



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

Accueil > [aw_print_pdf.pages.inc](#)

Huile végétale Moutarde BIO Aroma-Zone

Fiche conseil

Huile végétale de Moutarde BIO

Très appréciée en Inde et au Maghreb pour les soins capillaires, l'huile végétale de moutarde est réputée pour favoriser la pousse des cheveux et lutter contre leur chute. De plus, elle apporte à vos préparations une action gainante et fortifiante sur les longueurs, grâce à sa richesse en acide érucique. Cette huile puissante à l'odeur piquante a un effet chauffant sur la peau, ce qui en fait également une alliée pour préparer des huiles de massage pour le confort des sportifs.



Présentation

Carte d'identité



Procédé d'obtention

Première pression à froid

Partie de la plante extraite

Graines

Nom botanique

Brassica nigra

Famille botanique

Brassicacées

Fonction

Ingrédient cosmétique

Qualité

100% pure et naturelle, **vierge**, première pression à froid, sans aucun traitement chimique, qualité cosmétique

Pays d'origine

Inde

Culture





Biologique, certifiée par Ecocert Greenlife selon le référentiel Ecocert disponible sur <http://cosmetiques.ecocert.com> [1]

Autre nom

Moutarde noire, mustard oil, sénevé noir

Désignation INCI

Brassica nigra seed oil

Potentiel oxydatif

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

Qualité

Date de production

Novembre 2019 (lot 20HV0001)

A utiliser de préférence avant fin

Novembre 2021 (lot 20HV0001)

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

Propriétés organoleptiques

- **Aspect** : liquide huileux fluide
- **Couleur** : jaune doré
- **Odeur** : piquante, caractéristique, qui "monte au nez", avec des notes vertes de crucifère
- **Toucher** : assez sec, pénètre rapidement

Densité

0.90-0.92

Indice de saponification

173

Composition

Composition en acides gras - Chromatographie phase gaz du lot 20HV0001 :

- Acides gras mono-insaturés (AGMI) : **acide érucique (44.97%)**, acide oléique (9.63%), acide eicosénoïque (5.41%)
- Acides gras poly-insaturés (AGPI): acide linoléique (omé-6) (15.76%), **acide alpha-linolénique (oméga-3) (9.45%)**

Autres constituants actifs :

- **Isothiocyanate d'allyle** (composé responsable de l'odeur piquante de la moutarde et de ses effets chauffants puissants sur la peau)

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

- Connue pour stimuler la pousse des cheveux
- Aide à lutter contre la chute des cheveux
- Effet légèrement chauffant, action tonifiante au niveau du cuir chevelu
- Gaine et nourrit la fibre capillaire, apporte brillance et douceur aux cheveux
- Lutte contre les pellicules

Indications

- Chute de cheveux

- Stimulation de la pousse
- Cheveux fins, mous, ternes, fatigués
- Cheveux secs ou desséchés
- Pellicules

Utilisations

- En bain d'huile, en mélange à votre préparation huileuse
- Dans la composition de sérums capillaires, pour le cuir chevelu ou les pointes
- En massages et frictions du cuir chevelu, mélangée à votre préparation huileuse.

Quelques idées

Bain d'huile "Pousse des cheveux"



2 c. à café HV
Moutarde



1 c. à café HV Coco



1 c. à soupe HV Ricin

*Appliquez sur le cuir chevelu en massages ,et sur les longueurs en massant mèche par mèche.
Laissez poser 20-30 minutes sous un film recouvert d'une serviette pour garder la chaleur, puis éliminez à l'aide d'un shampoing doux.*

Massage anti-chute



2 c. à café
HV
Moutarde

+

1 C. à café
HV
Chaulmoogra

+

1 c. à café
HV Jojoba

+

5 gouttes HE
Pamplemousse

+

5 gouttes
HE Cèdre
de l'Atlas

Appliquez sur le cuir chevelu et effectuez un massage doux. Laissez poser 15-30 minutes, puis éliminez à l'aide d'un shampoing doux.

