans le lait en poudre sous forme de **fructose et de lactose**, ainsi que sous forme de dextrine maltose (qui correspond aux sucres lents). Dans le lait maternel, les glucides existent principalement sous forme de lactose.

Enfin, les laits maternels sont ajoutés de nombreux éléments nutritifs indispensables à la croissance et à la santé des bébés : **oligoéléments** (sodium, potassium, fer, magnésium, calcium) et **vitamines** (A, B, D, C, E, K...). Leur quantité et leur qualité sont calculés selon les besoins spécifiques des nouveau-nés et varient ensuite en fonction des étapes de croissance.

Lait pour bébé bio : quels critères doit-il respecter ?

Un **lait pour bébé bio** est un lait qui utilise des protéines de lait (en général, provenant de lait de vache) biologiques. Selon les critères européens de l'agriculture biologique, ce lait provient donc de systèmes d'exploitation qui respectent de nombreuses règles légales, privilégiant le bien-être animal et le respect de l'environnement :

- Le nourrissage des animaux à l'aide de pâturages ou de fourrages n'ayant **pas nécessité l'emploi d'engrais chimiques**, de pesticides ou d'Organismes Génétiquement Modifiés (OGM).
- L'emploi (en priorité, mais ce n'est pas une obligation) de **racés rustiques**, plus résistantes aux maladies.
- La prévention des maladies privilégiée par rapport à leur traitement, afin de **réduire l'utilisation des médicaments**. L'homéopathie et l'**aromathérapie** sont également des options curatives privilégiées en priorité si un animal tombe malade, avant de recourir à la médecine vétérinaire traditionnelle.
- La mise à disposition pour les animaux d'**espaces en plein air**, investis selon un système de rotation réfléchi afin de donner à la terre le temps de respirer et de produire des herbes et graminées d'une plus **grande qualité nutritionnelle**.

Afin de garantir l'intégrité du lait biologique utilisé pour le **lait bébé bio**, celui-ci est récolté et stocké de façon à ne pas être en contact avec le lait provenant de sources de production non-biologiques. Le lait biologique fait également l'objet d'**analyses plus poussées** et spécifiques, par exemple pour vérifier d'éventuelles contaminations par des éléments chimiques agricoles. Lors de la fabrication, du conditionnement et de la transformation de ces laits, divers **additifs** et **conservateurs** sont également **interdits**.

Grâce à ces divers critères, la production des **lait biologique** présente plusieurs **avantages sur l'environnement** :

- La **qualité des points d'eau et de l'air** environnant les zones de production est préservée.
- Les **engrais naturels et le compost organique** issus de la ferme sont privilégiés pour fertiliser les sols cultivés pour nourrir les vaches. Les rotations des cultures sont également plus longues, afin de permettre à la terre de se renouveler entre chaque cycle de culture et d'éviter l'appauvrissement des sols.
- Les cultures de céréales et fourrage réalisées respectent également la **diversité végétale et animale naturelle** des zones où elles se trouvent. Il n'est donc pas rare, par exemple, que les fermiers choisissent plusieurs espèces de plantes différentes pour diminuer l'impact des insectes sur leur culture, ou qu'ils bordent leurs champs d'autres plantes ou de haies issues de diverses espèces, encourageant ainsi la **biodiversité**.

En bref, un **lait pour bébé en poudre bio**, s'il est similaire dans sa composition aux laits en poudre classiques, est également l'assurance d'acheter un produit dont la production aura eu un impact réduit sur l'environnement. En nourrissant bébé avec ce type de lait, vous protégez également son avenir !

Quels types de lait en poudre pour bébé existe-t-il et comment choisir celui de votre petit ?

Les nourrissons présentent des besoins et spécificités de santé variés, auxquelles les laits en poudre répondent par des formules tout aussi spécifiques. Il existe :

- Le **lait en poudre classique**, conçu à partir de protéines de lait de vache.
- Le **lait en poudre hypoallergénique**, dont les protéines de lait ont subi un traitement supplémentaire afin de les rendre moins sensibilisantes pour les enfants présentant des risques d'allergie. C'est par exemple le cas pour les enfants dont l'un des parents présente des sensibilités particulières.
- Les laits "de confort" et **laits anti-régurgitation** : ils possèdent une texture épaissie (notamment grâce à l'ajout de farine de caroube ou de maïs) et permettent de diminuer les reflux digestifs. Il est également possible pour les parents d'épaissir eux-même un lait en y ajoutant une **céréale bébé** adaptée.
- Les **laits en poudre à base de lait de chèvre** : ils présenteraient un profil plus proche du lait maternel et seraient également plus faciles à digérer.
- Les **laits en poudre sans lactose** : ils bénéficient d'un traitement spécifique qui neutralise les protéines ou les présente sous une forme inoffensive pour le système immunitaire hyper-réactif des bébés allergiques au lactose.
- Le **lait acidifié** : ce lait répond aux besoins des bébés présentant une digestion difficile (coliques, diarrhées, etc) après 3 mois.

