

禪

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

Accueil > aw_print_pdf.pages.inc

Huile végétale Fenugrec BIO Aroma-Zone

Fiche conseil

Huile végétale de Fenugrec BIO

Réputée pour fortifier les cheveux et stimuler leur pousse, l'huile végétale de Fenugrec BIO est appréciée pour préparer des bains d'huiles capillaires ou des huiles de massage du cuir chevelu. L'huile végétale de Fenugrec BIO est également utilisée comme actif raffermissant et pour augmenter le galbe de la poitrine.



Présentation

Carte d'identité



Procédé d'obtention

Extrait CO2 de Fenugrec BIO dilué dans de l'huile végétale de Sésame BIO vierge, pour un **produit puissant**, avec une concentration optimale en Fenugrec tout en maintenant la facilité d'utilisation et de dosage.

Produit 100% naturel, sans utilisation de solvant volatil. Cette huile ne subit aucun raffinage ni traitement chimique, ni extraction au solvant, contrairement à de nombreuses "huiles de Fenugrec".

Partie de la plante extraite

Graines

Nom botanique

Trigonella foenum-graecum

Famille botanique

Fabacées

Fonction

Ingrédient cosmétique

Bienfaits et propriétés



*Beauté
des cheveux*



*Fortifiant
capillaire*



Raffermissant

Qualité

100% naturelle, sans aucun traitement chimique, qualité cosmétique.

Pays d'origine

Fenugrec et Sésame : Inde ; production du mélange : France

Culture



COSMOS
ORGANIC



COSMOS
ORGANIC

100 % du total des ingrédients sont issus de l'Agriculture Biologique.

COSMOS ORGANIC certifié par Ecocert Greenlife selon le référentiel COSMOS disponible sur <http://COSMOS.ecocert.com> [1]

Désignation INCI

Sesamum indicum seed oil, Trigonella foenum-graecum seed oil

Potentiel oxydatif

En savoir plus sur le potentiel oxydatif des beurres et huiles... [2]

Qualité

Date de production

Mars 2019 (lot 19HV0122) et Juillet 2018 (lot 19HV0193)

A utiliser de préférence avant fin

Mars 2021 (lot 19HV0122) et Janvier 2021 (lot 19HV0193)

Sur l'étiquette, le numéro de lot est suivi d'une lettre indiquant la série de conditionnement.

Propriétés organoleptiques

- **Aspect** : liquide huileux
- **Couleur** : jaune
- **Odeur** : de graines de fenugrec fraîches, sans note grillée
- **Toucher** : huile assez riche

Indice de saponification

Composition

Composition en acides gras majoritaires - Chromatographie phase gaz du lot 19HV0122 :

- Acides gras essentiels poly-insaturés (AGPI ou AGE) ou vitamine F : **acide linoléique (oméga-6) (51.38%)**
- Acides gras mono- insaturés (AGMI) : **acide oléique (oméga-9) (30.60%)**
- Acides gras saturés (AGS) : acide stéarique (3.15%), acide palmitique (12.80%)

Composition en acides gras majoritaires - Chromatographie phase gaz du lot 19HV0193 :

- Acides gras essentiels poly-insaturés (AGPI ou AGE) ou vitamine F : **acide linoléique (oméga-6) (47.57%)**
- Acides gras mono- insaturés (AGMI) : **acide oléique (oméga-9) (33.48%)**
- Acides gras saturés (AGS) : acide stéarique (2.66%), acide palmitique (12.48%)

Zoom sur l'acide linoléique : l'acide linoléique est un acide gras polyinsaturé appartenant à la famille des omégas-6. Cet acide gras n'est pas synthétisé par l'organisme, c'est donc un acide gras "essentiel". Sur la peau, l'acide linoléique permet de limiter les pertes hydriques de la peau tout en présentant des qualités adoucissantes et nutritives.

Zoom sur l'acide oléique : l'acide oléique vient du latin "oleum" qui veut dire huile. Ce lipide fait partie de la famille des oméga-9. L'acide oléique est le plus abondant des acides gras mono-insaturés à chaîne longue dans notre organisme. Très nourrissant pour la peau, il la rend plus souple et plus douce mais aussi plus éclatante.

Autres constituants actifs :

Conditions de conservation

Huile végétale stable. A conserver au sec, à l'abri de la chaleur et de la lumière.

