

Le guide des bougies naturelles

Rallumer la flamme propre





LE GUIDE DE LA BOUGIE NATURELLE

DE QUOI VA-T-ON PARLER DANS CE GUIDE ?

- Les bougies sont-elles toxiques ?
- Les différents composants des bougies naturelles
 - > La cire
 - > Le parfum
 - > La mèche
 - > Le contenant



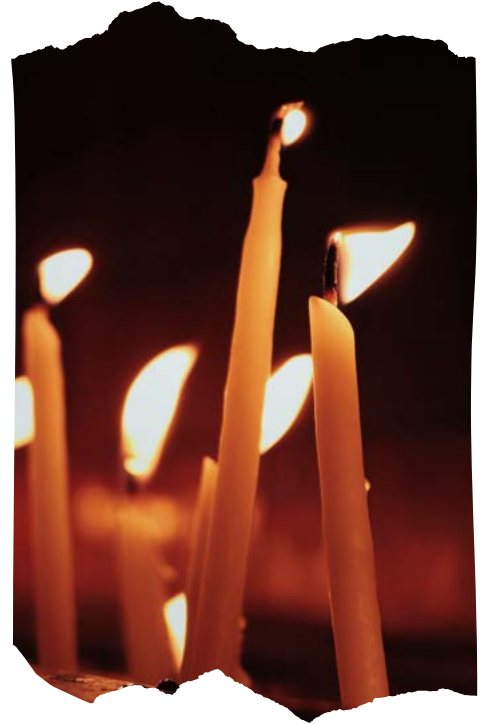


LE GUIDE DE LA BOUGIE NATURELLE

LES BOUGIES SONT-ELLES TOXIQUES ?

Depuis plusieurs siècles, les bougies font partie de notre quotidien. D'abord utilisées uniquement par la noblesse et le clergé, elles sont devenues aujourd'hui des objets de décoration incontournables pour toute la population.

Les premières bougies étaient composées de jonc, trempé dans la graisse animale (le suif), qu'on utilisait pour fabriquer des chandelles, plus pratiques que les lampes à huile. Dès 1800, les techniques se sont développées, et c'est la paraffine, dérivée du pétrole, qui va être la plus utilisée. Son coût est faible, et elle permet une bonne expérience de brûlage.



Seulement voilà, vous l'avez bien lu, c'est un dérivé du pétrole. Lors de la combustion, la bougie émet des particules toxiques et cancérigènes. En plus de cela, les parfums utilisés sont bourrés de phtalates, un composant qui va permettre de fixer le parfum et de fluidifier le liquide. Certaines études ont montré que l'exposition prolongée à ces substances serait la cause d'une baisse de fertilité, ou de malformation chez le fœtus.

Quand on apprend tout ça, on a envie de jeter toutes les bougies de nos placards et de ne plus jamais craquer une allumette pour en allumer une.

Heureusement, il existe aujourd'hui des alternatives beaucoup moins dangereuses pour la santé. Ce sont les bougies naturelles. Je vais vous présenter les différents composants possibles de ces bougies naturelles, et vous pourrez ainsi choisir celles qui vous semblent le mieux.

LES DIFFÉRENTS COMPOSANTS DES BOUGIES NATURELLES

La cire

Commençons par le plus important dans une bougie : la cire. Dans les bougies naturelles, on distingue deux types de cires : animale et végétale.



La cire d'abeille est utilisée pour bien des choses, et notamment des bougies. Elle a une bonne tenue, et restitue assez bien les parfums. Elle est assez onéreuse, et n'est pas vegan. Utilisée depuis très longtemps également, elle a rapidement remplacé le jonc qui dégageait trop de fumée et d'odeur désagréable.

Son prix élevé en a fait un produit de « luxe » utilisé par les plus riches. Aujourd'hui, on en trouve à un prix raisonnable.

Les cires végétales sont diverses et variées. Elles sont plus grasses que la cire d'abeille ou la paraffine et peuvent ainsi laisser des traces sur le verre. Mais rien qui ne puisse partir avec un petit nettoyage au savon !

Nous allons maintenant nous concentrer sur trois cires différentes : la cire de soja, de colza et de palme.

LES DIFFÉRENTS COMPOSANTS DES BOUGIES NATURELLES

La cire

La cire de soja est aujourd'hui assez connue. Elle est très souvent utilisée pour une grande majorité des bougies naturelles que l'on peut trouver dans le commerce. Elle est souvent cultivée sans OGM et sans pesticides, et elle est biodégradable. Son point de fusion (c'est-à-dire la température à laquelle elle fond) est assez bas, et permet à la bougie de brûler plus longtemps. Elle restitue très bien les parfums. Certains fournisseurs mettent en avant les recherches sur l'éthique du producteur, afin de garantir que le soja utilisé ne provient pas de la déforestation.



