



## COMPTOIR

INGRÉDIENT

## Centella asiatica

**Qu'est-ce que c'est ?**

- *Centella asiatica* est aussi appelée hydrocotyle asiatique, gotu kola ou encore « herbe du tigre ». C'est une plante médicinale vivace et rampante de la famille des ombellifères issue des régions marécageuses tropicales et subtropicales (Inde, Madagascar, Sri Lanka, Chine, Indonésie, Australie et Afrique du Sud).
- Les parties aériennes, feuilles et tiges, sont utilisées pour obtenir un extrait titré.
- Elle est employée depuis fort longtemps dans les médecines traditionnelles chinoise et indienne par voie cutanée pour ses propriétés cicatrisantes et par voie orale pour traiter les troubles veineux (insuffisance veineuse, varices), nerveux (épilepsie, anxiété, dépression) et améliorer les fonctions cognitives. Ces utilisations sont toujours d'actualité de par le monde.
- Dénomination INCI : *Centella asiatica* extract.

**Quelles sont ses propriétés utilisées en cosmétique ?**

- L'accélération du processus de cicatrisation

des plaies, des brûlures superficielles et des ulcères variqueux (action réparatrice).

- Les activités régénérante (mise à profit en particulier pour un effet antivergetures et anti-âge), antioxydante, anti-inflammatoire, antibactérienne et antiprurigineuse.

**Quelles sont ses utilisations en cosmétique ?**

- Sous forme de crèmes, de pommades, d'onguents, de cataplasmes (mêlés avec de l'argile) pour soulager tout problème cutané :
- peaux abîmées : plaies chirurgicales ou non, ulcères de jambes d'origine veineuse, gerçures, éraflures, crevasses, piqûres d'insectes, etc. ;
  - brûlures : superficielles et peu étendues, érythèmes solaires, érythèmes fessiers ;
  - peaux atopiques : eczéma, psoriasis ;
  - vergetures causées par la grossesse (en préventif ou curatif) et tout type de cicatrices fibreuses et hypertrophiques ;
  - prévention de l'apparition des rides ;
  - troubles fonctionnels liés à la microcirculation



**Centella asiatica accélère le processus de cicatrisation des plaies, des brûlures superficielles et des ulcères variqueux.**

cutanée : couperose, teint terne, ecchymoses, pétéchies, etc. ;  
- cellulite.

**Quel est son mode d'action ?**

- Les principes actifs de *Centella asiatica* sont :
  - des saponines triterpéniques : asiaticoside (0,3 %) et madécassoside (1,5-2 %) ;
  - des dérivés des acides triterpéniques madasiatique, asiatique, centique, madécassique, indocentoïque et centoïque.
- Ce sont surtout l'asiaticoside, les acides madécassique et asiatique qui sont actifs. L'extrait titré de *Centella asiatica* comprend un mélange de ces trois molécules et est utilisé sous diverses formes galéniques. Leurs propriétés s'expliquent par la stimulation de la synthèse de collagène au niveau des fibroblastes et la stimulation de la synthèse des glycosaminoglycanes.
- L'asiaticoside et le

madécassoside auraient aussi la faculté d'inhiber la croissance des kératinocytes (d'où une utilisation pour lutter contre le psoriasis).

- L'extrait titré est également riche en flavonoïdes expliquant son pouvoir antioxydant.

**A quelle concentration est-elle utilisée ?**

Les formes galéniques cosmétiques renferment en général 1 % d'extrait titré de *Centella asiatica*.

**Quels sont ses avantages ?**

Son recul d'utilisation et son efficacité (depuis plus de 2 000 ans) en fait une plante médicinale très utilisée en cosmétique pour ses effets cicatrisant et régénérant prouvés.

**Quels sont ses inconvénients ?**

Des réactions allergiques sont possibles mais rares.

Delphine Jonas

## CE QU'IL FAUT RETENIR

- *Centella asiatica* est une plante largement et anciennement utilisée en dermocosmétique pour ses vertus cicatrisantes et régénérantes.
- Elle est en général dosée à une concentration de 1 % dans les crèmes, pommades, onguents ou cataplasmes.
- Elle ne possède pas d'inconvénient majeur qui limiterait son utilisation.

Sources : [www.passeportsante.net](http://www.passeportsante.net) ; [www.aroma-zone.com](http://www.aroma-zone.com) ; [www.nouvellesdermatologiques.com](http://www.nouvellesdermatologiques.com) ; M.-C. Martini, M. Seiller, *Actifs et additifs en cosmétologie*, éditions Tec & Doc, éditions EM Inter, 3<sup>e</sup> édition ; Jean Bruneton, *Pharmacognosie, phytochimie et plantes médicinales*, 3<sup>e</sup> édition, édition Tec & Doc ; [www.nutranews.org](http://www.nutranews.org).