



Beauté À QUOI ÇA SERT

NOTRE CONSULTANTE



MYRIAM COHEN
docteur en pharmacie,
diplômée en cosmétologie
et dermopharmacie

La prêle une alliée pour la peau

REMINÉRALISANTE, ASTRINGENTE,
FORTIFIANTE. CETTE PETITE PLANTE
VERTE **SAIT PRESQUE TOUT FAIRE !**

La prêle s'appelle aussi "l'herbe à récupérer". Il n'est bien sûr pas question ici de décaper la peau, mais cette plante permet une action en profondeur, car elle est riche en silice aux propriétés abrasives. Cette silice est un oligoélément jouant un rôle important dans le renouvellement des tissus. La prêle contient également des saponines (tensio-actifs naturels), de l'acide silicique (silice en association avec de l'eau), des composés flavonoïdes (renforcement des capillaires, activité antioxydante), de la vitamine C... De par sa richesse en éléments minéraux, elle a un effet reminéralisant.

Pour les peaux matures : sa richesse en silice favorise la fermeté et l'élasticité des tissus cutanés. Elle est appréciée dans des soins anti-âge, en particulier antirides.

Pour les capitons : désinfiltrante, elle entre aussi dans des soins minceur.

Pour les peaux grasses : on l'utilise pour ses propriétés détergentes et astringentes.

Pour les phanères : c'est un fortifiant efficace des ongles et des cheveux. On retrouve la prêle dans la composition des soins antichutes. ●



La prêle est riche en silice, un oligoélément important dans le renouvellement des tissus.

LA SÉLECTION DE NOTRE EXPERT



1 Soin visage

Un cocktail de plantes pour apporter un complément nutritif à la peau. Émulsion équilibrante à appliquer matin et soir.

Sisley Émulsion Ecologique, flacon souple de 50 ml, 90,50 €. En parfumeries.

Avis de l'expert : reminéralisante, la prêle favorise la fermeté et l'élasticité de la peau. Son action est complétée par la *Centella asiatica* aux propriétés régénérantes et cicatrisantes.



2 Déo bio

Déo naturel, à base de composants végétaux pour réguler la transpiration sans la bloquer.

Douces Angevines Tendre Déodorant Julie, vaporisateur de 50 ml, 15,50 €. En magasins bio.

Avis de l'expert : la prêle d'Anjou apporte ses vertus astringentes, purifiantes et anti-inflammatoires, la sauge équilibre la production de sueur, l'hysope et des huiles essentielles neutralisent les odeurs.



3 Peeling action éclat

Ce peeling procure un remarquable effet "peau neuve".

KARI SiO₂ Peeling Doux, tube de 75 ml, 24 €. En parapharmacies et magasins bio.

Avis de l'expert : ce peeling contient de la prêle, riche en silice SiO₂ intéressante pour ses propriétés reminéralisantes et raffermissantes. Elle apporte à ce soin ses vertus astringentes et séborégulatrices.



4 Anti-âge corps

Pour prendre soin des peaux matures, un soin spécifique pour retrouver une peau ferme, souple et hydratée.

Dr Hauschka Lait pour le corps régénérant, flacon pompe 150 ml, 35,90 €. En instituts et parfumeries.

Avis de l'expert : la prêle riche en silice participe au métabolisme du calcium et à la formation de collagène pour une peau plus élastique et plus souple.