

TOP Santé

LE N°1 DES SANTÉ

2,80 €
1,95 €
Prix mini!

Trop basse, trop haute
c'est quoi une bonne
TENSION?

ACTU

CANCER
les tout nouveaux
traitements!

DOSSIER MÉDECINE

PROBIOTIQUES

Immunité, digestion, gynéco...
Rééquilibrer sa flore pour
rester en pleine forme

**ON SE POSE! PREMIÈRE
LEÇON DE MÉDITATION**

Innovation

**SEINS: 2 tailles de plus
sans opérer, c'est possible!**

beauté

**> 6 ERREURS QUI
DONNENT UN
COUP DE VIEUX**

**> 5 SOINS (À FAIRE)
POUR UNE PEAU
RESPLENDISSANTE**

Soulager les lumbagos,
les tendinites... **grâce aux
AIMANTS**

50 NOUVELLES ASTUCES MINCEUR!

- Les pièges à éviter à l'apéro, au barbecue...
- Les aliments antikilos de l'été
- Les gourmandises sans les calories

www.topsante.com

© DIFFUSION INDIVIDUELLE/DMS 2010-2011

L 15911 - 263 - F: 1,95 €



DOM: 4,70 - BEL: 2,90 € - CH: 5,40 F\$ - CAN: 4,50 \$CAN - ESP: 3,50 € - GR: 2,95 € - GR: 5,30 €
ITA: 3,30 € - LUX: 2,90 € - MAR: 25 DH - TOM/A: 1150 CFP/\$ - 600 CFP - PORT: CONTI: 5,30 € - TUN: 4,50 DT

soins ● envie de nature

Sa gousse abrite des petits grains parfumés, utilisés en pâtisserie comme en cosmétique. **Mais aussi une multitude de molécules très utiles pour conserver une peau jeune et belle.**

KARINE SILBERFELD

La vanille

régénère la peau

Un concentré d'actifs anti-âge

Traditionnellement, les habitantes des îles pilaient des gousses de vanille fraîches pour concocter des soins de beauté. En les mélangeant à d'autres ingrédients, elles en faisaient un masque pour se protéger du soleil. Une utilisation qui a intéressé la recherche de Chanel. Laquelle a découvert que la vanille de Madagascar présentait une concentration élevée en polycétones. Ces molécules naturelles de défense se développent lorsque la plante est agressée et favorisent les processus de cicatrisation. In vitro, on a montré qu'elles stimulent les fonctions de la peau, aug-

mentant notamment la production de facteurs de croissance. Ainsi, elles jouent sur l'homogénéité du teint, mais aussi sur l'hydratation de la peau, sa régénération et sa fermeté. « Elles ont une action globale sur tous les signes du vieillissement cutané », explique Marie-Hélène Lair, directrice de la communication scientifique du soin chez Chanel. Si d'autres parties de la vanille sont à l'étude, une fraction des fleurs a déjà été intégrée dans certaines formules. Elle contient en effet des hétérosides, des molécules qui boostent davantage encore la régénération cutanée.



UN MACÉRAT DE VANILLE SUPER-HYDRATANT

- 1 ou 2 gousses de vanille
- 100 ml d'huile de tournesol (ou jojoba, carthame...)

Versez l'huile végétale dans un bocal en verre transparent.
Coupez les gousses dans la longueur.
Grattez les grains de vanille avec la pointe d'un couteau, puis mettez-les dans l'huile, ainsi que les bâtons.
Laissez macérer pendant deux à trois semaines à la lumière, en agitant le mélange régulièrement.
Retirez ensuite les gousses sans filtrer.

FALD-IL-DOMI, K. FELS PHOTOGRAPHY, LIVESTOCKPHOTO

Merci à **Aroma-Zone**

Un nectar parfumé et nourrissant

Après avoir séché à l'abri du soleil quelques mois, les gousses sont utilisées tant dans l'industrie agroalimentaire que pour créer des cosmétiques », explique Floriane Pinel, docteur en pharmacie et expert chercheur en matières premières végétales chez Aroma-Zone. Il existe en effet plusieurs façons de tirer profit de ces longs bâtonnets noirs.

Le macérât est obtenu en mettant les gousses de vanille à macérer dans une huile (de sésame, de tournesol...). Très odorant, cet élixir peut être appliqué sur la peau, en particulier lorsqu'elle est sèche et granuleuse, afin de l'hydrater et de l'adoucir. Mais aussi sur les cheveux quand ils sont secs ou crépus, sur les poin-

tes ou en masque, pour les nourrir, les assouplir, les faire briller et les parfumer. Ce macérât peut également devenir une huile de bain parfumée ou encore une huile de massage sensuelle.

L'oléorésine provient de la macération des gousses de vanille. Ce nectar aux vertus régénérantes, assainissantes, mais aussi calmantes, relaxantes et aphrodisiaques, s'utilise dans des baumes pour le corps ou pour les lèvres.

L'extrait aromatique de vanille est obtenu à partir d'alcool et de sucre de canne. On y a davantage recours pour parfumer que pour nourrir la peau, ce produit étant très agréable dans un gel douche, par exemple.

C'est parce qu'elle contient de la vanilline, une molécule proche de celles que l'on trouve dans le lait maternel, que la vanille est irrésistible !

5 SOINS VENUS DES ÎLES

1 PARFUM VOLUPTUEUX

Une fragrance assez sophistiquée où la vanille se fait velours, voluptueuse et enveloppante, sur un fond de bois de santal.
Un bois vanille, Serge Lutens, 79 € les 50 ml.

2 VAPEUR DÉLICATE

Une eau légère, rafraîchissante et non grasse, à vaporiser sur tout le corps pour parfumer sa peau agréablement.
Brume corporelle vanille, The Body Shop, 9 € les 100 ml.

3 REGARD RAJEUNI

Ce soin anti-âge velouté agit sur les cernes et les poches. À base de Planifolia, un actif exclusif concentré et régénérant.
Sublimage la Crème yeux, Chanel, 140 € les 15 ml.

4 MOUSSE DOUCE

Une base lavante d'origine végétale respectueuse de la peau, avec un parfum de vanille gourmande.
Savons extra-doux vanille, Le Petit Marseillais, 2,07 € les 100 g.

5 LÈVRES SATINÉES

Beurre de karité, absolu de vanille, huiles de ricin, de jojoba et d'amande douce pour nourrir les lèvres.
Baume nourrissant pour les lèvres vanille Bourbon, Yves Rocher, 4 € les 5 g.