HE = Huile Essentielle - HV = Huile Végétale

Synergies

- **Pour une action fortifiante et stimulante de la pousse** : huiles végétales de Coco, Ricin, Avocat, Sapote, huiles essentielles de Bay Saint Thomas, Pamplemousse, Romarin à cinéole, Romarin à verbénone, poudres d'Amla, Kapoor kachli, Brahmi, Prêle...
- **Pour une action anti-chute** : huiles végétales de Ricin, Chaulmoogra, Nigelle, huiles essentielles de Sauge sclarée, Pamplemousse, Cèdre de l'Atlas, poudres de Bhringaraj, Amla, Prêle, Ortie
- **Pour lutter contre les pellicules** : huiles végétales de Baies de laurier et de Chaulmoogra, huiles essentielles de Palmarosa, Laurier noble, Patchouli, poudres de Neem, Brahmi
- **Pour nourrir les cheveux secs** : huiles végétales de Coco, Avocat, Argan, Pracaxi, Sapote, beurres de Murumuru, Mangue, Karité
- **Pour gagner et faire briller les cheveux** : huiles végétales d'Abyssinie, Papaye, Piqui, Ricin, Jojoba, Coco

En pratique

Cette huile puissante, chauffante et piquante, s'utilise **en mélange** dans votre préparation huileuse.

L'huile végétale de Moutarde peut être utilisée :

- **En "bain d'huile"** : en mélange à votre préparation huileuse, appliquer le produit sur le cuir chevelu en massages doux, puis enduire les cheveux en insistant sur les pointes. Masser les cheveux puis les envelopper d'une serviette chaude. Laisser poser quelques temps puis effectuer un shampooing.
- **En sérum ou friction pour le cuir chevelu** : en mélange à votre préparation huileuse, appliquer quelques gouttes de préparation et effectuer des massages doux. Laisser poser 10 à 15 minutes puis effectuer un shampooing.
- **En sérum capillaire sur les longueurs et pointes** : en mélange à votre préparation huileuse, chauffer la préparation en frottant entre les paumes et appliquer par petites touches sur les longueurs et pointes, en soin protecteur et gainant.
- L'huile de Moutarde peut également être utilisée **en phase huileuse dans la composition de soins** capillaires.

Soin de la peau

Propriétés

- Effet légèrement chauffant
- Stimulante, tonifique et raffermissante

Utilisations

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

- Soins corps toniques, raffermissants, soins minceur
Soins du buste raffermissants
- Huiles de massage "chauffantes", par exemple avant le sport

Quelques idées

Huile stimulante et raffermissante pour le buste



10 ml HV Moutarde



20 ml MH Bellis

Appliquez localement en massage doux.

Huile chauffante des muscles



30 ml HV
Moutarde



70 ml MH
Arnica



70 gouttes
HE Baies
roses ou
Poivre noir



70 gouttes
HE
Térébenthine

Appliquez localement en massages, avant une séance de sport par exemple.

HE = Huile Essentielle - HV = Huile Végétale - MH = Macérât huileux

Synergies

- **Pour les soins du buste** : macérât huileux de Bellis
- **Pour un effet chauffant** : huiles essentielles de Poivre noir, Térébenthine, Baies roses
- **Pour une action après le sport** : macérât huileux d'Arnica, huiles essentielles de Romarin à camphre, Lavandin super ou grosso
- **Pour une action calmante** : macérât huileux d'Arnica, huiles essentielles de Gaulthérie couchée ou odorante, Eucalyptus citronné, Katafray, Eucalyptus staigeriana...
- **Pour un soin minceur** : caféine (en soin bi-phase ou en émulsion car la caféine n'est pas soluble dans l'huile), poudre de Guarana...

En pratique

Cette huile puissante, chauffante et piquante, s'utilise toujours diluée sur la peau, en mélange à votre préparation huileuse.

Elle peut être utilisée :

- **En mélange à votre préparation huileuse**, pour composer une huile de massage ou une huile de soin pour le corps.
- **En phase huileuse** dans la composition de crèmes ou laits pour le corps.

En savoir plus...



Découvrez notre dossier thématique "**Le Cheveu**^[3]" pour en apprendre davantage et construire votre programme de soin capillaire personnalisé...

Précautions

- **Huile puissante et piquante**, peut être irritante. Il est nécessaire de l'utiliser **diluée dans une préparation huileuse plus neutre, à hauteur de 10-50% maximum**. Déconseillée sur le visage. De manière générale, faites un test de votre préparation dans le pli du coude 24h à 48h avant utilisation sur la peau ou le cuir chevelu.
- Une sensation d'échauffement (léger) et picotements peut subvenir lors de la pose de votre préparation sur le cuir chevelu ou la peau, ce qui, entre autre, témoigne de l'activité de l'huile, mais si la sensation devient inconfortable, rincez le produit avec un shampoing ou savon

doux. Nous conseillons de ne pas laisser poser plus d'1h les soins à l'huile de moutarde sur le cuir chevelu.

