



Published on *Aroma-Zone* (<https://www.aroma-zone.com/cms>)

Accueil > aw_print_pdf.pages.inc

Actif cosmétique AHA Acides fruits Aroma-Zone

Fiche conseil

Actif cosmétique AHA - Acides de fruits

Cet actif très puissant permet littéralement de "faire peau neuve". De par leur effet "peeling" et leur action sur le renouvellement cellulaire, les AHA sont utilisés comme actif dans vos préparations pour lisser les rides, uniformiser et éclaircir le teint, estomper les taches pigmentaires et les irrégularités de la peau.



Présentation

Carte d'identité



Procédé d'obtention

Assemblage d'extraits aqueux de fruits et plantes

Fonction

Actif "éclat du teint", lissant et régénérant

Bienfaits et propriétés



Anti-âge



Bonne mine



Unifiant

Qualité

100% d'origine végétale (myrtille, canne à sucre, érable, orange, citron)

Désignation INCI

Aqua (eau : 45-55%) & Vaccinium myrtillus fruit extract (extrait de myrtille : 27-30%) & Saccharum officinarum extract (extrait de canne à sucre : 11-13%) & Citrus aurantium dulcis fruit extract (extrait d'orange : 3-5%) & Citrus limon fruit extract (extrait de citron : 3-5%) & Acer saccharum extract (extrait d'érable : 1-2%).

Présentation

Liquide incolore à jaune clair, conditionné dans un flacon en verre ambré avec codigoutte.

Teneur en acides de fruits

45 à 55 %, dont :

- Acide lactique : 28 à 32 %
- Acide glycolique : 12 à 17 %
- Acide citrique : 2 à 6 %
- Acide malique : jusque 1 %
- Acide tartrique : jusque 1 %

Applications **Difficulté de mise en oeuvre** **Je l'ajoute à une base neutre AZ** **Réalisation de recettes cosmétiques**



Propriétés et utilisations

Beauté

Propriétés

- **Kératolytique** : effet "peeling"
- Stimule le **renouvellement cellulaire**
- Stimule la synthèse des glycosaminoglycanes (composés qui forment la matrice de soutien de la peau, dont collagène) : effet jeunesse, redonne de l'élasticité à la peau

- **Aide à diminuer la profondeur des rides**
- Favorise l'atténuation des taches cutanées et des défauts de la peau : **uniformise le teint**
- Améliore l'**hydratation* de la peau**
- **Purifie** la peau (élimination des surplus de sébum et des cellules mortes)
- Rend les **cheveux brillants**

*hydratation des couches supérieures de l'épiderme

Indications

- Peaux ternes, teints brouillés
- Rides et ridules
- Taches cutanées, teint irrégulier
- Peaux à imperfections, peaux grasses
- Cheveux ternes

Quelques idées

S'utilise en tant qu'ingrédient dans vos préparations :

- Crèmes et masques "coup d'éclat"
- Soins jeunesse
- Soins lissants, éclaircissants ou unifiants
- Produits exfoliants, effet peeling
- Gel nettoyant purifiant pour peaux à imperfections
- Crèmes et lotions pour peaux grasses
- Shampoing brillance

Précautions

- Tenir hors de portée des enfants. Ne pas avaler, éviter le contact avec les yeux.
- Ne pas utiliser pur sur la peau. Respecter les dosages recommandés.
- Certaines peaux sont sensibles aux acides de fruits ; faites toujours un test de sensibilisation dans le pli du coude de chacune de vos préparations 48 h avant toute utilisation.

Consignes de tri de l'emballage



[1]

Téléchargez les consignes de tri de nos emballages [1]

En savoir +

Le terme **AHA** désigne des **acides alpha hydroxylés** (Alpha Hydroxy Acides). Ce sont des **acides carboxyliques**, dérivés principalement de **sucre de fruits**. Les principaux acides de fruits sont les acides lactique, malique, glycolique, citrique et tartrique.

Les plus connus sont les **acides glycoliques et lactiques** car ils ont une aptitude particulière à **pénétrer la peau** et sont couramment utilisés pour leur **effet peeling**. Ces peelings permettent littéralement de "**faire peau neuve**", redonnent de **l'éclat au teint, lissent les imperfections** de surface et de pigmentation, **atténuent rides et ridules...**

Les acides de fruits favorisent le **renouvellement cellulaire** mais sont également connus pour **augmenter l'élasticité** de la peau en **stimulant la production de collagène**.

