



Le raisin pour revitaliser

*** Ce qui est bon :** la puissance antioxydante des polyphénols des pépins en fait les champions de l'antivieillessement : leur efficacité est très supérieure à celle de la vitamine E. Ils renforcent la microcirculation cutanée et assurent une protection maximale des fibres de collagène.

*** Côté labo :** pour agir par voie cutanée (dans une crème), les extraits de pépins de raisin doivent être stabilisés. Sinon, ils se dégradent et deviennent inactifs. Une stabilisation et une disponibilité obtenue par les laboratoires Caudalie grâce aux travaux du Pr Joseph Vercauteren, qui a réussi à associer ces extraits à un acide gras.

Autre belle utilisation du raisin : l'eau de raisin, extraite de la pulpe. C'est la phase aqueuse du jus. Très concentrée en polysaccharides (des sucres), elle maintient élevé le taux d'hydratation dans les couches superficielles de la peau.

L'olive pour nourrir

*** Ce qui est bon :** l'huile d'olive est l'un des plus anciens onguents de beauté. Les belles de l'Antiquité soignaient leur peau et leur chevelure en lui ajoutant des fleurs précieuses.

De la pulpe, on extrait l'eau végétale d'olive, dont les polyphénols ont un pouvoir antiradicalaire supérieur à celui de la vitamine C. Et les feuilles de l'olivier sont très riches en sucres hydratants.

*** Côté labo :** même nature, l'huile d'olive est bénéfique pour la peau. Elle la régénère grâce à sa richesse en acide oléique (70 %) et à un remarquable équilibre entre ses oméga 3, 6 et 9, les oméga 3 et 6 étant nourrissants et les 9 agissant davantage sur l'éclat.

Mais sa texture est plus légère lorsqu'elle est présentée sous une forme cosmétique. L'idéal est de choisir un produit à base d'huile biologique. ■

suggèrent qu'appliqué sur la peau, il serait plus protecteur et réduirait mieux l'inflammation que s'il est ingéré.

*** Côté labo :** puissant mais instable, le lycopène présente l'inconvénient d'une durée de vie très courte s'il est formulé dans une crème – sauf s'il est encapsulé ou conditionné sous vide ou dans un flacon pompe *airless* et opaque. Un choix fait par les laboratoires Garancia pour protéger cette matière première particulièrement fragile. On préférera en tout cas le lycopène naturel, dont l'effet protecteur est supérieur à celui du lycopène synthétique.



NOS SOINS AU RAISIN

1. Sérum Brillance pépins de raisin pour cheveux. The Body Shop, 75 ml, 12 €.
2. Démêlant-soin Color Resist. Garnier Fructis, 150 ml, 3,40 €.
3. Eau de raisin, apaisante, à base de raisins bio, peaux sensibles. Caudalie, 200 ml, 9,80 €.



NOS SOINS À L'OLIVE

1. Huile corporelle citronnelle et olive. Kneipp, 100 ml, 11,90 €.
2. Lait corps, aux extraits biologiques de l'olivier de Provence. L'Occitane, 200 ml, 19 €.
3. Élixir d'éclat, à l'extrait de feuille d'olivier de Provence. La Clarée, 15 ml, 29,50 € (Laclaree.com).

