

Beauté

Tout sur les eaux micellaires !

Josiane MBANG NGUEMA
Libreville/Gabon

Eaux micellaires, lotions toniques, eau démaquillante... comment s'y retrouver avec tous ces produits aux appellations différentes et dont la vocation est évidemment le nettoyage et le démaquillage de la peau ? Ces produits sont-ils vraiment différents, utiles mais surtout quand et comment les utiliser en fonction de votre type de peau ? Doctissimo fait le point sur l'eau micellaire tant vantée par les stars, les tops, les pros du maquillage et de nombreux dermatologues pour que, chaque jour, la star de la peau nette et propre, ce soit vous !

L'eau micellaire c'est quoi ?

L'eau micellaire doit son nom aux micelles qu'elle contient et qui sont des petits arrangements de molécules emprisonnant en leur centre les impuretés pour les éliminer. Véritables Pac-Man des temps modernes, ces micelles sont en solution dans de l'eau avec des tensioactifs et ont la particularité d'emprisonner littéralement les corps gras, le maquillage et autres poussières déposées sur la peau pendant le jour ou la nuit. L'impureté est donc retenue au centre, alors

que les têtes hydrophiles sont en contact avec l'eau et que les queues hydrophobes sont orientées vers le centre du micelle permettant leur pouvoir capturant. L'eau micellaire, comme son nom l'indique, présente la fraîcheur d'une eau et l'efficacité redoutable d'un démaquillant tout cela sans irriter la peau et normalement sans nécessiter de rinçage.

Réputée pour être apaisante, de haute tolérance, l'eau micellaire est particulièrement appréciée des femmes (et pas seulement pressées !) en quête d'un démaquillant efficace, doux et simple d'emploi. Cette douceur n'est pas altérée par son très fort pouvoir nettoyant puisque fond de teint, mascara, rouge à lèvres et maquillages les plus tenaces disparaissent sous l'action de cette eau micellaire. L'eau micellaire peut être utilisée pour démaquiller le visage et les yeux tout en douceur simplement en passant un coton imbibé de produit sur le visage et les yeux. Si l'eau micellaire convient à tous les types de peaux, il en existe aujourd'hui différentes déclinaisons plus ciblées en fonction de son type de peau.

Quand la peau est juste « normale » : ni sèche, ni déshydratée, ni grasse, ni sensible, alors ces produits



Photo : D.R

Les grandes marques de cosmétiques proposent des eaux micellaires pour démaquiller et nettoyer le visage en profondeur.

peuvent être utilisés. Elles s'utilisent comme un démaquillant unique sans rinçage et laisse la peau prête à recevoir son soin spécifique jour ou nuit, nourrissant, anti-âge ou peaux réactives en fonction de chacune.

L'eau micellaire pour peaux acnéiques

Les peaux grasses ou acnéiques auront tendance à très bien s'accommoder de cette formulation de type eau micellaire. En effet, les peaux souffrant d'acné ou d'imperfections sont très souvent irritées par les soins asséchants, les gommages désincrustants à ré-pétition et les nettoyages gel moussant + eau.

Afin de répondre au mieux aux attentes de ces profils,

certaines marques ont imaginé des eaux micellaires purifiantes et assainissantes. Une formule non-comédogène qui permet de nettoyer la peau en profondeur tout en éliminant l'excès de sébum. Contrairement à un lait, l'eau micellaire n'est pas filmogène et convient donc parfaitement aux peaux à imperfections et représente le parfait compromis entre les textures trop riches qui obstruent les pores et les gels nettoyants qui sont réputés irritants pour la peau.

A quoi sert la lotion tonique ?

