

# L'aloë vera, au service de notre beauté

**Cette jolie plante verte s'est imposée comme l'un des must beauté de ces dernières années. Dans les produits de soins ou le make-up, elle adoucit, apaise et sublime la peau. On l'adopte !** *Par Caroline Pacreau*

Le gel d'aloë qui se trouve au cœur des grosses feuilles de la plante, est connu depuis des millénaires pour ses vertus cicatrisantes, relaxantes et hydratantes. Aujourd'hui, sa réputation n'est plus à faire... Il est largement utilisé en cosmétique et en dermatologie pour ses propriétés émollientes. Pour les brûlures, les maladies de peau, les coups de soleil et même le vieillissement des cellules ou une petite cure détox, l'aloë apparaît comme une véritable plante miracle. La vitamine E, antioxydante, contenue dans cette jolie verte permet également de préserver l'élasticité de la peau. Et ce n'est pas tout ! Il faut dire que la feuille de l'aloë vera contient des dizaines d'éléments nutritifs, ainsi qu'une vingtaine de minéraux différents, 18 acides aminés et 12 vitamines différentes. À décliner à l'envi...

## Ma crème hydratante ultra fraîche

Pour celles qui voudraient se lancer dans la préparation de leurs soins maison, direction les magasins bio. On y déniché un gel, uniquement constitué d'eau, de suc d'aloë vera et de gomme xanthane pour épaissir le tout. Il suffit d'y ajouter une noisette d'huile végétale d'amande douce pour réaliser une crème très onctueuse et super hydratante.

## Mon démaquillant apaisant

Agrémentée à de l'hydrolat de rose pour ses propriétés toniques et astringentes et à de l'huile d'amande douce (c'est désormais le produit incontournable de la salle de bains !), lissante et adoucissante, le gel d'aloë vera sera parfait comme démaquillant. Quelques gouttes d'huile essentielle de petit-grain pour ses propriétés conservatrices, et vous pourrez garder le tout plusieurs semaines.



## Testé en situation extrême

C'est après les deux bombes nucléaires au Japon que l'aloë vera a connu son premier succès international. Le nombre de cancers de la peau avait en effet sensiblement diminué sur les personnes ayant bu du jus d'aloë et ayant appliqué du gel de la même plante sur leur corps.

## Notre sélection

Pour celles qui ne sont pas encore prêtes à se lancer dans l'aventure des cosmétiques maison...

- 1 Eau micellaire, 21,90 € en instituts de beauté, Miss W.
- 2 Poudre minérale enrichie en vitamine E et Aloë Vera, 28,70 €, Sonya.
- 3 Lotion fraîche, hydratante et tonifiante, 14,95 €, Fleur de Jouvence.

