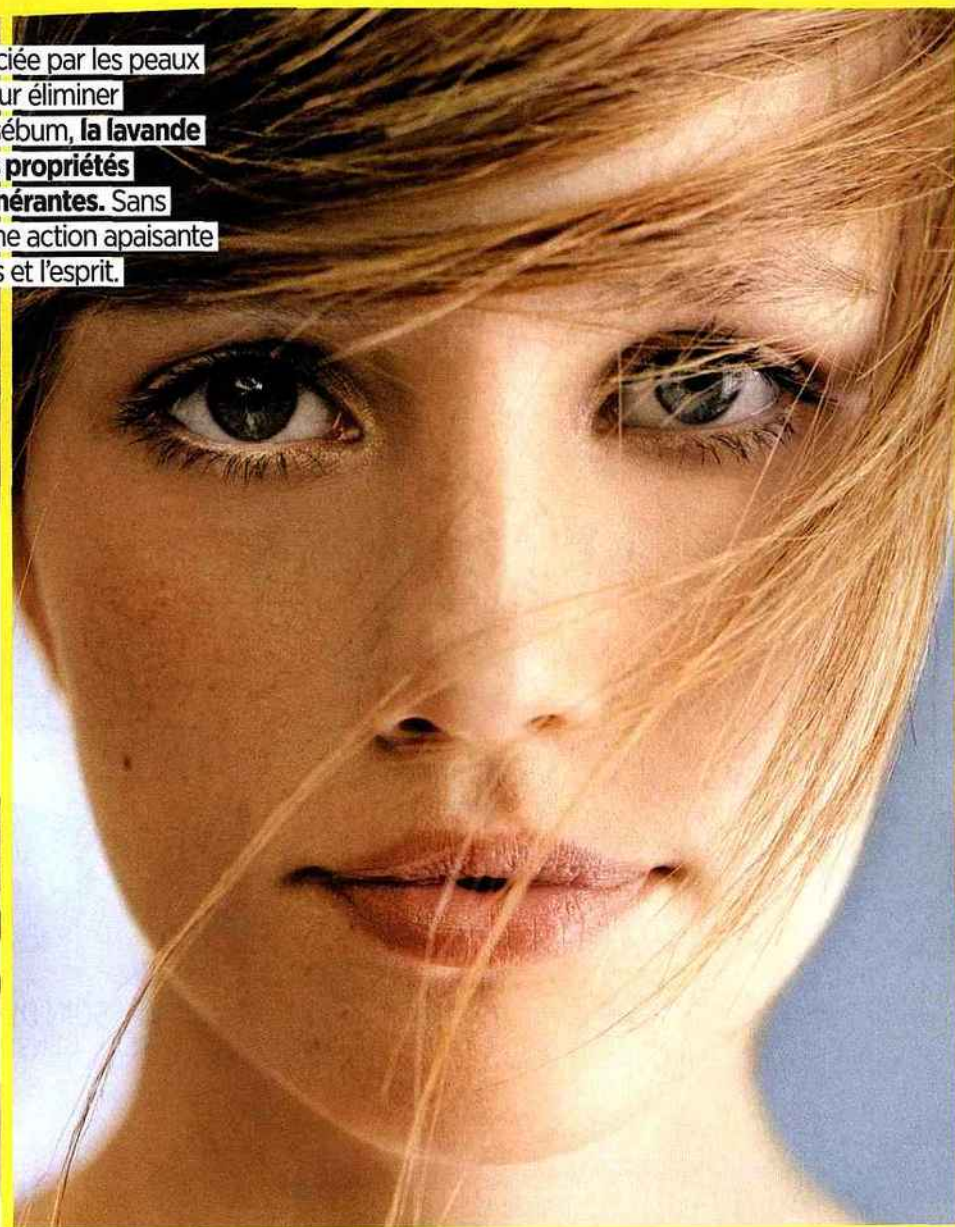


soins beauté ● ENVIE DE NATURE

L'eau de lavande

un bon purifiant pour la peau

Très appréciée par les peaux grasses pour éliminer l'excès de sébum, la lavande a aussi des propriétés ultra-régénérantes. Sans compter une action apaisante sur le corps et l'esprit.