Lait de riz pour bébé bio, lait au soja : quel lait infantile pour mon nourrisson allergique ?

En cas d'allergie diagnostiquée aux **protéines de lait de vache**, ou simplement pour respecter des principes éthiques personnels, certains parents choisissent d'utiliser des laits à base de **protéines végétales**. Il ne s'agit évidemment pas d'utiliser des laits végétaux classiques trouvés en supermarché, qui ne couvrent en rien les besoins nutritionnels des bébés. Des formules **végétaliennes de lait en poudre pour bébé** existent en version 1er, 2ème et 3ème âge, utilisant à la place du lait de vache des protéines de **riz** ou de **soja**. Dans ce cas, le lactose, sucre naturel du lait de vache, est remplacé par d'autres types de sucres. Il est également recommandé, lors de l'utilisation de ce type de laits, de compléter le bébé en **acides gras Omega 3 EPA-DHA**, car ces laits infantiles n'en contiennent pas.

Lait 1er âge, lait 2ème âge, lait 3ème âge : quand passer d'un lait bébé bio à l'autre ?

Les laits en poudre pour bébé sont tout d'abord classifiés par ordre de croissance : **laits infantiles** de 1er âge, de 2ème âge et lait de croissance. La composition de ces laits correspond aux besoins nutritionnels des bébés à différentes étapes de leur croissance.

- **Lait 1er âge** : ce lait en poudre est conçu pour les bébés de 0 à 6 mois. Il existe sous forme de poudre ou de liquide déjà préparé.
- **Lait 2ème âge** : également appelé lait de suite, ce lait en poudre convient aux besoins des bébés âgés de 4 à 12 mois. Il est légèrement moins protéiné que le lait 1er âge, et contient par contre plus de fer et d'acides gras essentiels. Il convient dans le cadre de la diversification alimentaire des bébés.
- **Lait de croissance** : il convient aux bébés dès 10 mois. À partir de cet âge, les bébés peuvent également consommer du lait de vache entier, bien que celui-ci ne couvre pas les besoins nutritionnels des bébés, contrairement au lait de croissance.

Le lait bébé bio : l'alternative saine et éthique pour nourrir bébé en respectant vos valeurs !

Le **lait bio pour bébé** répond avant tout aux souhaits moraux de nombreux parents qui souhaitent préserver l'environnement et respecter les animaux via l'achat de **produits bio pour bébé**. Un souhait que l'on comprend d'autant mieux, que les bébés nés et nourris aujourd'hui hériteront de notre terre demain ! Alliant la qualité nutritive spécifique des laits en poudre à un traitement rigoureux des matières premières, les **laits pour bébé bio** constituent un choix éclairé et bienveillant, pour bébé et la nature.

Retrouvez un large choix de **laits bébé bio** et les avis des consommateurs sur notre parapharmacie en ligne !

Liniment bio

Liniment bio : un produit bébé naturel aux multiples bienfaits

Produit de toilette pour bébé en vogue, le **liniment bio** est apprécié pour ses multiples avantages. **Naturel**, peu coûteux et d'une composition simplissime, le liniment se présente comme un **soin d'hygiène** idéal pour la peau fragile des bébés, dès la naissance. Afin de répondre aux attentes des parents souhaitant allier éthique, **produit bébé** de qualité et soin de la peau, il existe également des **liniments bio**, à la composition respectueuse de l'environnement.

Le liniment, idéal pour l'hygiène du siège de bébé

Le liniment est un produit d'hygiène idéal pour nettoyer le siège du nouveau-né. L'usage des couches peut parfois être source de certaines irritations cutanées spécifiques aux nourrissons : l'**érythème fessier** par exemple. En cause ? La peau des fesses est maintenue en contact prolongé avec les selles et l'urine, dont l'acidité peut attaquer le film hydrolipidique et bouleverser la flore cutanée des plus petits. S'ensuivent donc des rougeurs et démangeaisons particulièrement désagréables, qui peuvent être investies par un champignon naturellement présent sur l'épiderme, dont la prolifération est favorisée par ce type de déséquilibres. Un érythème fessier apparaît alors.