Les propriétés des AHA peuvent s'expliquer par différents modes d'action:

1. **Action kératolytique** sur la couche cornée : les AHA affectent les liaisons ioniques et la stabilité de la couche cornée, ce qui provoque un décollement progressif de celle-ci.

2. **Augmentation du degré d'hydratation** de la couche cornée (propriété humectante)

3. Stimulation de la **biosynthèse des glycosaminoglycanes dermiques** (composés qui forment le tissu de soutien de la peau)

4. **Stimulation** de la production de **collagène**

5. **Amélioration des fibres élastiques** du derme réticulaire

Différentes études indiquent que **l'application régulière** prolongée (3 à 6 mois) d'AHA, permet la **d'atténuer les ridules**, la **diminution** de la **profondeur des rides** et **l'éclaircissement des zones hyperpigmentées**.

A l'inverse de l'acide rétinoïque (agent de "peeling" puissant), les **AHA** sont généralement **bien tolérés** par la peau.

En pratique

Caractéristiques générales

1 à 10%



1 à 5% pour une application régulière ; 5 à 10% pour un effet peeling ponctuel



1.2



pH recommandé : 4.0-5.5

pour un effet "peau neuve" optimal



1ml = environ 27 gouttes



Soluble dans l'eau



Insoluble dans l'huile

Utilisation en cosmétique maison

- 
CRÈME & LAIT
- 
SHAMPOOING
-



DOUCHE

•



GEL

•



GOMMAGE

•



MASQUE

sous forme de gel aqueux (non adapté aux masques à l'argile ou au masque peel-off)

Je l'ajoute à une base neutre AZ

Les AHA peuvent être intégrés dans une base neutre AZ toute prête pour réaliser :

- une émulsion : avec le Lait végétal neutre BIO, les Crèmes neutres Jeunesse BIO et Désaltérante BIO, la Base Masque capillaire neutre BIO,
 - un gel aqueux : avec le Gel d'Aloe vera BIO,
 - un produit moussant : avec la Base lavante neutre BIO, la Crème lavante neutre BIO et la Base Shampooing neutre BIO.
-

**INTÉGRER LES AHA DANS UNE DES BASES NEUTRES AZ (CITÉES CI-DESSUS)
POUR LA RÉALISATION D'UNE ÉMULSION, UN GEL AQUEUX, UN PRODUIT MOUSSANT**

 *En pratique...*



1 *Transvasez votre produit dans un bol de préparation cosmétique ou autre récipient adapté.*



2 *Ajoutez la quantité désirée d'AHA acides de fruits (voir tableau des dosages types ci-dessous et dans la limite du pourcentage maximal à incorporer dans la Base Neutre AZ de 5%).*



3 *Agitez pour bien homogénéiser.*



4 *Transvasez le produit dans son contenant, éventuellement à l'aide d'une pipette.*

Note : Tout ajout d'actif dans un produit cosmétique tout prêt peut en changer l'aspect (notamment la viscosité) et la stabilité. En particulier les AHA sont un actif acide qui peut déstabiliser les formules, surtout s'ils sont ajoutés à forte dose. Nous vous conseillons donc de vous limiter à un faible dosage (1-3%) et de commencer par essayer sur une petite quantité de produit.

Je réalise ma recette de A à Z

Les AHA peuvent être intégrés en tant qu'actif dans toutes vos formules contenant de l'eau : crèmes, laits, lotions, gels nettoyants, shampoings...



En pratique... **INTÉGRER LES AHA DANS TOUTES VOS FORMULES CONTENANT DE L'EAU**



1 Incorporez les AHA à froid, en fin de formulation.



2 Agitez pour bien homogénéiser.

L'Astuce Aroma-Zone :

- Si votre peau est sensible, vous pourrez intégrer dans votre préparation cosmétique un actif apaisant, comme le Bisabolol ou l'Allantoïne.
- Pour une efficacité optimale des AHA, le pH des formules doit être compris entre **4 et 5,5**. Les AHA ayant naturellement **tendance** à acidifier les préparations, le pH final sera généralement correct, mais nous vous déconseillons d'associer les AHA à des actifs alcalinisants (Vitamine C, sève de Bambou, lithothamne,) et vous recommandons de toujours **contrôler le pH de vos préparations** (sauf si vous suivez une de nos recettes).

