

# GUIDE COMPOSITION DES HUILES VÉGÉTALES 1/2

Les huiles végétales sont extraites à partir de pression de **graines, pépins, amandons, noyaux...** issus de plantes dites « oléagineuses ».

Elles sont composées de nombreux actifs :

- 1) Des **acides gras essentiels**. Ils apportent les lipides essentiels au bon fonctionnement de notre épiderme.
- 2) Des insaponifiables (**phytostérols, vitamines liposolubles (A, E...), polyphénols ...**)

Les Huiles Végétales renferment naturellement toutes les molécules dont votre peau a besoin.

**Voici leurs propriétés :**

| Acides Gras Essentiels   | Propriétés  |
|--|---|
| Oméga-3  | ils sont connus pour leurs vertus apaisantes et calmantes, et seront particulièrement appréciées des peaux qui ont des problèmes de grattages, démangeaisons, rougeurs...   |
| Oméga-5 / acide punique  | Cet acides gras est réputé pour son action anti-inflammatoire. Il procure un effet apaisant et calmant au niveau de la peau, et conviendra aux peaux abîmées sujettes à l'eczéma, aux démangeaisons, aux irritations ou rougeurs...   |
| Oméga-6  | ils favorisent le maintien du ciment lipidique et la bonne cohésion des cellules de la peau entre elles. Les huiles contenant des Oméga-6, possèdent des qualités adoucissantes et nutritives et permettent de limiter les pertes en eau de la peau. Elles conviennent aux peaux sèches, ou déshydratées. |
| Acide gamma-linolénique  | de la famille des oméga-6, c'est un acide gras essentiel qui se raréfie avec l'âge. Il participe au maintien de l'hydratation et de la souplesse de la peau, et joue un rôle majeur dans la lutte contre le vieillissement cutané.  |
| Oméga-7  | ils participent à la régénération des cellules de la peau. Les huiles qui contiennent ce type d'acide gras sont utiles pour faciliter la réparation cutanée.  |
| Oméga-9  | ils jouent un rôle important dans l'hydratation et la régénération de la peau. Ils nourrissent l'épiderme et lui redonnent souplesse et élasticité. Les huiles riches en Oméga 9 sont très appréciées des peaux déshydratées, asséchées.  |
| Acide gadoléique   | de la famille des oméga-9 et proche du sébum humain, il permet à l'huile de pénétrer rapidement dans la peau et de l'hydrater sans la graisser.   |
| Acide érucique   | de type oméga-9, cet acide gras est un agent émollient, il renforce l'hydratation de la peau et des fibres capillaires, il contribue à la préservation de l'élasticité de la peau, il favorise la réparation cutanée et atténue les sensations de tiraillements et d'irritations.                         |
| Acide Ricinoléique   | dérivé de l'acide oléique il prévient la croissance des germes (bactéries...) et aide dans le traitement de certains problèmes cutanés (acné, atopie, inflammations...).  |
| Acides Gras Saturés  | ils sont utilisés pour leurs propriétés occlusives, émoullientes et protectrices. Indispensables pour les peaux desséchées et abîmées par les conditions extrêmes (vent, froid, UV...).   |
| Acide laurique   | de la famille des Acides Gras Saturés, il est reconnu pour ses propriétés antimicrobiennes.   |
| Acide Myristique   | de la famille des Acides Gras Saturés, il rend l'huile plus facilement absorbable et aide à régénérer la fonction protectrice de la peau.   |
| Acides Gras Cycliques (acides Chaulmoogrique, Hydnocarpique, Gorlique) | ils possèdent une action anti-mycobactérienne et anti-bactérienne.  |

