



# Les 7 mots qui déclenchent un contrôle de la DGCCRF dans le bien-être

MUMSLEARNING


---

## Bienvenue

Si tu reçois ce guide, c'est que tu es professionnelle du bien-être et que tu cherches à évoluer — et surtout à éviter une amende exorbitante ou la case prison !

En 2026, le secteur du bien-être connaît une croissance exceptionnelle. Chaque jour, de nouvelles entrepreneuses partagent leurs produits, conseils et méthodes sur les réseaux sociaux.

Mais il existe une réalité que très peu de professionnels connaissent :

 Certains mots, certaines formulations utilisés peuvent créer un risque juridique majeur.

Et quand ça touche la santé... tu tombes vite dans du pénal.

Des mots qui semblent anodins peuvent être qualifiés par la loi de :

- Promesses commerciales trompeuses (Code de la consommation)
- Exercice illégal de la médecine (Code de la santé publique)

Le problème n'est ni le produit, ni ton intention.

Le problème vient souvent... des mots utilisés pour le présenter.

---

## Qui est la DGCCRF ?

La Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes (DGCCRF) est l'administration française qui contrôle les entreprises pour protéger les consommateurs et garantir une concurrence loyale.

Elle contrôle notamment :

- Les publicités et promesses marketing
- Les produits et services vendus
- Les pratiques commerciales des entreprises

Elle peut sanctionner par des amendes, des injonctions ou des poursuites pénales.

### Le cas concret qui doit te faire réfléchir : l'amende Nigelle

#### 375 000 € d'amende — Affaire Nigelle (huile de cumin noir)

En 2021, la DGCCRF a infligé une amende de 375 000 € à une entreprise qui commercialisait de l'huile de nigelle en utilisant des allégations thérapeutiques non prouvées.

Les formulations incriminées sur le site et les réseaux sociaux :

- ✘ « Soigne les infections respiratoires »
- ✘ « Anti-cancer naturel »
- ✘ « Traite le diabète »
- ✘ « Remède millénaire contre les maladies »

Résultat : requalification des produits en médicaments non autorisés + pratiques trompeuses.

La dirigeante a également fait l'objet de poursuites pénales pour exercice illégal de la médecine.

Et pourtant... le produit en lui-même, l'huile de nigelle, est parfaitement légal à vendre. C'est uniquement les mots utilisés qui ont tout déclenché.

## Les 7 mots à risque

### 1 MOT À RISQUE : « Guérit »

#### ⚠️ Pourquoi c'est risqué :

Attribue au produit une propriété curative → requalification possible en médicament au sens du Code de la santé publique. Une personne peut arrêter ses traitements médicaux, engageant sa responsabilité.

#### ❌ À éviter

« Cette huile guérit l'eczéma » / « Guérit les infections »

#### ✅ Alternative sécurisée

« Apaise les sensations d'inconfort cutané » / « Utilisé traditionnellement pour le soin de la peau »

### 2 MOT À RISQUE : « Soigne »

#### ⚠️ Pourquoi c'est risqué :

Action thérapeutique directement impliquée. Ce mot relève du langage médical réservé aux professionnels de santé.

#### ❌ À éviter

« Soigne le diabète » / « Soigne les infections »

#### ✅ Alternative sécurisée

« Contribue au confort digestif » / « Soutient le bien-être au quotidien »

### 3 MOT À RISQUE : « Traite »

#### ⚠️ Pourquoi c'est risqué :

Le mot « traiter » est un terme médical associé à une profession réglementée. Son usage peut constituer un exercice illégal de la médecine.

#### ❌ À éviter

« Traite l'anxiété » / « Traite l'hypertension »

#### ✅ Alternative sécurisée

« Favorise la sérénité » / « Associé à une routine relaxante »

### 4 MOT À RISQUE : « Anti-maladie (anti-cancer, anti-diabète...) »

#### ⚠️ Pourquoi c'est risqué :

Considérées comme des allégations médicales fortes. Ces formulations sous-entendent une action clinique prouvée que tu ne peux légalement pas garantir.