Dosages types

Quantité totale de la formule finale	1% d'AHA	5% d'AHA	10% d'AHA
~ 30 g	0.3 g (environ 6 gouttes)	1.5 g (environ 34 gouttes)	3.0 g (environ 2.5 ml, soit 67 gouttes)
~ 50 g	0.5 g (environ 11 gouttes)	2.5 g (environ 42 gouttes)	5.0 g (environ 4 ml)
~ 100 g	1.0 g (environ 22 gouttes)	5.0 g (environ 4 ml)	10.0 g (environ 8 ml)

Associations

- **Synergies** : Si votre peau est sensible, ajoutez un **actif apaisant**, comme le **Bisabolol** ou l'**Allantoïne**, à vos préparations aux AHA.
- **Incompatibilités avec certains actifs** : nous vous déconseillons d'associer les AHA à des actifs alcalinisants (Vitamine C, sève de Bambou, lithothamne). En effet, les AHA acides de fruits sont un actif acide et pour une efficacité optimale, le pH des formules doit être

compris entre 4 et 5,5.

- **Incompatibilité avec les argiles** : les AHA acides de fruits étant un actif acide et nécessitant un pH légèrement acide pour une bonne efficacité, nous déconseillons de les incorporer dans vos masques à l'argile, qui sont plutôt légèrement alcalins de par la nature des argiles.
- **Incompatibilité avec le masque peel-off** : cet actif acide n'est pas adapté à l'ajout dans le masque peel-off (ne fonctionne pas en milieu acide).

Conservation

Conserver à température ambiante à l'abri de l'humidité et de la lumière. Bien refermer le flacon après usage.

équivalences

HUILES ESSENTIELLES	1 ml = 35 gouttes environ (avec nos codigouttes actuels)
HUILES VEGETALES	1 pression (pompe aluminium Aroma-Zone) = 0.15 ml environ
CONVERSION masse ↔ volume (pour un liquide)	MASSE (g) = DENSITE x VOLUME (ml) à 20°C
INFORMATION COMPLEMENTAIRE	1 cuillère à café pleine = entre 3 et 4.5 ml 1 cuillère à soupe pleine = entre 7.5 et 10 ml <i>Néanmoins, ces correspondances en cuillères dépendent de nombreux facteurs (viscosité du liquide, température, profondeur et taille de la cuillère, comportement rhéologique du liquide,...) et nous vous conseillons vivement d'utiliser du matériel de mesure précis (éprouvettes graduées, pipettes graduées, balance de précision).</i>

Bibliographie

1. Documentations fournisseur
2. *Chemical peeling--evaluation of glycolic acid in varying concentrations and time intervals, Indian J Dermatol Venereol Leprol. 2001 Jan-Feb ; 67(1) : 28-9, Gupta RR, Mahajan BB, Garg G.*
3. *Chemical peeling--glycolic acid versus trichloroacetic acid in melasma, Indian J Dermatol Venereol Leprol. 2001 Mar-Apr ; 67(2) : 82-4,*

Kalla G, Garg A, Kachhawa D.

4. The effect of glycolic acid on cultured human skin fibroblasts: cell proliferative effect and increased collagen synthesis, J Dermatol. 1998 Feb ; 25(2) : 85-9. Kim SJ, Won YH.

5. Increased in vivo collagen synthesis and in vitro cell proliferative effect of glycolic acid, Dermatol Surg. 1998 Oct ; 24(10): 1054-8, Kim SJ, Park JH, Kim DH, Won YH, Maibach HI.

6. Alpha-hydroxyacid chemical peeling agents: case studies and rationale for safe and effective use. Briden ME. Cutis, 2004 Feb ; 73(2 Suppl) : 18-24.

7. <http://hygiaform.free.fr/formation.html>



Source URL: <https://www.aroma-zone.com/cms/fiche-technique/actif-cosmetique-aha-acides-fruits-aroma-zone>

Links:

[1] <https://www.aroma-zone.com/cms/sites/default/files/PDF/Guide-Triman.pdf>

[2] [https://www.aroma-zone.com/cms/\"+_href+\"](https://www.aroma-zone.com/cms/\)