

Beauté

# Mes soins secrets venus **D'AILLEURS**

Comment régénérer sa peau après l'été ? En s'inspirant des astuces des femmes du monde entier qui utilisent les plantes pour se protéger du climat environnant et du soleil virulent.



## En Afrique...

### Le beurre de karité

Cet incontournable de la pharmacopée africaine, riche en oméga 9 et en acides gras essentiels, est le champion pour la réparation de la peau. Grâce à ses propriétés antiseptiques, anti-inflammatoires et antimicrobiennes scientifiquement prouvées, il apaise l'eczéma, l'acné, et il est tellement doux qu'on le choisit pour masser les bébés. Un vrai soin SOS qui sert aussi d'ingrédient de base - ce n'est pas un hasard - dans quasiment la moitié des crèmes destinées aux peaux sèches.

**C'est pour moi si...** je n'ai pas envie d'encombrer ma salle de bains ou ma trousse de toilette, car un seul pot sert vraiment à tout !

**Je l'utilise** pour nourrir mon épiderme desséché, hydrater les pointes de mes cheveux, adoucir mes talons fendillés ou réparer mes lèvres gercées.

**MULTIUSAGE** Protéger et régénérer les peaux abîmées par le soleil et le vent, en guise de masque capillaire ou comme baume de massage, il sait tout faire ! 100 % Pur Beurre de karité, Institut Karité Paris, 36,50 € les 165 ml.



### L'huile d'argan

Trésor anti-âge et désormais bien connue pour ses propriétés régénérantes, cette huile possède plus de 75 % d'acides gras insaturés et de la vitamine E. Raffermissante, réparatrice et antioxydante, elle est utilisée par les Marocaines pour leur peau et leurs cheveux.

**C'est pour moi si...** ma peau est ultrasèche, manque de fermeté et est difficilement rassasiée. **Je l'utilise** pure à raison de deux ou trois gouttes avant ma crème de jour ou de nuit.

**RAFFERMISSANTE** Une huile d'argan pure délicatement parfumée dans un flacon-pompe pratique. Huile d'Argan Parfum Oriental, Laino, 16 € les 50 ml.

### L'huile de pépins de figes de Barbarie

Gorgée de vitamine E antioxydante, anti-âge et peu grasse, elle atténue les taches.

**C'est pour moi si...** je soumetts ma peau à rude épreuve (tabac, soleil) et qu'il me faut un soin préventif. **Je l'utilise** le matin, avec quelques gouttes avant ma crème de jour.

**PRÉCIEUSE** Cette huile protège la peau des radicaux libres. Huile de Pépins de Figes de Barbarie, Les Sens de Marrakech, 35,90 € les 10 ml.

## Au Moyen-Orient...



### Le miel

Banal le miel ? Détrompez-vous, c'est un actif hydratant extraordinaire. Gorgé de vitamines et de minéraux, il prévient les rides grâce à ses antioxydants, les flavonoïdes. **C'est pour moi si...** j'ai la peau sensible et que je suis fan de son odeur.

**Je l'utilise** pur ou mélangé à un yaourt, comme masque hydratant et apaisant, mais c'est aussi un principe actif de choix dans les soins visage et corps.

Et en cas de piqures de moustique, il soulage et cicatrise.

**DÉLICIEUX** Riche en vitamines et en minéraux, il contient du miel de lavande bio et de l'huile d'amande douce pour apaiser les tensions. Baume Massage Revitalisant Miel, Terre d'Oc, 13,95 € les 100 ml.

### Le savon d'Alep

Inventé en Syrie il y a 4000 ans et rapporté par les croisés, ce savon, ancêtre du savon de Marseille, contient une forte quantité d'huile d'olive qui nourrit et adoucit la peau, mais aussi de l'huile de baie de laurier dont les vertus apaisantes et désinfectantes permettent de calmer les tiraillements. Sa délicieuse senteur est naturelle. **C'est pour moi si...** j'ai une peau facilement sujette aux imperfections car il est antiseptique sans toutefois dessécher l'épiderme. **Je l'utilise** sur le visage et le corps, comme mousse à raser et même en shampooing.

**ANCESTRAL** Inchangée depuis l'Antiquité, sa recette fait merveille sur les peaux sensibles. Pain d'Alep 35 %, Tadé, Nature & Découvertes, 7,95 € les 200 g.

## En Polynésie...

### L'huile de tamanu (ou calophylle)

Encore peu connue, cette huile possède de nombreuses vertus : cicatrisante, anti-inflammatoire et anti-infectieuse, elle traite tous les problèmes de peau, de l'acné aux gerçures et aux coups de soleil...

**C'est pour moi si...** je fais beaucoup de sport car elle est réputée calmer les douleurs articulaires et musculaires. Attention ! sa senteur épicée est très prononcée. **Je l'utilise** ponctuellement sur un bouton ou sur le corps après la gym.

**UNIVERSELLE** Problèmes de peau, jambes lourdes, bleus... ses multiples indications en font un basique. Huile Végétale Bio Calophylle, Naturactive, 11,40 € les 50 ml.

### Le monoï

Il s'agit d'une macération de fleurs de tiaré dans de l'huile de coprah (noix de coco séchée) - qui bénéficie d'une appellation d'origine contrôlée. Elle est appréciée des Polynésiens dès l'enfance : les nouveau-nés sont massés avec, les adultes en enduisent corps et chevelure après le bain afin de profiter de ses vertus hydratantes et protectrices.

**C'est pour moi si...** je ne le confonds pas avec un filtre solaire. **Je l'utilise** sur peau humide, après la douche, pour mieux le faire pénétrer.

**SENSUEL** Un véritable cocktail de senteurs tropicales : tiaré, frangipanier, hibiscus, lotus et ylang-ylang pour une composition naturelle paradisiaque. Monoï 1000 Fleurs, Hei Poa, 8,50 € les 200 ml.