La lotion tonique ne contient pas ces fameux Pac-Man : les micelles capturant les impuretés. Elle

est cependant majoritairement composée d'eau mais contient également des substances généralement d'origines végétales qui sont bénéfiques pour la peau (iris, hamamélis, bleuet, camomille, thé...) Elle fait office de complément au nettoyage de la peau et permet d'enlever les restes d'impuretés après le maquillage car si l'eau micellaire peut se suffire à elle-même, la lotion tonique, elle ne vient que en complément d'un produit démaquillant : lait, crème, gel moussant ou même eau micellaire. Attention aux lotions toniques qui contiennent de l'alcool pour les peaux sensibles ou avec de la coupeuse car cela peut déshydrater ou aggraver une peau sensible.

Et après l'eau micellaire ?

Le nettoyage à l'eau micellaire fait partie du rituel beauté : nettoyer, soigner et consolider alors, après le nettoyage, sur une peau bien propre, on applique

son soin c'est-à-dire : un sérum (ou un fluide) de jour ou de nuit puis on consolide avec sa crème hydratante adaptée (peaux sèches, peaux grasses, peaux normale, peaux mixtes, anti-âge...) pour le jour ou pour la nuit. Le rituel de nettoyage s'effectuant bien sur le matin et le soir car la nuit, les frottements sur l'oreiller et autre renouvellement cellulaire intense nécessite réellement un bon nettoyage le matin !

L'utilisation au quotidien d'une eau micellaire en rituel beauté permet de nombreux bénéfices : un teint moins terne, plus clair, plus radieux, moins de comédons et de boutons ainsi qu'une peau plus propre et fraîche. Convaincues ? Demandez donc vite conseil à votre pharmacien si nécessaire et vous ne pourrez plus très rapidement vous passer de votre eau micellaire dans le rituel démaquillage/nettoyage quotidien !

Trucs et astuces

Faire ses produits ménagers 100% naturel

Un lave-vaisselle

Dans un saladier, mélangez le jus de 3 citrons, 250 grammes de sel fin, un demi litre d'eau et 300 ml de vinaigre et faites bouillir le tout pendant 15 à 20 minutes. Ensuite, mettez 3 cuillères à soupe du détergent naturel dans le lave-vaisselle avant de le mettre en marche. Et voilà, vous obtenez un résultat bluffant pour une vaisselle ultra propre avec pas grand chose et pour pas cher.

Un adoucissant naturel pour le linge

Il vous suffit de verser 500 ml d'eau et 300 ml de vinaigre blanc dans une bouteille. Ensuite, ajoutez 2 cuillères à soupe de bicarbonate de soude. Prenez soin de mettre une bassine en dessous de votre bouteille car la mousse déborde. Enfin, patientez un petit moment afin que la solution redescende et versez 30 gouttes d'huiles essentielles. Et voilà ! Agitez bien avant chaque utilisation et utilisez 4 cuillères à soupe de ce mélange par machine. Une solution qui fait du bien au porte-monnaie.

Un produit ménager multi-usage

Placer des pelures d'oranges, de clémentines ou de citrons, dans un pot et remplissez-le de vinaigre. Laissez le mélange macérer au minimum 2 semaines. Ensuite, jetez les pelures et transférez le liquide dans une bouteille avec un bec vaporisateur, et voilà le tour est joué.

Un désodorisant pour WC

Remplissez le pot d'un 1/4 de bicarbonate de soude et ajouter 6 à 8 gouttes d'huile essentielle. Et voilà, rien de plus simple pour dire adieu aux odeurs désagréables. N'hésitez pas à secouer régulièrement le pot afin de stimuler son action. Une idée pratique à utiliser également dans vos armoires ou pour éliminer les odeurs des tapis et tissus. Il suffit alors de saupoudrer votre canapé ou votre tapis, laissez reposer pendant quelques minutes, puis passez l'aspirateur.

Un antimoustique

Dans un premier temps, remplissez vos pots d'eau au 2/3. Ensuite, ajoutez les citrons coupés en rondelles et les branches de romarin de manière à faire une composition légère. Enfin, disposez sur le dessus une bougie flottante. C'est tout, votre anti-moustique naturel est prêt à mettre plat tous les moustiques qui auraient l'intention de vous ennuyer.