Propriétés et utilisations

Soin des cheveux

Propriétés

- Traditionnellement connue pour lutter contre la chute de cheveux et stimuler leur pousse.
- Gaine et nourrit la fibre capillaire, renforce le cheveu de la racine à la pointe.
- Redonne force et vitalité aux cheveux
- Apporte du volume à la chevelure

Utilisations

L'huile végétale de Fenugrec est excellente pour :

- Chute de cheveux
- Stimulation de la pousse des cheveux
- Cheveux secs et cassants, cheveux abîmés, colorés, décolorés
- Cheveux ternes et dévitalisés, cheveux mous, fins, manquant de volume

L'huile végétale de Fenugrec s'utilise comme ingrédient dans vos préparations pour réaliser :



- Bains d'huile fortifiants
- Huiles de massage du cuir chevelu et frictions stimulantes
- Crèmes capillaires sans rinçage
- Après-shampooings nourrissants et gainants
- Sérums réparateurs pour les pointes
- Shampooings-crèmes nourrissants et fortifiants

Recettes minute

Bain d'huile Force & Volume

- **1 c à soupe HV Fenugrec BIO**
- **1 c à soupe Macérât huileux de Brahmi & Bhringaraj BIO**

Appliquer le mélange en massages sur le cuir chevelu puis sur les pointes en faisant pénétrer mèche par mèche. Laisser poser environ 1 h puis éliminer à l'aide d'un shampooing.

Sérum stimulant Pousse des cheveux

- 1 c. à soupe HV Fenugrec BIO
- 2 c. à café HV Moutarde BIO
- 1 c. à café HV Nigelle BIO
- 20 gouttes HE Romarin à cinéole BIO

Mélanger tous les ingrédients et dans un flacon compte-goutte 30 ml. Appliquer quelques gouttes du mélange sur le cuir chevelu en massages doux. Laisser poser 30 minutes à 1 h puis éliminer avec un shampoing doux.

HE = Huile essentielle - HV = Huile végétale - c. à soupe : cuillère à soupe - c. à café : cuillère à café

Synergies



Pour nourrir, gagner et fortifier les cheveux : huiles végétales de Coco, Pracaxi, Avocat, Abyssinie, Argan, Piqui, Brocoli, macérât huileux d'Amla, beurres de Mangue, Murumuru.



Pour lutter contre la chute des cheveux et stimuler la pousse : huiles végétales de Moutarde, Coco, Chaulmoogra, Nigelle, macérâts huileux d'Amla, de Brahmi & Bhringaraj, huiles essentielles de Bay Saint Thomas, Pamplemousse, Sauge sclarée, Cèdre de l'Atlas.



Pour réaliser des émulsions après-shampooing ou crèmes capillaires : émulsifiants BTMS, Conditionneur végétal

Soin de la peau

Propriétés

- Riche en composés antioxydants, aide la peau à lutter contre les dommages liés aux radicaux libres et à prévenir les signes de l'âge.
- Régénérante et nourrissante
- Assouplissante, elle redonne élasticité et confort à la peau tout en apportant un toucher pénétrant.
- Raffermissante, elle lutte contre le relâchement cutané, et elle est réputée pour augmenter le galbe de la poitrine

Utilisations

L'huile végétale de Fenugrec est excellente pour :

- Soins du buste, soins galbants corps
- Peaux matures, relâchement cutané, prévention du vieillissement prématuré
- Peaux sèches à très sèches

L'huile végétale de Fenugrec s'utilise comme ingrédient dans vos préparations pour réaliser :



- Sérums tenseurs pour le buste
- Soins galbants corps (huile de massage, lait...)
- Crèmes anti-âge, régénérantes, pour le visage ou le corps
- Sérums et huiles de soin visage et corps

Recettes minute

 **Sérum galbant spécial buste**

- **1 c. à soupe HV Fenugrec BIO**
- **1 c. à soupe Macérât huileux de Bellis BIO**
- **10 gouttes HE Géranium Bourbon BIO**

Mélanger les ingrédients dans un flacon 30 ml. Appliquer quelques gouttes en massages circulaires sur le buste tous les soirs.

 **Huile sculptante fesses & hanches**

- **2 c à soupe HV Fenugrec BIO**
- **1 c à soupe HV Chaulmoogra**
- **20 gouttes HE Christe marine**
- **20 gouttes HE Pamplemousse sans furocoumarines BIO**

Mélanger tous les ingrédients dans un flacon 50 ml. Appliquer en massages après la douche.

HE = Huile essentielle - HV = Huile végétale - c. à soupe : cuillère à soupe - c. à café : cuillère à café

Synergies



Pour prendre soin du buste : Macérât huileux de Bellis, Extrait de Kigelia, actifs cosmétiques Bio-remodelant et Elastine booster (en émulsion seulement pour ces 3 derniers actifs, qui sont insolubles dans l'huile), huiles essentielles de Ciste ladanifère, Géranium Bourbon..



Pour les soins galbants corps : huiles végétales de Chaulmoogra et Touloucouna (anti-cellulite), huiles essentielles de Christe marine, Pamplemousse sans furocoumarines, Fenouil, Géranium Egypte ou Bourbon...



Pour les soins anti-âge : huiles végétales d'Argan, Cerise, Cranberry, Figue de Barbarie, Framboise, Marula, Onagre, Rose musquée, huiles essentielles de Bois de Hô, Linaloe baies, Rose de Damas, Géranium, Encens, Ciste ladanifère...

