

Liniment : ses bienfaits pour votre bébé

Par : [Sophie Fleury](#) - Dernière modification : 30 septembre 2011 - FICHE PRATIQUE

Le liniment, aussi appelé liniment oléo-calcaire est un produit naturel à base d'huile d'olive qui sert à nettoyer et protéger les fesses de bébé.

Voici ce qu'il faut savoir sur le liniment et quelques conseils pour le fabriquer vous-même.

Liniment : c'est quoi ?

Le liniment oléo calcaire est un **mélange d'huile végétale** (ex : huile d'olive) et **d'eau de chaux** (ou hydroxyde de calcium : "le calcaire"). Cette très vieille recette permet d'apaiser et éviter les [irritations et rougeurs](#).

De plus, le liniment forme une pommade grasse qui isole la [peau de bébé](#) de son urine et de ses selles. D'une part ses fesses sont donc mieux protégées, et de l'autre, les selles de bébé sont plus faciles à nettoyer !

Produit naturel et écologique, le liniment est une substance douce pour la peau, mais aussi une solution économique!

Dans quelles conditions utilise-t-on le liniment ?

Vous pouvez utiliser le liniment **sur des lingettes lavables** (c'est le plus écologique), ou avec du coton ou des mouchoirs jetables :

- pour nettoyer les fesses de bébé ;
- pour hydrater le visage et le corps de bébé. Attention cependant à ne pas en appliquer près des yeux ;
- pour soigner l'eczéma, mais assurez vous auprès de votre pédiatre que cela ne nécessite pas un traitement plus spécifique ;
- pour masser bébé ;
- comme lait de toilette ;
- pour éliminer les croûtes de lait. Appliquez pour cela le liniment le soir, laissez-le agir la nuit puis retirez-le avec un peigne le matin.

N.B. : Pour vous, le liniment s'avère être un excellent démaquillant naturel et une crème hydratante très efficace. Il est par ailleurs tout à fait adapté aux peaux allergiques.

Et sachez enfin que vous pouvez en enduire vos mamelons sensibles les premiers jours de l'[allaitement](#). Vous devrez toutefois les rincer avant la tétée.

Fabrication du liniment

Bien sûr, vous pouvez acheter du liniment en pharmacie ou dans certains magasins spécialisés. Mais **vous pouvez** aussi **le fabriquer vous-même** ! C'est une recette très simple.

Prenez un petit saladier propre. Versez 50 % d'huile végétale, et 50% d'eau de chaux (que l'on trouve en pharmacie), soit 125 ml de chaque ingrédient pour 250ml de liniment. Battez ou mixez et c'est prêt ! Conservez le liquide obtenu dans une bouteille ou un flacon opaque de préférence. Il faudra le secouer avant chaque utilisation.

Attention : l'eau de chaux n'est pas agressive une fois mélangée à l'huile. Mais pure, il faut la manipuler avec précaution !

Les huiles végétales n'ont **pas toutes les mêmes avantages** :

- l'huile d'olive nourrit et protège ;
- l'huile d'amande douce est recommandée pour les peaux délicates comme celles des bébés (attention elle peut être source d'allergie pour les bébés) ;
- l'huile de jojoba convient à tous les types de peau.

N'hésitez pas à varier la recette de base du liniment !

Ajoutez par exemple de la cire d'abeille, elle rend le liniment plus homogène et vous évite d'avoir à l'agiter avant chaque utilisation.

<http://www.pratique.fr/bienfaits-liniment-bebe.html>