





Anti-âge

LE BIO, ÇA MARCHE !

*Des crèmes de soin pour gommer ces pattes d'oie ?
Bien sûr, matin et soir, mais sans la chimie et avec autant d'efficacité !
Un peu de tri et votre salle de bains deviendra éco-res-pon-sable.*

INGRID HABERFELD

Obttenir un label bio, c'est se plier à certaines exigences ! Le cahier des charges impose qu'au minimum 95 % des ingrédients de la formule soient d'origine naturelle, issus de l'agriculture biologique. Vous pouvez donc scruter la liste des composants

d'un soin anti-âge bio : vous n'y verrez pas la moindre trace de substances controversées comme le parabène, le phénoxyéthanol ou encore les huiles minérales, mais pas non plus de rétinol, de peptides, de vitamines ou d'acide hyaluronique obtenus chimiquement.

LA NATURE, UN VRAI BAIN DE JOUVENCE !

Mais alors comment lutter contre les rides, les ridules et la perte de fermeté de la peau sans ces actifs stars ? Heureusement, la nature déborde de ressources. Pour nourrir la peau sèche – un phénomène fréquent passé 50 ans, la chute hormonale liée à la ménopause entraînant une baisse de la production de sébum – la glycérine végétale, les huiles (jojoba, argan, macadamia, sésame ou encore cameline) et le beurre de karité apportent une bonne dose de lipides reconstituants. « Pour un effet tenseur, les laboratoires intègrent à leur formule de l'aloé vera bio, des huiles d'onagre et de soja, indique le Dr Philippe Deshayes, dermatologue-conseil chez Sanoflore. L'effet antirides sera obtenu grâce à des extraits

de germe de blé, d'huile de framboise ou encore de gelée royale dont la richesse en vitamine E améliore le renouvellement cellulaire. Les algues vertes ainsi que l'acide hyaluronique extrait du blé ont la propriété de stimuler la production de collagène. »

Votre teint est terne ? Avec le temps, la peau s'affine et perd de sa luminosité, c'est normal. En cause : un relief cutané varié et une circulation sanguine qui fonctionne au ralenti. Mais là encore, le bio n'a rien à envier à la cosmétique traditionnelle : des extraits de bourgeons de hêtre lisse naturellement la surface de la peau tandis que des baies d'argousier, des extraits de framboise ou de l'huile essentielle de carotte apportent du bêta-carotène, une substance à l'effet bonne mine assuré.

AUSSI BIEN QUE LE RÉTINOL, VOUS DITES ?

Pour autant, sont-ils aussi bien que ceux issus de la pétrochimie et peut-on leur faire confiance ? « Sans aucun doute, affirme le Dr Deshayes. Car les ingrédients d'origine naturelle incorporés dans les soins ne le sont pas au hasard : ils ont tous été soumis à des tests scientifiques à la fois pour s'assurer de leur innocuité, notamment en termes de réactions allergiques cutanées, mais aussi de leurs effets anti-âge sur la peau ». Certaines substances bio rivalisent même d'efficacité avec les actifs de synthèse. C'est le cas de l'huile essentielle de pélagonium. Une étude menée en 2012 par les laboratoires Sanoflore a montré que cette dernière



avait les mêmes effets antirides que le rétinol, l'actif « peau jeune » de référence en dermatologie : au niveau de l'épiderme, elle stimule tout autant le renouvellement cellulaire et au niveau du derme, elle active de la même façon la synthèse du collagène. Une autre étude, menée cette fois en 2008, a mis en évidence que l'huile essentielle de Mélissa officinalis bio possédait des propriétés antioxydantes aussi efficaces que la vitamine C pure : elle neutralise les effets du stress oxydatif (UV, pollution, tabac...), booste l'activité du collagène et de l'élastine et ralentit le processus de vieillissement cutané. Résultat, des rides et ridules comblées et une peau hydratée et tonifiée avec des anti-âge verts aussi sûrement qu'avec des cosmétiques traditionnels !

LE PLAISIR AU RENDEZ-VOUS

Pour profiter de leurs bienfaits anti-âge, adoptez une bonne routine : matin et soir, prélevez une noisette de soin et chauffez-la quelques secondes dans vos mains propres

et sèches. Ainsi mise à température du corps, elle sera plus vite absorbée par la peau. Répartissez-la ensuite en petites touches sur toute la surface de votre visage. Puis, avec la pulpe des doigts, effectuez des mouvements de lissage de l'intérieur vers l'extérieur pendant une bonne minute. Les premiers effets hydratants apparaissent au bout d'un mois, « mais il faut bien trois mois pour juger de l'action anti-âge », précise le Dr Deshayes. Rien d'impossible car ces soins bio s'utilisent aujourd'hui avec plaisir ! Fini les crèmes épaisses et poisseuses, difficiles à étaler sur le visage, et à l'odeur plutôt désagréable

Côté galénique, les formules ont des textures fondantes et veloutées qui pénètrent mieux grâce à la présence d'huiles végétales dans leur composition. Et côté parfum, les laboratoires bio font de plus en plus souvent appel à des « nez » : ces derniers disposent d'environ 400 notes naturelles, bien suffisantes pour composer des fragrances glamour. ■

Notre sélection



Crème-huile jeunesse

Argan Concentré Pur, Melvita, 34 €, 50 ml.
Coup double avec cette crème onctueuse qui nourrit et estompe les rides en un seul geste grâce à la présence de pulpe d'argan et d'extraits d'avoine aux propriétés tenseurs.

Masque anti-rides Q10

Basis Sensitiv, Lavera, 2,30 €, les 2 sachets de 5 ml.
Un air plus jeune avec ce masque associant du coenzyme Q10 naturel à de l'aloë vera et du jojoba bio.

Peeling botanique régénérant

Aqua merveilleuse, Sanoflore, 28,60 €, 200 ml.
Appliquée matin et soir, elle accélère le renouvellement cellulaire, lisse la peau et révèle son éclat.

Contour yeux & lèvres

Elixir Royal, Fleurance Nature, 26,90 €, 15 ml.
En combinant l'acide hyaluronique, les algues et la gelée royale, ce soin lisse les rides, et gomme cernes et poches.

Crème de nuit raffermissante

Grenade, Weleda, 23,85 €, 30 ml.
Antioxydante et régénérante, elle promet, en un mois, de diminuer de 35 % la profondeur des rides et d'améliorer de 74 % la fermeté de la peau.

Soin de jour redensifiant

Ecrin Précieux, Cattier, 25,95 €, 50 ml.
Argile verte, algue brune, cerise et edelweiss stimulent la régénération cellulaire et la production de collagène.