Puériculture

Bien choisir le biberon de bébé

JMN
Libreville/Gabon

Bébé vient d'arriver, et il faut déjà penser aux biberons... Au supermarché, l'offre est abondante. Mais plus que la marque ou le packaging, c'est plutôt l'âge de l'enfant qui déterminera le choix de la bouteille. Petit guide pour bien choisir.

LES biberons pour nouveau-nés

Pour des bébés qui ne sont pas nourris au sein, le choix du biberon se portera surtout sur la facilité à stériliser. En effet, pour les premières semaines, la stérilisation systématique est recommandée. Par conséquent, les bouteilles en verre sont préférables. Les biberons en plastique pourront se ternir, se déformer et se détériorer à force de nombreuses stérilisations. Même si cette bouteille est un peu fragile, ce ne sera pas un problème puisque le nourrisson ne pourra pas encore la prendre ni la casser. Les méde-

cins conseillent aux mamans n'allaitant pas de disposer d'un jeu de 7 bouteilles environs, pour toujours en avoir une de propre. Les biberons jetables sous vide pourront dépanner en déplacement. Les biberons coudés permettent de diminuer les risques d'ingestion d'air pendant la tétée. Si bébé est sujet aux coliques, régurgitation ou maux de ventre... C'est peut-être le moment d'essayer.

La tétine pour nouveau-né

Il existe des tétines spéciales pour les nouveau-nés, qui ont un débit très fin, pour permettre à votre enfant de téter de petites quantités de lait, correspondant à ses capacités d'avalier. Elles sont conseillées jusqu'à 1 mois, 1 mois 1/2. Il faut les changer souvent ! Avec la stérilisation, Les tétines en caoutchouc deviennent molles ; tandis que celles en silicone - inodores et sans goût - finissent par durcir et par se fendiller en passant dans le stérilisateur de biberons. Il faut donc les remplacer régulièrement (tous les mois en fonction de l'usage) Il

est conseillé de s'en tenir à une seule marque ces premiers mois, car toutes les bagues de serrage ne sont pas compatibles...

Quel biberon en période de sevrage ?

Pendant le sevrage, certaines mamans préfèrent les tétines en silicone, à la texture assez proche du mamelon. Mais leur efficacité n'est pas toujours prouvée. A partir de 2 mois, les tétines à vitesse variables peuvent être utilisées. En commençant à la vitesse minimale au départ, car le bébé a l'habitude de tirer énergiquement sur le sein. Il risque de boire trop vite, et de souffrir de problèmes de digestion.

Il est indispensable à cette période, de posséder un biberon à graduation. La petite réglotte sur le côté vous permet de vérifier la composition du lait, c'est rassurant. Enfin, n'hésitez pas à faire progressivement participer le papa à l'alimentation du bébé. Les moments des repas sont de bons repères familiaux ! Prenez aussi le temps de bien vous installer et n'hésitez pas à communiquer

avec votre enfant. Il acceptera d'autant mieux cette période de transition.

Quel biberon après 6 mois ?

Si ce n'est pas déjà fait, c'est le moment de passer aux bouteilles en plastique. Plus légères, et surtout incassables, elles peuvent être saisies par l'enfant pour boire tout seul ou pour jouer. Par ailleurs, après 4 mois il n'est plus indispensable de stériliser les biberons. L'enfant met déjà tous ses jouets à la bouche, et son système immunitaire s'est adapté. Les tétines plus grosses (2e âge) devront être utilisées dans le cadre de la diversification alimentaire. Ensuite, pour l'eau ou les jus de fruits, toutes les fantaisies peuvent être essayées ! Sachez tout de même que les biberons en forme d'animaux ou d'objet pour jouer, sont difficiles à nettoyer. Les biberons qui ne se renversent pas sont une bonne option pour des enfants énergiques, et ceux à poignées des deux côtés leur apprennent à boire tout seul.