Elle exhale le parfum de l'azur et la douceur de la Provence, son lieu de naissance. Dès le Moyen Âge, on utilisait la lavande pour laver et désinfecter le linge. Au XVIII^e siècle, elle a les honneurs de la parfumerie et se développe dans la ville de Grasse. S'il n'en existe pas moins de vingt-huit espèces, c'est la lavande vraie qui est la plus exploitée. « Son essence migre de la tige jusqu'à la fleur. On récolte ses deux parties pour récupérer une concentration maximale d'actifs. Puis elle est mise à sécher quelques jours pour développer ses arômes », explique Jean-Charles Sommerard, aromaturier. Ensuite, la distillation la transformera en eau florale. Ingrédient de choix dans l'aromathérapie et la phytothérapie, elle est très utilisée en cosmétologie. Son parfum du sud « illumine » les crèmes, mais pas seulement. La lavande est très riche en principes actifs. Elle peut être tour à tour purifiante, relaxante, antiseptique et même cicatrisante. Résultat, elle agrmente avec succès les soins pour le corps et le visage. ■

FANNY BLANC

Une action antibactérienne

La lavande équilibre la production de lipides et élimine l'excès de sébum. Antibactérienne, elle assainit et empêche ainsi la formation de boutons. « L'eau florale de lavande, passée sur le visage, retire les cellules mortes qui se sont accumulées et bouche les pores, le surplus de sébum et les toxines (polluants, poussières, radicaux libres) restées en surface. Et grâce à son pH acide en parfaite affinité avec la peau, elle agit en douceur, sans décaper », précise Jean-Charles Sommerard. C'est pour ses propriétés qu'elle convient très bien aux peaux grasses et mixtes. De plus, « sa richesse en linalol, un alcool présent dans certaines huiles essentielles, renforce l'immunité des cellules qui sont plus à même de lutter contre les inflammations ou les bactéries. Elle est d'ailleurs antiseptique », ajoute le spécialiste. Enfin, elle booste notre capacité de cicatrisation pour une réparation plus efficace et plus rapide de la peau.

Un effet relaxant

Antistress, « la chaîne d'esters (acétate de linalyle) de la lavande équilibre le système nerveux pour favoriser la détente et l'endormissement », poursuit Jean-Charles Sommerard. Des chercheurs asiatiques ont même découvert qu'elle réduit la pression sanguine et certains marqueurs physiologiques du stress, comme le taux de cortisol. Elle a aussi un fort pouvoir antalgique sur les contractures musculaires, ce qui contribue à une bonne relaxation. D'où l'intérêt d'appliquer un soin corporel à la lavande, afin d'allier détente et modelage manuel. De plus, son parfum réconfortant apporte une quiétude, calme les émotions, les peurs et même les phobies. C'est pourquoi on trouve fréquemment la lavande dans les soins nocturnes pour faciliter l'endormissement.

Une alliée antipoux

La lavande est un ingrédient fréquent des produits antipoux. Si elle n'a pas de vertus curatives, elle est répulsive et limite les récurrences. Elle est aussi très efficace en prévention : Il suffit de vaporiser l'hydrolat (l'eau aromatique) directement sur l'oreiller ou d'en mélanger la moitié avec de l'eau, avant de l'appliquer sur le cuir chevelu, après le shampoing, au dernier rinçage.

LES PRODUITS QU'ON AIME...

1 BRUME ANTI-ÂGE

Cette lotion stimule le renouvellement cutané et protège des effets des radicaux libres, grâce au resvératrol, tandis que l'eau florale de lavande nettoie les pores et tonifie l'épiderme. *Balancing Facial Toning Mist, Soap Walla, 34 € les 120 ml.*

2 DÉODORANT APAISANT

Il utilise l'huile essentielle et l'hydrolat de lavande pour son sillage

délicat et rafraîchit la zone fragile de vos aisselles. *Déodorant Brume bio lavande, Florame, 10,95 € les 100 ml.*

3 EAU FRAÎCHE

Cette eau florale en spray permet de s'asperger généreusement le visage en cas de coup de chaud, de parfaire le démaquillage le soir ou de nettoyer sa peau sans la décaper. *Eau florale Lavande biologique, So'Bio Étïc, 7,75 € les 200 ml.*

4 MULTI-USAGE

Cette eau florale de lavande vraie s'utilise aussi bien pour soigner la peau que pour parfumer un plat ou un cocktail. *Lavande vraie, Mes Essentielles, 7,50 € les 100 ml.*

5 ÉMULSION MATIFIANTE

Cette émulsion hydratante traite en douceur le trop-plein de sébum avec l'hydrolat de lavande et laisse une peau nette grâce à sa poudre matifiante. Pour

avoir un teint pur et frais, sans briller. *Soin jour hydratant matifiant peaux mixtes, Durance, 25,10 € les 50 ml.*

6 LAIT DOUX POUR LE CORPS

L'huile d'amande bio, le beurre de karité bio et les vitamines renforcent la barrière lipidique de la peau et soignent aussi en profondeur. Et l'eau florale de lavande dénoue les tensions. *Lait corporel Lavender Secret, Lavera, 8,65 € les 150 ml.*



Merci à Jean-Charles Sommerard, aromaturier, parfumeur de Sevessence et créateur du site www.mesessentielles.com