



Le riz, un petit grain de toute beauté

Certes, cette céréale est bonne pour notre santé et notre forme, mais elle offre bien d'autres bénéfices. Panorama de ses vertus sur notre peau et nos cheveux.

Il matifie la peau

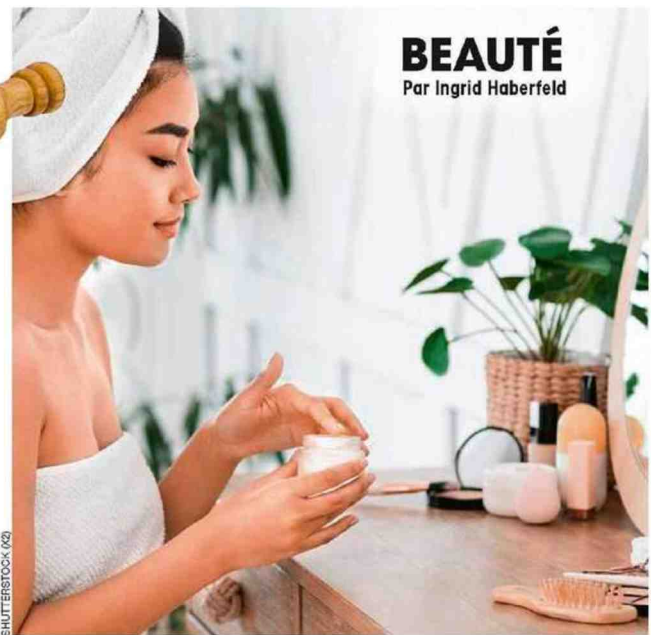
Le riz est un ingrédient utilisé depuis bien longtemps en cosmétique : si les geishas en faisaient déjà usage pour blanchir leur teint, il était également prisé à la cour de France, sous l'Ancien Régime, pour masquer les imperfections et matifier la peau. Car cette céréale a la faculté de resserrer les pores de l'épiderme, réguler l'excès de sébum des peaux grasses et lutter contre l'apparition des boutons et

autres points noirs. Des vertus que le riz doit à sa richesse en amidon aux propriétés astringentes et en zinc séborégulateur. Vous arborez un teint sans défaut en optant pour des soins matifiants à base de riz et, pour rester parfaite jusqu'à la fin de la journée, choisissez des produits de maquillage (fond de teint, BB crème, poudre libre...) enrichis en poudre de riz. Teint mat assuré!

Il embellit les cheveux

L'eau de riz, en particulier, apporte de la brillance et du volume aux chevelures fatiguées. Elle resserre les cuticules de la fibre capillaire, reflétant ainsi mieux la lumière, tandis que ses protéines fortifient les cheveux cassants et texturisent la matière. En prime, l'amidon qu'elle contient dompte les frisottis. Pour profiter de ces bienfaits, tournez-vous vers

des produits lavants à base de riz ou gardez l'eau de cuisson de cette graminée afin de la verser sur votre chevelure. Laissez agir quelques secondes, puis rincez vos cheveux à l'eau claire. Ils ont tendance à regraisser trop vite ? La poudre de riz peut vous aider. Grâce à son effet buvard, elle absorbe le sébum en excès et permet d'espacer les shampoings.



BEAUTÉ
Par Ingrid Haberfeld

Il apporte de l'éclat au teint

Le riz est une bombe nutritionnelle : il renferme des vitamines B1, B3 et B5 qui contribuent à hydrater et à lisser le grain de la peau, du magnésium et du fer qui luttent contre la fatigue du teint ainsi que du

sélénium et du zinc antioxydants. Appliqué sur la peau, il permet d'apporter de l'éclat, de tonifier l'épiderme et joue un rôle contre le vieillissement cutané prématuré. Utilisez un soin matin et soir pour dynamiser votre peau.

Il protège et répare le corps

L'huile de son de riz cache un actif star : l'acide oléique. Appliquée sur l'épiderme pendant la journée, celle-ci forme un film qui protège la peau des agressions extérieures (frottement des vêtements, frimas, chauffage, pollution...), tandis que, durant la nuit, elle répare,

assouplit et nourrit la peau, renforce sa barrière hydrolipidique et apaise les irritations. Cette huile contient de la vitamine E antioxydante qui ralentit le vieillissement cutané. Elle s'utilise de préférence après la douche, en application généreuse sur l'ensemble du corps.

SHOPPING

Fluide Régulateur Matifiant bio, 13,95 € (40 ml), *Centifolia*
A base de thé vert et de poudre de riz, ce soin régule la production de sébum et laisse un fini velouté.



Riz en poudre micronisée bio, 3,90 € (100 g), *Aroma-Zone*
Cette poudre de riz complet permet de réaliser soi-même des masques ou des baumes purifiants.



Pommade Corps Muesli, 19,90 € (100 g), *Baija*
Ce soin ultra-cocooning, riche en huile de son de riz, chouchoute la peau et l'enveloppe de douceur.



Shampooing sec au lait d'avoine, 9,60 € (150 ml), *Klorane*
A la poudre de riz, il permet de gagner 24 heures avant de se laver les cheveux.



Poudre Matifiante, 39 € (10 g), *T.LeClerc*
Grâce à la poudre de riz, elle parfait le maquillage, veloute notre teint et matifie la peau pour de longues heures.

