

beauté

# Sur la route des Epices

A la fin de l'été, les épices pimentent nos crèmes de beauté pour retarder un peu l'heure de la rentrée...

**D**ans l'Antiquité, les Assyriens et les Babyloniens avaient déjà compris que les épices étaient de formidables alliées médicinales. Les Egyptiens en mettaient dans les parfums et les baumes. Des siècles plus tard, les laboratoires cosmétiques en font des extractions afin de recueillir la quintessence active sous forme d'huile essentielle. Puissantes, elles doivent être utilisées avec parcimonie. « Leur usage est complexe, explique Lionel de Benetti, directeur de la recherche chez Clarins, car il peut y avoir une centaine de composants différents dans une même épice. » Grâce à leurs vertus et à leurs parfums, elles dorlotent l'épiderme et titillent les sens... Suivez le guide!

## Bali

L'odeur de la *pala* («noix de muscade»), qui émane de tous les plats, et celle du clou de girofle qui, échappée des cigarettes locales (ou *krettek*), embaume l'air sont typiques de l'Indonésie.

**Le clou de girofle calmant** Bourgeon séché du giroflier, un arbre qui peut atteindre 12 mètres de haut, il fut longtemps destiné à être cuisiné ou mélangé à du tabac. Les créateurs de formules sont intéressés par son huile essentielle apaisante, détoxifiante et antibactérienne. Parfait relaxant, le clou de girofle met les cellules stressées au repos et limite ainsi les divisions cellulaires anarchiques. Calmée, la peau est

alors beaucoup moins sèche. « Il stimule la microcirculation, souligne Corinne Ferraris, coordinatrice scientifique pour Sanoflore, tout en augmentant le drainage des toxines pour éclaircir le teint. » Enfin, il freine la prolifération bactérienne sur les peaux à imperfections... mais aussi à l'intérieur des formules, qui réclament donc moins de conservateurs.

**La noix de muscade stimulante** Noyau de fruits bruns et odorants, ses molécules forcent les vaisseaux sanguins à travailler. La circulation s'accélère, les échanges sont plus efficaces et les jambes deviennent légères, légères...

## Pekin

Depuis la nuit des temps, la pharmacopée chinoise a recours aux vertus thérapeutiques de ses épices fétiches : gingembre et coriandre.

**Le gingembre fortifiant** Sa racine est la star des épices, la plus utilisée en cosmétique pour ses multiples bienfaits. Son parfum libère des endorphines. Sur la peau, son huile essentielle est tonifiante et les tissus se raffermissent. Apaisante, elle limite la libération des médiateurs de l'inflammation et calme les

peaux réactives. Antioxydante, elle protège et renforce la résistance cutanée. La bonne idée *made in Asia* : l'associer à un bain chaud pour stimuler la sudation et la circulation. Effet détox garanti.

**La coriandre purifiante** Elle a été importée de Chine il y a plus de deux mille ans, et les Egyptiens croyaient qu'elle conférerait l'immortalité. Son huile essentielle favorise l'élimination des toxines. En cosmétique, elle contribue à tonifier l'épiderme et resserrer le grain de la peau.

### NOTRE SELECTION

#### 1. Raffermissant

Du clou de girofle, de la noix de muscade et de la coriandre pour purifier, hydrater et raffermir la peau.

Anti-Rides Kashemire, TAAJ 31,20 € les 50 ml.

#### 2. Revigorant

Pour un bain énergisant au clou de girofle, au romarin et au lemongrass. Gel de Bain Apaisant, Pañpuri, 13,75 € les 250 ml.

3. Indétrônable Un riche cocktail euphorisant (noix de muscade, cardamome, coriandre). Eau Dynamisante, Clarins, 42 € les 100 ml.

4. Raffermissant De l'huile essentielle de clou de girofle et de l'extrait de *Capsicum* (famille des piments) dans ce soin minceur. Lait Corps Fermaté Weight Control, Sen, 26 € les 250 ml.

### NOTRE SELECTION

1. Purifiant Un gommage doux, à l'absolu de gingembre et aux huiles essentielles d'agrumes. La Crème Granitée, Gattefossé, 21,60 € les 200 ml.

2. Euphorisant Un gel riche en eau végétale de gingembre, qui rend à la peau son éclat. Gel Moelleux Réveil-Corps, Kenzoki, 42,20 € les 200 ml. 3. Enivrant On raffole de son délicat parfum de coriandre... Gommage Doux pour le Corps Coriander, Kiehl's, 29 € les 200 ml.



MISE EN BEAUTÉ DIOR PAR  
CORINNE LEBRETON, AVEC :  
DIOR BRONZE ORIGINAL  
TAN, HARMONIE DE BLUSH  
CORAL RIVIERA, LE FARD  
À PAUPIÈRES 5 COULEURS  
IRIDESCENT LEATHER,  
LE MASCARA DIORSHOW  
ICONIC EXTREME NOIR  
WATERPROOF, LE ROUGE  
DIOR CRÈME DE GLOSS  
MACARON PRALINÉ.



## Bombay

Au temps de la course aux épices, l'Inde avait de nombreux comptoirs. Safran, curcuma, cardamome... autant d'emblèmes indissociables de cet immense pays aux mille couleurs.