Les avantages du liniment pour la toilette du siège de bébé :

Pour prévenir celui-ci, il faut protéger la peau du bébé lors de sa toilette. Utile à la fois pour l'hygiène et la protection de la peau, le liniment :

- Aide à ôter les impuretés présente sur la peau (notamment l'urine).
- Neutralise l'acidité des excréments, source d'irritations cutanées lors d'un contact prolongé avec la peau.
- Dépose une couche protectrice sur l'épiderme, qui l'isole des matières fécales et urinaires.

Utilisé dans les maternités, le liniment bio est l'allié idéal des fesses enfermées toute la journée dans une couche et permet de prodiguer un soin à la fois naturel et efficace aux bébés dont la peau est fragile. Le liniment ôte en toute facilité les selles, l'urine et la saleté sur le siège du bébé. Terminer la toilette des fesses par une couche de liniment permet cependant de réhydrater la peau du bébé (qui peut être asséchée par l'usage de l'eau et du savon) et de la préserver aussi efficacement qu'un **baume protecteur**, afin de prévenir les irritations et le bien connu érythème fessier.

Le liniment bio, utile pour le soin de la peau de bébé

Le liniment est également adapté à l'hydratation et à la protection de la barrière cutanée des plus petits. Son film gras et protecteur permet en effet de limiter la déshydratation cutanée et de garder la peau souple et douce. Appliqué en massage, il s'agit d'un **soin hydratant pour bébé** sans danger, qui laissera sa peau durablement protégée.

Le liniment bio peut également être utilisé, à l'occasion, pour débarbouiller bébé. Très utile pour ôter les impuretés, il constitue une alternative aux **lingettes** et permet de nettoyer bébé même sans avoir d'eau à disposition. Cependant, le liniment ne doit pas être le seul **produit d'hygiène** utilisé sur bébé au quotidien. S'il est utile pour des interventions minimales, il dépose également un film gras qui n'est pas nécessaire sur la peau et peut être à l'origine de boutons lors d'une utilisation à long terme. Lors de son utilisation sur le visage, veillez à rincer la peau de bébé de temps en temps afin de la laisser respirer !

Le liniment bio, intéressant pour ôter les croûtes de lait de bébé

Émollient, le liniment bio est également l'un des remèdes naturels les plus connus pour ôter les **croûtes de lait** du bébé. Les croûtes de lait sont des desquamations sans gravité et très communes de la peau du bébé, généralement situées sur le cuir chevelu. Tout à fait bénignes et tombant généralement toutes seules, elles peuvent cependant être inesthétiques. Elles doivent alors être ôtées avec délicatesse et sans tirer sur les cheveux ou sur la peau, au risque de causer des blessures et des irritations. Utilisez votre liniment pour les **ramollir** et les ôter plus facilement !

Quelle est la composition d'un liniment oléo-calcaire bio ?

Si les liniments sont la coqueluche des parents et des puéricultrices, c'est d'abord grâce à une composition simplifiée à l'essentiel. L'assurance d'un produit bébé dont la formulation ne risque pas d'altérer l'intégrité de sa peau fragile !

Les ingrédients de base du liniment bio

Tout comme le liniment classique, un liniment bio pour bébé contient deux ingrédients principaux :

- De l'huile d'olive, preuve de ses origines méditerranéennes !
- De l'eau de chaux, un mélange d'hydroxyde de calcium (de la craie) et d'eau.

Ultra-naturelle, cette composition peut facilement respecter les principes de l'agriculture biologique : il suffit pour cela au fabricant d'utiliser de l'huile végétale issue d'une production certifiée bio. Ces productions doivent respecter de nombreuses règles garantissant la qualité du produit fini : pas d'utilisation de pesticides ou d'herbicides chimiques, pas d'OGM, pas d'additifs, utilisation de terrains n'ayant pas subi de traitement chimiques... Les produits issus de l'agriculture biologique subissent en outre des contrôles supplémentaires qui garantissent leur pureté, au regard des règles édictées par ce type d'agriculture.

Les ingrédients ajoutés éventuels d'un liniment bio

D'autres ingrédients peuvent également être ajoutés à la préparation de base du liniment bio : de la **cire d'abeille** par exemple, permet généralement au mélange de rester plus homogène (l'huile et l'eau ont en effet tendance à se séparer avec le temps, ce qui n'altère en rien la qualité du produit). Certains **conservateurs**, comme le benzoate de sodium (naturellement présent dans certains fruits) seront également ajoutés à cette formulation pour permettre une utilisation de plus longue durée (de 1 à 3 mois). Si vous êtes à la recherche d'un **liniment bio**, vous souhaitez probablement un produit à la composition aussi "propre" que possible. Vérifiez donc toujours la liste des composants de votre flacon.

