



Beauté

Trois plantes de MÉDITERRANÉE

On connaît les bienfaits de l'olive et de l'argan, mais le sud de l'Europe recèle d'autres trésors pour la peau. Découvrez-les.

LA FIGUE DE BARBARIE idéale contre les rides

Hydratante, nourrissante et adoucissante, l'huile issue de cette variété de cactus est très riche en acides gras polyinsaturés ainsi qu'en vitamine E. Elle contient également des tocophérols et des ingrédients rares, reconnus pour leurs performances dans la protection antiradicalaire de la peau. Surtout que son haut pouvoir de pénétration lui permet d'aller en profondeur. Anti-âge exceptionnel, elle freine le vieillissement des cellules et stimule leur renouvellement, diminue l'importance des rides ainsi que leur nombre, réduit les poches sous les yeux et estompe les cernes. Seul souci, elle est très chère puisqu'il faut près d'une tonne de figues pour obtenir un litre d'huile.



1. **PURE A** utiliser comme un sérum sous sa crème, cette huile régénère et raffermi. Huile de Pépins de Figue de Barbarie, Les Sens de Marrakech, 36 € les 10 ml. 2. **CONCENTRÉ** Destiné aux cheveux très secs et cassants, il contient également de la kératine micronisée pour renforcer la fibre capillaire. Masque Réparateur Nutritif, BC Oil Miracle, Schwarzkopf, 25 € les 150 ml.

LA GRENADE championne de la régénération

Ce fruit à la peau épaisse, issu d'un arbuste cultivé depuis des millénaires, tient une place à part dans toutes les civilisations antiques de la Méditerranée où il symbolise souvent l'immortalité et la fécondité. Ses graines rouge vif produisent une huile à la teneur très élevée en acides gras insaturés, en flavonoïdes et en vitamines : un cocktail de choix pour lutter contre l'oxydation des cellules et favoriser leur renouvellement. Mais la grenade est aussi utilisée depuis des siècles pour ses propriétés tinctoriales, il est donc logique de la retrouver dans des produits capillaires qui préviennent l'affaiblissement de la couleur.

3. **NATURELLE** Elle redonne de la fermeté tout en protégeant efficacement des agressions extérieures. Grenade, Crème de Jour Raffermissante, Weleda, 22,30 € les 30 ml. 4. **PROTECTEUR** Son extrait d'écorce de grenade conserve la brillance et l'intensité de la coloration. Shampooing à la Grenade, Klorane, 6,80 € les 200 ml.



LA RÉGLISSE amie des peaux sensibles

Les traités d'herboristerie parlent longuement des nombreuses propriétés de la réglisse. Deux composants sont tirés de ses racines. La glabridine, issue de la partie huileuse, est un dépigmentant puissant qui agit sur la synthèse de la mélanine en bloquant son processus d'apparition. L'autre composant est l'énoxolone, qui se trouve dans la partie aqueuse. C'est un anti-inflammatoire qui a une activité biologique proche de celle des corticoïdes. En dermatologie, il est utilisé pour apaiser la peau réactive, diminuer les rougeurs et les sensations d'échauffement. Et il est si puissant que c'est un des rares principes actifs dont on limite le taux, avec un maximum de 2% autorisés en cosmétique. Pas étonnant qu'il soit si présent dans les produits pour peaux sensibles.

5. **DÉPIGMENTANT** On l'applique sur les taches à raison de 4 gouttes par jour avant la crème de soin. Actif Pur A71, Glabridine, Etat Pur, 17,20 € les 15 ml. 6. **NOCTURNE** L'action anti-inflammatoire de la réglisse complète les propriétés éclaircissantes du bêta résorcinol. Even Brighter Nuit, Eucerin, 22,90 € les 50 ml.



Par Sophie Goldfarb. Natures mortes Claire Bourreau.