**Le safran bouclier** C'est l'épice la plus chère du monde ; normal quand on sait qu'il faut cent mille fleurs pour en obtenir un seul kilo ! Son secret cosmétique : la curcumine, une molécule antiradicalaire. Bouclier contre les radicaux libres, elle freine aussi la division cellulaire chaotique due au stress oxydatif. « Son efficacité est plus puissante que celle de la vitamine E, souligne le président de Melvita, Bernard Chevillat, et, contrairement à cette dernière, il ne peut pas devenir pro-oxydant en surdose. »

## Madagascar

L'île Rouge est un véritable sanctuaire naturel qui regorge de vanille Bourbon odorante et de succulente noix de coco.

**La vanille protectrice** D'origine mexicaine, surnommée la Fleur noire par les Aztèques, la vanille est introduite à Madagascar par les Réunionnais en 1880. Parfum, saveur, bienfaits... on aime tout dans ces gousses provenant de splendides orchidées. « On doit son incroyable parfum à deux molécules, explique Joëlle Guesnet, directrice de la recherche et du développement chez Roger & Gallet, la vanilline et la coumarine, qui lui donnent ce fond rond. » Dans un soin, elle réduit les inflammations tout en augmentant la tolérance cutanée. Riche en glucides et en lipides, elle adoucit l'épiderme et renforce

le film hydrolipidique. De plus, la présence de tanins en fait un bouclier contre les radicaux libres. Dans un gel douche, elle atténue le caractère détergent des agents nettoyants et préserve l'équilibre des peaux sensibles.

**La noix de coco appétissante** Les cocoteraies de Madagascar en produisent 750 000 tonnes par an ! Extraite de façon artisanale, l'huile de coco utilisée en cosmétique est riche en acides gras saturés. Et on profite de son odeur exotique.

### NOTRE SELECTION

1. Savoureuse Non grasse mais ultrahydratante, elle fait des mains de velours. Crème Gourmande pour les Mains Coco-Vanille, Monoprix, 3,50 € les 100 ml.
2. Gourmande Légèrement

3. Suave Vanille, jasmin, fève tonka : un régal de

4. Protecteur Un déo bio efficace et qui sent bon la vanille Bourbon. Idéal au quotidien. Déodorant Bio Ushuaïa, 4,85 € les 50 ml.



**Le curcuma antioxydant** Selon une croyance, lorsqu'il est mélangé à un peu d'eau, il ralentirait la pousse des poils... « Ce dont on est sûr, explique Lieve Declercq, directrice européenne du laboratoire de recherche biologique pour Origins, c'est que le curcuma est un formidable antioxydant. » Juste avant le coucher, il est extrêmement purifiant, nettoyant les cellules

### NOTRE SELECTION

1. Boostant Un smoothie énergétique de cardamome, de thym et de gingembre, qui stimule le cuir chevelu et redonne du tonus aux cheveux. Masque Punch, HIP, 35 € les 200 ml.
2. Sensuelle Cette huile, riche en safran d'Océanie antiradicalaire et en rocou d'Amazonie, satine la peau. Huile Sèche au Monoï de Tahiti, Melvita, 13,95 € les 125 ml.

3. Eclaircissant De la racine de curcuma antioxydante pour atténuer les taches brunes. Concentré Anti-Taches Even Better, Clinique, 50 € les 30 ml.
4. Radieux Ce lait démaquille en douceur et permet à la peau de respirer grâce à *Curcuma longa*, utilisé en ayurvéda. Décoction Lactée Végétale, Vegeticals, 30 € les 200 ml.



## Et ailleurs...

Ces épices ne sont pas toutes utilisées en cosmétique, mais cela ne saurait tarder.

**Le Caire** Les Egyptiens se servaient de la nigelle – également appelée cummin noir – pour se parfumer. Son huile essentielle est assainissante et lutte contre les imperfections.

**Bangkok** Le galanga est une racine blanche qui sert d'écran solaire naturel. En absorbant les UV pour mieux les « casser », il protège les cellules.

**Colombo** Les femmes du Sri Lanka aiment se concocter un masque à base de cannelle et de miel pour adoucir la peau et en augmenter son éclat. Attention ! si elle est antibactérienne, la cannelle peut aussi être allergisante.

**Tokyo** Le shiso est une menthe pourpre, appréciée des Japonaises qui en mangent les feuilles, les graines et les boutons de fleur. Anisé et savoureux, le shiso, riche en oméga 3, améliore la régénération cellulaire et répare la barrière cutanée.

**Lhassa** Gorgés de minéraux et d'oligoéléments, les sels roses du Tibet sont sans égal pour détoxifier l'organisme. A verser dans un bain chaud pour éliminer les toxines et reminéraliser la peau.

PAR JULIE LEVOYER. RÉALISATION NADO AL TABBAL, ASSISTÉE DE SOPHIE YEN. PHOTO YANN VAN. NATURES MORTES CLAIRE BOURREAU. COIFFURE JEAN-PIERRE CANAVATÉ/ANN RAMIREZ. AVEC TOUTS NOS REMERCIEMENTS À L'HÔTEL THE RESIDENCE, À ÎLE MAURICE.