

Choisir sa crème éclaircissante sans risque pour sa santé

Les substances à bannir impérativement

- Hydroquinone : interdite en Europe (Règlement CE n° 1223/2009) en raison de risques cancérigènes et de dermatoses ochromoses.
- Corticoïdes (ex: bétaméthasone, clobétasol) : interdits en cosmétique car ils altèrent la barrière cutanée et provoquent des complications systémiques.
- Composés mercuriels (mercure ammoniacal, calomel) : strictement interdits mondialement pour leur toxicité rénale et neurologique grave.

Les actifs sûrs et efficaces à privilégier

- Niacinamide (vitamine B3) : freine efficacement le transfert des mélanosomes vers les kératinocytes.
- Acide kojique : reconnu pour son action dépigmentante (concentration maximale autorisée de 1% dans l'UE).
- Acide tranexamique : une alternative sûre qui réduit la synthèse de mélanine en inhibant la voie de la plasmine.
- Vitamine C (acide ascorbique) : puissant antioxydant qui prévient l'oxydation et l'hyperpigmentation.

Vérifications indispensables avant l'achat

- Exiger la liste INCI : tout produit sans liste complète ou avec un étiquetage non traduit est suspect (risque de contrefaçon ou produit illégal).
- Contrôler les dérivés d'arbutine : l'alpha-arbutine et la bêta-arbutine doivent respecter les concentrations conformes aux avis du CSSC.
- Rechercher des filtres UV : une crème éclaircissante est inefficace sans protection solaire, car les rayons UV stimulent en permanence la mélanogenèse.