La cire de palme est également une cire végétale. Elle convient très bien aux débutants car elle est très stable. Elle permet la réalisation de bougies moulées très facilement qui refroidissent deux à trois fois plus rapidement que les autres cires. Par contre, tout comme l'huile de palme la cire de palme est au cœur de polémiques environnementales. C'est un choix qui se pose pour chaque fabricant.

LES DIFFÉRENTS COMPOSANTS DES BOUGIES NATURELLES

La cire

La cire de colza est bien moins connue que la cire de soja, et pourtant, elle présente beaucoup d'avantages. Elle est également cultivée sans OGM et sans pesticides en Europe et est biodégradable. Son point de fusion est bas, ce qui permet à la bougie de brûler plus longtemps. C'est d'ailleurs la cire qui restitue le mieux le parfum, à froid et à chaud. À noter que le colza est cultivé en rotation des cultures, ce qui évite à la terre de s'épuiser.



En revanche, elle est très capricieuse, et demande à ce que l'environnement de fabrication soit très contrôlé : pas trop chaud, pas trop froid, pas trop sec ni trop humide ... Les techniques de fabrication doivent être au point.

Note personnelle : chez Positive n' Green, les bougies sont à base de cire de colza. Cette cire m'a convaincue par l'aspect écologique de sa culture dans les champs, mais également pour sa provenance plus proche de chez moi, les kilomètres parcourus faisaient partie de mes préoccupations. Malgré les difficultés que je peux rencontrer, je maîtrise de mieux en mieux cette cire et n'y ajoute aucun additif pour l'améliorer.



LE GUIDE DE LA BOUGIE NATURELLE

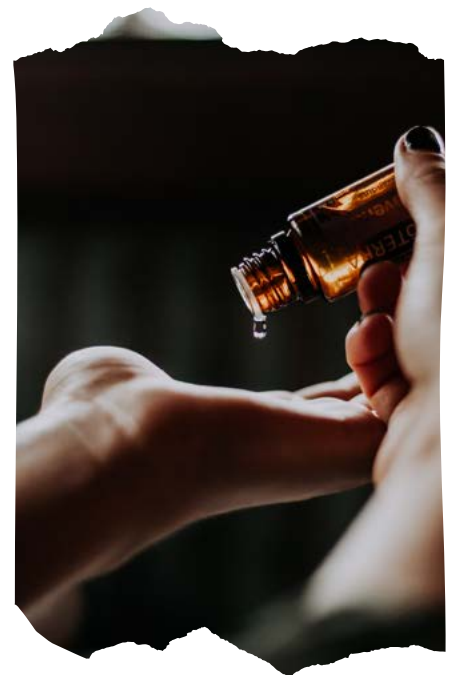
LES DIFFÉRENTS COMPOSANTS DES BOUGIES NATURELLES

Le parfum

Pour réaliser des bougies parfumées, il vous faudra ajouter du parfum. Nous allons aborder deux types de parfum : les huiles essentielles et les huiles parfumées.

Les huiles essentielles sont fabriquées à partir de plantes. Celles-ci sont distillées afin d'en extraire leur essence. Le rendement est très faible et il faut plusieurs dizaines de kilos de plantes pour fabriquer un kilo d'huile essentielle. Très concentrée, il ne faut pas une quantité importante d'huile essentielle pour parfumer une bougie. La restitution du parfum est très bonne et ravira la plupart.

Mais aujourd'hui, il est important de se poser la question des ressources. Ainsi, les huiles essentielles sont précieuses à mes yeux et ne devraient servir qu'à se soigner. Les utiliser dans une bougie parfumée, alors qu'il existe des alternatives tout aussi bien, n'est pas forcément le meilleur choix.



LES DIFFÉRENTS COMPOSANTS DES BOUGIES NATURELLES

Le parfum



Les huiles parfumées sont des parfums de synthèses créés en laboratoire. Au premier abord, cela n'a pas l'air très sympathique. Pourtant, tous les parfums sont aujourd'hui fabriqués de cette manière. L'important résidera dans le choix du parfum et de sa provenance. Il existe beaucoup de choix en termes d'huile parfumée. La provenance n'est pas toujours indiquée, et il faudra donc se méfier. Certains auront des qualités en plus : pas de substances cancérigènes, ou de phtalates (qui, je le rappelle, donnent une certaine fluidité à la cire et qui vont fixer le parfum).

Il sera donc important d'approfondir ses recherches. Il n'est pas non plus indiqué si les parfums sont vegans. Si vous voulez le vérifier, il vous faudra vous munir de la liste précise des ingrédients (sous forme de composés chimiques), et vérifier chacun d'eux.

