



VIVIFIANTES, les algues!

Depuis des millénaires, les algues sont réputées pour leurs pouvoirs nutritionnels et thérapeutiques. En cosmétique, leurs bienfaits sont insoupçonnés ! Parées pour une petite cueillette à la fraîche ?

par Sandra Collet

Microscopiques ou longues de plusieurs mètres, les 25 000 espèces d'algues marines ou d'eau douce connues à ce jour recèlent de nombreux secrets. À commencer par leur extrême richesse ! Comme le souligne Myriam Keramane, fondatrice de la marque Myriam K (gamme de produits capillaires haut de gamme pour salons) : « Acides aminés, sels minéraux, oligoéléments, vitamines, acides gras essentiels (oméga 3, 6 et 9)... les algues font de vrais miracles ! » Leur résistance à tous les milieux a donc naturellement attiré les chercheurs. Au fond de l'océan dans l'obscurité totale ou sur le sable en plein soleil, elles ont le don de s'adapter, se régénérer et même de se reproduire.

Revitalisantes pour la peau

À chaque espèce d'algue ses bienfaits ! Les rouges hydratent, reminéralisent l'épiderme et absorbent les rayons UV. Les brunes protègent et apaisent : l'idéal pour lutter contre les agressions de l'hiver ! Quant aux vertes, elles ont un fort pouvoir hydratant et anti-inflammatoire. Les algues sont aussi les stars des soins anti-âge. La chlorelle, microalgue d'eau douce, permet de redonner de l'élasticité et du tonus à la peau en aidant le collagène à se renouveler. Riche en chlorophylle et protéines, elle gomme les ridules qui commencent à apparaître et que l'on aimerait chasser d'un coup de baguette magique !

Protectrices pour les cheveux

Pour soigner notre crinière, on se penche sur les pouvoirs de l'algue rouge, qui chouchoute les cuirs chevelus sensibilisés et irrités. Un exemple ? « L'Asparagopsis, une algue rouge fortifiante riche en silicium organique, apporte des sels minéraux et des oligoéléments indispensables à la vitalité des cellules du bulbe capillaire », ajoute Myriam Keramane. Et pour un soin maison détox (à faire avant son shampoing), la créatrice nous dévoile sa recette : « Mélangez 2 cuillerées de poudre d'algue rouge à 2 gouttes d'huile essentielle et 2 cuillerées à soupe d'huile de coco bio. Appliquez sur l'ensemble de la chevelure et laissez poser 15 minutes. » Un rituel marin à prolonger tout l'hiver !



MA BEAUTÉ

Ma trousse 100 % iodée

Un masque exfoliant

Formulé à base d'algue brune *Fucus spiralis* et de microalgue *Tetraselmis chui*, ce soin absorbe les sécrétions sébacées et désincruste les pores, pour un grain de peau affiné.

Masque exfoliant Pureté, 22,30 € (50 ml), Algotherm.



Une crème fermeté

Ce soin dermoprotecteur à base d'algue brune vise à reconstituer le film hydro-lipidique de la peau, indispensable à sa souplesse. **Crème hydratante SciTech, 49 € (50 ml), Promicea Laboratoire.**



Un shampoing noir

Ce bain lavant haute tolérance à base d'algue rouge permet de lutter contre les agressions quotidiennes du cuir chevelu. Il peut s'utiliser tous les jours pour l'apaiser tout en lui donnant du volume et de la brillance. **Shampooing noir, 13,90 €, Myriam K.**



Un bain revitalisant

Comme en thalasso, cette crème non moussante à base d'algue *Laminaria digitata* et d'eau de mer combine trois actions : détente, amincissement et reminéralisation de tout le corps. **Bain Thalasso Iso Mer, 23 € (400 ml), Isomarine.**