



Comprendre les huiles végétales

Composition

Acides gras

Saturés

- Acide palmitique
- Acide laurique
- Acide stéarique
- Acide butyrique
- Acide arachidique
- Acide caprique
- Acide caprylique
- Acide myristique
- Acide béhénique
- Acide lignocérique

Insaturés

- Essentiels
 - Oméga-3
 - Acide alpha-linolénique
 - Oméga-6
 - Acide gamma-linolénique
 - Acide linoléique
 - Acide eicosadiénoïque
- Non essentiels
 - Oméga-7
 - Acide palmitoléique
 - Acide oléique
 - Oméga-9
 - Acide 11-éicosénoïque (galdoléique)
 - Acide érucique
 - Acide nervonique
 - Acide ricinoléique

Insaponifiables

- A
- B
- C
- D
- E
- H
- K
- PP

Vitamines

Protège de l'oxydation

Structure de la peau

Couche cornée

- Argan
- Avocat
- Beurre de karité
- Bourrache
- Calendula
- Germe de blé
- Millepertuis
- Olive
- Onagre
- Rose musquée

Épiderme

- Amande douce
- Argan
- Bourrache
- Calophylle
- Jojoba
- Onagre
- Rose musquée

Derme

- Calophylle
- Macadamia
- Noisette
- Noyaux d'abricot
- Sésame

Hypoderme

- Noisette
- Noyau d'abricot
- Sésame

Circulation générale

- Pépins de raisin
- Tournesol

Vitesse de pénétration

Dépend du pourcentage d'oméga 3 et 6. Plus il est important plus l'huile est dite sèche car elle pénètre rapidement.

Exception en cas de présence d'acide gadoléique ou d'acide palmitoléique qui accélère la vitesse de pénétration

Comédogénicité

Indice 0 non comédogène

- Argan
- Avocat
- Cameline
- Carthame
- Chanvre
- Jojoba
- Nigelle
- Noisette
- Tournesol

Indice 1 à 2 peu comédogène

- Amande douce
- Argousier
- Calendula
- Macadamia
- Neem
- Olive
- Onagre
- Pépin de raisin
- Ricin

Indice 3 à 4 comédogène

- Bourrache
- Chia
- Noix de coco
- Pêche
- Rose musquée

Indice 5 très comédogène

- Germe de blé