# GUIDE COMPOSITION DES HUILES VÉGÉTALES 2/2

| Insaponifiables                | Propriétés   |
|--------------------------------|--|
| Vitamine A                     | elle a des vertus antioxydantes qui participe à protéger la peau de l'agression des radicaux libres. Générés par le soleil, la pollution, le tabac, ceux-ci accélèrent le vieillissement cutané. LA vitamine A entretient également le collagène de la peau, l'hydrate de l'intérieur et active le renouvellement des cellules. Une carence en vitamine A peut notamment avoir pour conséquence une sécheresse intense de la peau et des cheveux secs. |
| Vitamines du groupe B          | hautement hydratante, elle répare les peaux les plus sèches, répare les cicatrices et améliore l'apparence des zones de desquamation.  |
| Vitamine B1 (Thiamine)         | elle participe à la synthèse des graisses et au métabolisme des protéines. Et contribue ainsi à la souplesse et la tonicité de la peau.  |
| Vitamine B6 (Pyridoxine)       | elle fait partie d'une des plus importante vitamine de l'organisme, elle participe à la synthèse et à la dégradation des protéines.  |
| Vitamine B3                    | aussi appelée vitamine PP, elle stimule la production de céramides, indispensables pour le ciment lipidique qui assure la cohésion entre les cellules de l'épiderme.<br>Elle améliore la fonction de barrière : la peau est alors plus forte, protégée de la déshydratation et de la pénétration d'agents irritants.<br>Alla aide à améliorer la texture de la peau  |
| Choline (anciennement Vit. B4) | elle intervient dans le métabolisme des graisses et agit au niveau des follicules en permettant une bonne hydratation et un bon apport en graisses de ceux-ci.   |
| Vitamine C                     | antioxydant naturel, elle empêche le vieillissement, favorise la synthèse du collagène et limite les radicaux libres, responsables du vieillissement de la peau. La vitamine C aide à obtenir un teint uniforme, minimise les taches et empêche la peau de pâlir.  |
| Vitamine D                     | elle est primordiale pour le bon développement du squelette. Elle renforce également les défenses immunitaires.  |
| Vitamine E                     | elle ralentit ainsi le vieillissement des cellules cutanées et maintient l'élasticité de la peau. La vitamine E diminue également la perméabilité de la peau à l'eau, elle préserve donc son hydratation.  |
| Vitamine K                     | elle possède des propriétés anti-inflammatoires lui permettant de booster la régénération cellulaire. La vitamine K joue un rôle primordial dans la coagulation sanguine et intervient dans le renouvellement cellulaire. revitalise la peau en activant la production de collagène.   |
| Phytostérols                   | ils régulent les mécanismes de l'inflammation, améliorent la fonction barrière de la peau et la microcirculation et luttent contre le vieillissement.  |
| Schottenol (Stérol)            | ils contribuent à la barrière naturelle de la peau. Ils hydratent et calment les démangeaisons et ont une action protectrice, anti-inflammatoire et restructurante.  |
| PolyPhénols                    | ils possèdent des propriétés antioxydantes très importantes et regroupent de nombreuses catégories   |
| Acide férullique               | une molécule antioxydante, de la famille des polyphénols, qui neutralise l'action des radicaux libres responsables du vieillissement cutané.   |
| Acide Gallique                 | antioxydant naturel  |
| Tanins                         | de la famille des polyphénols, ils sont astringents, antibactériens et donnent un toucher sec à l'huile.   |
| Catéchine                      | un composé de la famille des flavonoïdes, un puissant antioxydant capable de piéger les radicaux libres responsables de l'apparition des premières rides et vieillissement de la peau.   |
| Pongamol & Karanine            | deux molécules réputées pour protéger la peau des effets néfastes des UV.  |
| Caroténoïdes                   | composants vitaux du système anti-oxydatif de la peau et sont les plus puissants piègeurs de radicaux libres de notre corps.   |
| Xanthophylle                   | molécules naturelles avec un puissant pouvoir antioxydant (elles font partie de la grande famille des caroténoïdes).   |
| Dérivés de Sérotonine          | des propriétés antioxydante, ainsi que restructurante et réparatrice car ils augmentent l'activité des fibroblastes.   |
| Potassium                      | ce minéral aide à garder une peau hydratée, favorise la régénération des cellules et rééquilibre le pH de la peau.   |
| Zinc                           | il favorise la cicatrisation, et est réputé pour ses propriétés luttant contre de nombreux problèmes de peau : psoriasis, infections de la peau. Ultra purifiant et antioxydant, il agit notamment sur les problèmes d'acné.   |