Note personnelle : chez Positive n' Green, ce sont les huiles parfumées qui ont été choisies. Elles sont sans CMR (substances cancérigènes) et sans phtalates. Je vérifie chaque composition pour m'assurer que mes parfums ne contiennent pas de substances animales. Tous mes parfums sont français et viennent de la capitale mondiale du parfum : Grasse. À quelques kilomètres de chez moi, je privilégie le local et la qualité, même si les prix sont plus élevés.

LES DIFFÉRENTS COMPOSANTS DES BOUGIES NATURELLES

La mèche

Encore un composant très important, le choix de la mèche va être décisif pour une bonne bougie. Il existe deux grands types de mèche : en coton ou en bois.

Les mèches en coton sont les plus répandues. À un prix très raisonnable, on en trouve très facilement. Elles permettent une très bonne combustion et une flamme qui tient bien. D'un point de vue écologique, ce n'est pas le meilleur choix. Certaines mèches sont garanties sans plomb, mais le coton est une ressource qui demande beaucoup d'eau pour pousser. De plus, les producteurs de coton sont au cœur de polémiques quant à l'esclavage et au travail des enfants dans les champs.



LES DIFFÉRENTS COMPOSANTS DES BOUGIES NATURELLES

La mèche



Les mèches en bois sont plus rares, mais se démocratisent de plus en plus. Un petit peu plus chères, et un petit moins performantes, elles ont tout de même des avantages. Le coulage de la bougie est facilité puisque la mèche en bois tiendra droite et ne risquera pas de s'affaisser. Elle offre un léger bruit de crépitement qui rappelle les cheminées, presque méditatif. Il conviendra de faire quelques recherches et de choisir des mèches en bois issues de forêts gérées durablement. La combustion sera un petit plus difficile, mais la restitution du parfum n'en sera que meilleure.

Note personnelle : chez Positive n' Green, c'est la mèche en bois qui a gagné la course. D'un point de vue éthique et écologique, il n'était pas question pour moi de choisir la mèche en coton. Je me suis donc naturellement tournée vers la mèche en bois. Malgré ses difficultés au début de la combustion, ce petit point négatif était beaucoup moins embêtant que ceux des mèches en coton.

LE GUIDE DE LA BOUGIE NATURELLE

LES DIFFÉRENTS COMPOSANTS DES BOUGIES NATURELLES

Le contenant

Parmi les bougies naturelles sur le marché, on trouvera des bougies avec un contenant, et d'autre sans contenant. On fera donc la différence entre les bougies coulées (avec contenant) et les bougies moulées (sans contenant). Il faudra faire attention au moment du choix de votre cire, puisqu'il existe une version coulée/moulée pour chaque cire.

Il existe divers moules en silicone ou en plastique pour les bougies moulées. Réutilisables et durables dans le temps, ils permettront de réaliser de jolies formes de bougies : étoile, sapin, cœur ... Il ne vous restera plus qu'à réussir à choisir !

Pour ce qui est des contenants, il en existe aussi une multitude : en verre transparent, en verre ambrée, en fer blanc, de récup, en céramique ... les possibilités sont infinies ! Vous pourriez par exemple couler une bougie dans un pot de yaourt en verre que vous auriez récupéré, ou bien dans une tasse que vous auriez chinée. C'est à vous de laisser libre court à votre imagination.



Note personnelle : chez Positive n' Green, ce sont les boîtes en fer blanc qui ont conquis mon cœur. Recyclables et réutilisables, elles sont très esthétiques et permettent une fonte presque parfaite des bougies. Une fois celle-ci terminée, il suffit de la nettoyer et de la réutiliser pour y stocker du thé, des épices, des trombones dans votre bureau ... Ou tout ce que vous auriez besoin de ranger !

LE GUIDE DE LA BOUGIE NATURELLE

Pour conclure, on peut dire qu'il y a plein de bougies naturelles différentes. Il n'y a pas de meilleure option, si ce n'est des préférences personnelles. En revanche, la combustion d'une bougie est une réaction chimique basique. Vous connaissez sûrement la formule : "rien ne se perd, tout se transforme". C'est également le cas quand on brûle une bougie. Même si elle est naturelle, il y aura toujours des particules dans l'air. Elles seront certes beaucoup moins nocives, mais ne dérogent pas à certaines règles. Il est important de ne pas brûler une bougie pendant trop longtemps par exemple. Il faudra également aérer la pièce pour renouveler l'air. Mais ces conseils s'appliquent pour n'importe quel produit parfumant, et notamment pour les diffuseurs d'huiles essentielles.

Les bougies naturelles Positive n' Green sont toutes fabriquées à la main, par moi-même, dans le sud est de la France. Elles réchaufferont votre intérieur avec un léger son de crépitement. Elles parfumeront votre maison sans polluer votre air. Elles se déclinent en différents parfums, chacun associés à différents prénoms.

Si vous souhaitez commander une ou plusieurs bougies, je vous laisse visiter ma boutique en ligne.

[Visiter la boutique](#)