- **Ne pas avaler.** L'huile végétale de Moutarde, du fait de sa teneur élevée en acide érucique n'est pas considérée comme comestible en Europe.

- Déconseillée aux enfants.

Consignes de tri de l'emballage



[4]

Téléchargez les consignes de tri de nos emballages [4]

En savoir +

La moutarde noire, *Brassica nigra*, est une plante herbacée annuelle de la famille des Brassicacées. Elle est largement cultivée pour ses **graines à la saveur piquante**, qui servent comme épice ou sont broyées pour la préparation de condiment.

La moutarde doit son goût **piquant** à la présence d'**isothiocyanate d'allyle**, qui se forme quand les graines sont broyées. En effet, comme toutes les Brassicacées, la moutarde noire contient des glucosinolates (composés responsables de "l'odeur de chou"), qui, lorsque les graines sont broyées, se dégradent au contact d'une enzyme (myrosinase) présente dans d'autres compartiments cellulaires, pour libérer de l'isothiocyanate d'allyle.

Les graines de moutarde noire sont traditionnellement utilisées broyées ou sous forme de farine pour réaliser des **cataplasmes chauffants pour apaiser les douleurs rhumatismales ou lutter contre les toux et bronchites**.

L'huile végétale de Moutarde, **obtenue par pression à froid des graines de moutarde**, contient également une petite quantité d'isothiocyanate d'allyle, qui lui donne son **pouvoir chauffant et son odeur piquante** caractéristique.

Il existe plusieurs espèces de moutarde, nommés selon la couleur des graines. La moutarde noire permet d'obtenir une **huile fortement aromatique**, plus piquante que la moutarde jaune ou blanche.

Utilisée dans la **tradition ayurvédique**, cette huile est très réputée dans les soins des cheveux, et ainsi conseillée pour **favoriser la pousse des cheveux et lutter contre leur chute**, mais aussi pour **lutter contre les pellicules**. Elle aurait même le pouvoir de **prévenir le blanchissement prématuré** des cheveux ! Sa richesse en acide érucique, acide gras à longue chaîne, en fait également un excellent **actif gainant et protecteur** sur les

longueurs et les pointes. Dans les soins de la peau, elle est réputée pour stimuler la **microcirculation**, ce qui produit un **effet chauffant et tonique**. Dans les produits pour le corps, elle est surtout appréciée pour les massages chauffants des sportifs.

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.

Recettes d'aromathérapie issues de la Bibliographie

HE = Huile Essentielle

HV = Huile Végétale ou macérât huileux

BEAUTÉ

Soin du visage

Masque pour les cheveux Stimuler la pousse (Naturellement Lyla)

Les huiles végétales de moutarde et de ricin sont réputées pour accélérer efficacement la croissance des cheveux. Elles sont également fortifiantes et nourrissantes. L'huile essentielle d'ylang-ylang complète permet de ralentir la chute.

- Huile végétale de moutarde : 2 c. à soupe
- Huile végétale de ricin : 2 c. à soupe
- Huile essentielle d'ylang-ylang complète : 5 gouttes

Mode opératoire : Dans un bol, mélanger tous les ingrédients jusqu'à obtention d'une préparation homogène.

Utilisation :

Appliquer ce masque sur le cuir chevelu sec. Masser et laisser poser 30 minutes avant de passer au shampoing.

Les cheveux seront vite fortifiés et pousseront beaucoup plus rapidement. A renouveler au moins deux fois par mois jusqu'à obtention du résultat souhaité.

Précautions : L'huile végétale de moutarde peut picoter. Cela signifie qu'elle agit correctement. Néanmoins, si cela est trop inconfortable, il est préférable de retirer immédiatement le masque en faisant un shampoing. En effet, cette huile est déconseillée pour les cuirs chevelus sensibles.

Contre-indications : Ne pas utiliser l'huile essentielle d'Ylang-ylang complète durant les trois premiers mois de grossesse, ainsi que chez les femmes allaitantes.

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 fournisseurs
2. *Textbook of Pharmacognosy and Phytochemistry*, de Biren Shah et Avinash Seth, 2009.

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

Links:

[1] <http://cosmetiques.ecocert.com>

[2] <https://www.aroma-zone.com/cms/dossier-thematique/le-potentiel-oxydatif-des-huiles-vegetales>

[3] <https://www.aroma-zone.com/dossier-thematique/le-cheveu>

[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/\)