

Quel bon génie se cache dans les cosmétiques suisses ?

Nos amis helvètes, en plus de leur gruyère, de leur chocolat incomparable et de leur divine raclette, ont développé un savoir-faire incomparable dans l'usage des végétaux pour les cosmétiques. Grâce aux plantes des Alpes Suisses le pays a acquis ses lettres de noblesse dans l'art du bien-être...

Comme les plantes possèdent des vertus incontestables, elles se retrouvent dans la composition des cosmétiques : rien de mieux pour allier bien-être et bonne santé !

L'Aigremoine, par exemple, est une plante herbacée vivace excellente pour la circulation sanguine. Elle est également utilisée pour les digestions lentes et difficiles et possède des propriétés intéressantes pour les infections de la peau et des muqueuses.

La Pâquerette est réputée sur certains désagréments cutanés comme l'eczéma ou les contusions.

L'Edelweiss, star des montagnes suisses, est très recherchée pour ses vertus anti-inflammatoires.

La Bétoine est une très ancienne plante officinale qui contient beaucoup de tanins. Elle a un effet cicatrisant en externe. En interne, c'est un excellent remède contre la diarrhée.

Le Plantain est particulièrement intéressant. Riche en vitamines du groupe B, il participe à la régénérescence cellulaire. La présence de vitamine A en fait un allié de la peau. Calmant et désinfectant, il soulage rapidement les piqûres d'insectes.

La Pensée des champs ou Pensée sauvage, doit être traitée avec précaution. Cueillie dès le matin, une fois la rosée dissipée, elle doit être séchée rapidement, à l'abri du soleil. Cette fleur contient des saponines, des tanins, des flavonoïdes et des mucilages. Elle est souveraine contre l'acné.

Lexique :

Tanin : Substance contenue dans les végétaux, souvent utilisée dans le travail du cuir car elle empêche les peaux de se décomposer.

Flavonoïdes : Responsables de la couleur variée des plantes, ils sont une source importante d'antioxydants.

Mucilage : Substance végétale qui gonfle au contact de l'eau et prend une consistance visqueuse.

L'Angélique est entrée en Sainteté par la grande porte : c'est l'une des rares plantes citées par les Evangiles, on l'appelait aussi racine du Saint-Esprit ou Herbe-aux-Anges. Par voie externe, elle permet de lutter contre les douleurs musculaires ou articulaires et notamment les rhumatismes.

L'Armoise est d'une grande richesse en flavonoïdes qui présentent de grandes qualités anti-oxydantes. La Petite Centaurée est une plante élégante très utile contre la chute des cheveux.

Le Millepertuis est sans doute une des plantes les plus utilisées en médecine populaire, réputé en usage externe pour ses propriétés antiseptiques, antibiotiques et antivirales.

L'Hysope est une plante rare à l'état sauvage, elle est donc généralement cultivée. Ses fleurs bleu vif sont curieusement toutes tournées du même côté. Elle est très utile pour les traumatismes, ecchymoses et cicatrices.

La liste des plantes et fleurs qui peuplent les montagnes suisses et dans laquelle la cosmétologie puise ses ressources est encore longue. En nous révélant les vertus de tous ces végétaux, nos amis suisses nous ont laissé un bien bel héritage ! ■

Dr Marcel CAPT



Dr Marcel Capt

• Ancien Chargé d'Enseignement à la Faculté de Médecine de Genève.



Faut-il encore présenter l'Arnica ?

Sans doute la plus vendue en pharmacie, cette plante des moyennes montagnes et des Alpes est protégée. Hormis en traitement homéopathique, l'arnica n'est préconisée que par voie externe. Elle renferme des dizaines de substances actives qui la rendent efficace sur les ecchymoses, les œdèmes, les furoncles, les piqûres d'insectes...

Votre corps mérite le meilleur des plantes
L'eau d'Arquebusade originale : tonicité, vitalité et soin anti-âge

Eau de soin aux plantes des Alpes Suisses

www.alpdreams.ch

5