Il est également possible de créer son propre liniment bébé maison

Les **ingrédients du liniment bio** sont si simples qu'il est même possible de créer son propre **liniment bio maison** ! Il vous suffit pour cela de mélanger vous-même de l'eau de chaux, et de l'huile d'olive en proportions égales, et d'y ajouter de la cire d'abeille (fondue au préalable dans l'huile d'olive) pour stabiliser votre mélange. Attention cependant : les proportions de vos ingrédients doivent être scrupuleusement respectées ! L'eau de chaux peut en effet provoquer des brûlures sur la peau si elle est trop concentrée. En outre, veillez toujours à stériliser le contenant qui recevra votre solution de liniment, ainsi que le matériel utilisé pour le réaliser. En cas de doute, préférez faire appel à un liniment du commerce, dont l'innocuité est garantie.

Comment choisir le meilleur liniment bio pour mon bébé ?

En fonction de vos goûts, de la peau de votre bébé, mais aussi de votre marque favorite, le liniment bio qu'il vous faut peut varier ! Il n'existe pas un liniment unique et parfait pour tous les bébés. Cependant, certains critères peuvent vous aider à faire votre choix :

- **La longueur de la liste des ingrédients** : elle doit être la plus courte possible, contenant les composants de base (eau de chaux, huile et cire d'abeille), ainsi que certains conservateurs qui vous garantiront une utilisation sans risque du produit pendant plus de quelques jours.
- **Le choix de l'huile utilisée** : certes, l'huile d'olive est la plus connue, cependant elle est loin d'être la seule utilisée pour la confection des liniments ! L'huile de tournesol est appréciée pour sa parfaite tolérance cutanée, tandis que l'huile de calendula est particulièrement indiquée aux peaux sensibles.
- **Le choix du contenant** : lors du change, il est primordial d'être toujours à proximité de bébé, pour éviter les chutes de la table à langer. Pour ne pas quitter votre petit des yeux, il est donc nécessaire que les produits de soin soient à portée de main, mais qu'il puissent également être utilisés facilement. Privilégiez les présentations en flacon-pompe, particulièrement maniables et faciles à doser. En déplacement, utiliser un flacon de petit format ou des mini-dosettes.
- **La texture du liniment** : privilégiez une texture crémeuse, facile à étaler mais pas trop liquide. Le liniment doit être assez fluide pour permettre le nettoyage du siège, tout en laissant une couche protectrice de qualité sur les fesses de bébé.

Armé de ces critères, il ne vous reste plus qu'à choisir le liniment bio qui convient à votre bébé... Mais également à vous !

Comment utiliser mon liniment bébé ?

L'utilisation d'un liniment pour bébé est très simple :

- Si vous n'avez que de l'urine à nettoyer, utilisez directement le liniment. Dans l'idéal si des selles sont également présentes, rincez-les au préalable à l'eau et au savon.
- Utilisez un **carré de coton** assez large et propre. Déposez-y une noix de liniment.
- Nettoyez le siège de votre bébé, de l'avant vers l'arrière (ou s'il est couché sur le dos, de haut en bas) afin d'ôter l'urine et les impuretés.
- Lorsque la peau paraît nettoyée et que le coton que vous utilisez est propre lui-aussi après un passage, il vous suffit de remettre un nouveau linge, sans rincer afin de préserver les propriétés protectrices du liniment.

Si vous souhaitez utiliser votre liniment bio comme une **lotion hydratante**, il vous suffira de vous laver les mains pour ensuite masser la peau de bébé avec une noisette de produit. Si vous souhaitez enlever ses **croûtes de lait**, laissez poser un peu de liniment sur celles-ci avant de les ôter en douceur, à l'aide d'une **brosse douce** adaptée aux bébés. Vous pouvez ensuite réaliser un shampoing afin de retirer les dernières squames, en massant délicatement le crâne de votre petit.

Gifrer, Weleda, Babylena : retrouvez de nombreux liniments bio sur notre site

Pharmasimple vous propose un large choix de marques reconnues de liniments bio et produits pour bébés à prix démocratique. Prenez soin de votre petit tout en épargnant votre budget avec des soins d'hygiène biologique de qualité supérieure.

Découvrez les avis consommateurs sur nos liniments bio et profitez également de nombreuses promos attractives sur notre parapharmacie en ligne !