#### ❌ À éviter

« anti-cancer » / « anti-diabète » / « anti-inflammatoire systémique »

**Alternative sécurisée**

« Riche en antioxydants » / « Contient des composés étudiés pour leurs propriétés naturelles »

**5** MOT À RISQUE : « **Remède** »

**⚠️ Pourquoi c'est risqué :**

Le mot « remède » sous-entend un effet thérapeutique reconnu. Il renvoie à la définition légale du médicament.

**✗ À éviter**

« remède contre les migraines » / « remède naturel contre le stress »

**Alternative sécurisée**

« Plante utilisée depuis des siècles dans les traditions de soin » / « Tisane appréciée pour le confort »

**6** MOT À RISQUE : « **Détox** »

**⚠️ Pourquoi c'est risqué :**

Les autorités considèrent que la promesse de « détoxification du corps » est scientifiquement trompeuse si elle n'est pas prouvée par des études cliniques sérieuses. Ce terme est dans le viseur de la DGCCRF depuis plusieurs années.

**✗ À éviter**

« détoxifie le foie » / « élimine les toxines » / « purge l'organisme »

**Alternative sécurisée**

« Tisane de soutien digestif » / « Associé à une hygiène de vie équilibrée »

**7** MOT À RISQUE : « **Résultat garanti / Efficacité garantie** »

**⚠️ Pourquoi c'est risqué :**

Constitue une promesse commerciale trompeuse au sens du Code de la consommation. Aucun produit de bien-être ne peut légalement garantir un résultat de santé.

**✗ À éviter**

« résultat garanti en 30 jours » / « efficacité garantie » / « 100% efficace »

**Alternative sécurisée**

« Retour d'expérience de nos clientes » / « Satisfaction client : 4,8/5 » (avec avis vérifiés)

## La règle des 3P pour sécuriser tes contenus

Avant de publier un texte sur tes produits, pose-toi ces 3 questions :

**P comme Prouvé**

Ce que tu affirmes est-il scientifiquement prouvé et vérifiable ?

**P comme Prudent**

As-tu utilisé un langage de précaution (« peut contribuer à », « associé à », « utilisé dans les traditions ») ?

**P comme Pas médical**


Ton texte ne revendique-t-il aucune action sur une maladie, un organe spécifique ou un traitement ?

### Lexique : les formulations sécurisées

<input checked="" type="checkbox"/> À éviter	<input checked="" type="checkbox"/> Alternative sécurisée
Guérit l'eczéma	Apaise les sensations d'inconfort cutané
Soigne le diabète	Contribue au confort métabolique au quotidien
Traite l'anxiété	Favorise la sérénité et l'équilibre émotionnel
Anti-cancer	Riche en antioxydants naturels
Remède contre les migraines	Utilisé dans les traditions pour le confort céphalique
Détoxifie le foie	Associé à une hygiène de vie équilibrée
Résultat garanti	Retour d'expérience positif de nos clientes

### En résumé

Cette liste n'est pas exhaustive — il existe d'autres mots et formulations qui peuvent déclencher un contrôle. Tout dépend de ton activité, du contexte et de la façon dont tu présentes tes produits ou services.

 Les sanctions prévues par la loi :

- Pratiques commerciales trompeuses (art. L.121-2 Code de la consommation) :  
2 ans d'emprisonnement + 300 000 € d'amende
- Allégations de santé non autorisées (Règlement CE 1924/2006) :  
Amende administrative jusqu'à 375 000 € (cf. affaire Nigelle)
- Exercice illégal de la médecine (art. L.4161-1 Code de la santé publique) :  
2 ans d'emprisonnement + 30 000 € d'amende

 **Ce qu'il faut retenir**

1. Le problème n'est pas ton produit, ni ton intention.
2. Le problème vient des mots que tu utilises pour le présenter.
3. Relis systématiquement tes posts, fiches produits et stories.
4. En cas de doute, reformule avec un langage de bien-être (non médical).
5. Si tu as besoin d'un accompagnement personnalisé → réserve ton appel découverte gratuit !

 MUMSLEARNING • *Entrepreneuses bien-être, protégez votre business*