En savoir plus...



Découvrez notre dossier "**Cheveux en beauté**^[3]" pour en apprendre davantage et construire votre programme personnalisé...

Précautions

- **Ne pas avaler**, usage externe uniquement.
- Déconseillée pendant la grossesse et l'allaitement.
- Eviter le contact avec les yeux.
- Tenir hors de portée des enfants.

Consignes de tri de l'emballage



[4]

Téléchargez les consignes de tri de nos emballages [4]

En savoir +

Connu depuis l'Antiquité comme plante fourragère, le Fenugrec tire son nom ***foenum-graecum***, qui signifie "foin grec" en latin, de son utilisation durant l'Empire romain pour alimenter les animaux d'élevage. Plus de 1500 ans avant notre ère, les Egyptiens extrayaient de cette plante les substances aromatiques pour embaumer les morts et purifier l'air des lieux de vie et des sites sacrés.

Originaire du Moyen-Orient, le fenugrec s'est répandu au fil du temps sur le pourtour méditerranéen, au Liban, en Chine ou encore en Inde, où il est **particulièrement apprécié comme épice**. On le retrouve notamment dans les mélanges d'épices locaux tels que le Sambar Curry, le Vadouvan indien ou le Tandoori masala.

Traditionnellement utilisé pour lutter contre la calvitie au Moyen âge, le fenugrec est utilisé encore aujourd'hui dans des **lotions capillaires fortifiantes** en Inde et au Moyen-Orient. Intimement lié à la naissance, il fait aussi partie d'un rite durant lequel la jeune mère reçoit des plats agrémentés de poudre de graines de fenugrec pour **favoriser la montée de lait**.

Les graines de fenugrec renferment une **huile précieuse réputée pour ses bienfaits pour la peau et les cheveux**. Intégrée à vos préparations de cosmétiques "maison", elle est idéale pour **renforcer la chevelure et lutter contre la chute de cheveux**. Traditionnellement réputée pour **augmenter le volume de la poitrine et raffermir la peau**, l'huile de Fenugrec est également idéale pour composer vos **soins pour le buste ou le corps**. Un ingrédient cosmétique parfait pour celles qui se

lamentent de leur petite poitrine !

AVERTISSEMENT : Ces propriétés, indications et modes d'utilisation sont tirés des ouvrages ou sites Internet de référence en aromathérapie, hydrolathérapie et phytothérapie. On les y retrouve de façon régulière et pour beaucoup confirmés par des observations en milieu scientifique. Toutefois, ces informations sont données à titre informatif, elles ne sauraient en aucun cas constituer une information médicale, ni engager notre responsabilité. Pour tout usage dans un but thérapeutique, consultez un médecin.

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)	$MASSE (g) = DENSITE \times VOLUME (ml) \text{ à } 20^{\circ}C$
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. 1. Ozan Nazim Ciftci et al. Characterization of Fenugreek (*Trigonella foenum-graecum*) Seed Lipids. *J Am Oil Chem Soc* (2011) 88
2. 2. Dorsaf Moalla Rekik et al. Evaluation of Wound Healing Properties of Grape Seed, Sesame, and Fenugreek Oils. *Hindawi Publishing Corporation Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine* Volume 2016, Article ID 7965689
3. 3. K. Ghedira et al. Fenugrec : *Trigonella foenum-graecum* L. (Fabaceae ex. Leguminosae). *Phytothérapie* (2010) 8
4. 4. J. Hemavathy & J. V. Prabhakar. Lipid Composition of Fenugreek (*Trigonella foenum-graecum* L.) Seeds. *Food Chemistry* 31 (1989)
5. 5. N Akhtar et al. Effect of Cream Formulation of Fenugreek Seed Extract on Some Mechanical Parameters of Human Skin. *Tropical Journal of Pharmaceutical Research* August 2010; 9 (4)
6. 6. MUHAMMAD K. WAQAS et al. Formulation and characterization of a cream containing extract of fenugreek seeds. *Acta Poloniae Pharmaceutica ñ Drug Research*, 2010 Vol. 67 No. 2



Source URL: <https://www.aroma-zone.com/cms/fiche-technique/huile-vegetale-fenugrec-bio-aroma-zone>

Links:

- [1] <http://COSMOS.ecocert.com>
- [2] <https://www.aroma-zone.com/cms/dossier-thematique/le-potentiel-oxydatif-des-huiles-vegetales>
- [3] <https://www.aroma-zone.com/info/dossier-thematique/dossier-thematique-cheveux-en-beaute>
- [4] <https://www.aroma-zone.com/cms/sites/default/files/PDF/Guide-Triman.pdf>
- [5] [https://www.aroma-zone.com/cms/\"+_href+\"](https://www.aroma-zone.com/cms/\)