



Un lait pour le corps

Faut-il le choisir bio ? Ça n'est pas essentiel, c'est surtout le choix de la texture qui prime, efficace mais non collante, pratique pour s'habiller vite. À savoir toutefois, certaines formules naturelles, bio ou pas, peuvent au premier contact blanchir légèrement la peau (une histoire d'émulsifiants). Il suffit de masser quelques secondes pour que le produit pénètre totalement sans laisser aucun film en surface.

Au choix : 1. Lait Corps Cold Cream, Bio Beauté by Nuxe, 13,30 €. 2. Baume Intensif Rajeunissant pour le Corps, Aesop, 29 €.



Le parfum naturel, ça existe ?

C'est encore plus limité que le maquillage. Les parfums réalisés uniquement à partir de matières naturelles sont rares, tout simplement parce que la palette dont dispose le nez est très limitée.

Quelques marques ont réussi malgré tout à formuler des jus intéressants :

- Honoré des Prés, la référence, dont les fragrances sont conçues par Olivia Giacobetti ;
- 100 Bon ;
- Acorelle (en boutique bio) ;
- Buly avec ses Eaux Triples ;
- Les Fleurs de Bach ;
- Melvita et son Eau de Toilette L'Or Bio.

Une huile pour la nuit

Faut-il la choisir bio ? Certifiée ou pas, du moment qu'elle est 100 % naturelle, c'est tout bon. Blindée d'acides gras essentiels et de vitamines qui fusionnent parfaitement avec la peau, elle-même constituée de lipides, elle est idéale le soir pour aider la régénération nocturne. Elle remplace à elle seule le sérum et la crème de nuit. Les marques équilibrent les origines végétales pour créer des complexes super actifs et adaptés à toutes les peaux. Par contre, on évite les formules très « sèches » élaborées avec beaucoup d'huiles naturelles estérifiées (même si autorisées en bio), car elles ont perdu leurs bons acides gras pour la peau. On les repère à leur nom : « caprylic », « capric triglycéride », « coco caprylate », « decyl oleate », « isopropyl palmitate »...

Au choix : 1. Arôme Équilibrant anti-âge, Delarom, 55 €. 2. Huile Absolue, Patyka, 48 €. Sur ohmycream.com.



Un shampoing et un soin sans silicone

Faut-il le choisir bio ? Si on veut une parfaite cosméticité façon « brushing à l'américaine », mieux vaut éviter. Le bio interdit certains ingrédients, par exemple jugés irritants (mais la plupart des personnes y sont insensibles), qui assurent douceur et démêlage à la place des silicones. N'empêche, si le « toucher » des cheveux n'est pas aussi lisse, les aficionadados ne peuvent plus s'en passer. Et certaines gammes dans les marques classiques ou certaines marques bio sont particulièrement au point. Donc là, au choix, le naturel ou le bio...

Au choix : 1. Shampoing, Reverie, 37 €, sur bazar-bio.fr. 2. Shampoing Stimulant à la Menthe verte et Reine des Prés, John Masters Organics, 23 €. 3. Renewing Shampoo Natural Tech, Davines, 18,40 €. 4. Le Masque, Onira Organics, 69 €.

