

## Les peaux Atopiques

Une **peau atopique** est une **peau très sèche** et facilement **irritée** par la pollution, les allergies, une alimentation déséquilibrée... La peau réagit sous forme de **plaques rouges** qui **démangent**.

**La solution :**

- 1 - hydrater le plus possible la peau,
- 2 - restaurer la couche protectrice de la peau

### Identifiez et limitez les agressions externes

Une **peau atopique** est **sèche et irritée** car elle est très sensible aux agressions extérieures. **Affaiblie**, la **peau laisse passer trop de bactéries et d'allergènes** ce qui **déclenche des inflammations**.

C'est pourquoi il est primordial d'**identifier les sources d'irritation afin de réduire les inflammations de la peau**.

Voici une liste non exhaustive d'irritants :

- > produits cosmétiques, certaines huiles essentielles
- > **allergènes** (pollen, acariens, latex, ...)
- > chaleur ou **transpiration** (bien se laver après chaque activité sportive, ou après une longue exposition au soleil)
- > climat **trop sec, froid de l'hiver**
- > eau dure, **eau traitée** comme à la piscine avec le chlore
- > certaines matières textiles : **laine, tissus synthétiques**
- > certains **aliments** : cacahuètes, **gluten, produits laitiers...**
- > certaines **lessives et assouplissants**



### Adoptez une routine minimaliste et naturelle !

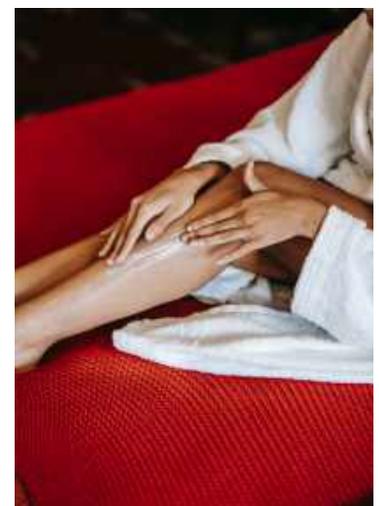
Trop de produits cosmétiques contiennent des parfums de synthèse, des allergènes, des colorants, des conservateurs... dont les effets à long terme tendent à **accroître les irritations de la peau**.

La multiplication de molécules issues de la chimie de synthèse au contact de la peau augmente les risques de réactions inflammatoires.

C'est pourquoi, il est conseillé de limiter **l'usage des produits cosmétiques avec une routine minimale** avec des produits naturels qui **respectent la fragilité des peaux atopiques**.

**Deux produits** sont spécialement **conseillés** pour les peaux atopiques :

- > un **savon saponifié à froid** pour nettoyer le peau
- > un **émollient** pour hydrater et restaurer la couche protectrice de la peau



O'natur  
N°SIRET 530 305 648 00012 R.C.S Angers  
TVA/CEE FR 71 530 605 648  
Fline Martigné Briand 49540 Terranjou (France)



## Nettoyez avec un savon saponifié à froid

Concrètement, les **gels douches parfumés**, et les **bains moussants**... très riches en détergents sont très irritants et desséchants. Ils **aggravent la sensibilité des peaux atopiques**.

Pour les peaux atopiques, il faut éviter les produits parfumés, contenant des tensio-actifs sulfatés (les SLS Sodium Laureth Sulfate).

**Seuls les savons « saponifiés à froid »** conviennent aux peaux atopiques, car seul ce procédé de fabrication conserve la glycérine (hydratante). C'est pourquoi ils **lavent la peau sans la dessécher**.

Évitez aussi les **bains longs et chauds** en préférant les **douches ou bains de courte durée**.



## Hydratez avec des émoullents naturels : les huiles végétales



Vous l'aurez compris, il faut hydrater les peaux atopiques pour reconstituer leur barrière protectrice.

C'est pourquoi **les soins doivent être basés sur des émoullents qui à la fois relâchent, assouplissent et adoucissent** la peau, tout en l'hydratant.

Les émoullents sont surtout des **huiles végétales** spécialement choisies pour leur richesse en **acides gras essentiels** et en **phytostérols**.

**Les huiles d'Avocat, de Bourrache, le beurre de Karité...** en utilisation quotidienne **matin et soir**, ont un effet immédiat.

## Apaisez les sensations de grattage

Si malgré tous vos efforts, les inflammations sous forme de **plaques rouges qui démangent résistent**, il est alors **conseillé d'utiliser en application matin et soir et sous forme de massage jusqu'à pénétration complète, des huiles végétales naturelles** :

**Tamanu** : cette huile est un **tonique circulatoire** riche en **actifs réparateurs**, qui **aide à fortifier les peaux sensibles et favorise le renouvellement naturel des cellules de la peau**.

**Chanvre** : cette huile favorise **l'apaisement des tiraillements, rougeurs, inconforts et irritations**. Son **action régénérante, renforce l'action barrière** de la peau et **maintient son hydratation**.

**Nigelle** : cette huile aux propriétés **assainissante, antioxydante et réparatrice**, est **efficace sur les irritations de la peau**. Elle aide le **cycle de renouvellement naturel des cellules**.

**Onagre** : très riche en Oméga 6, dont **l'acide gamma linoléique** rare, cette huile est réputée pour ses actions **assouplissante, hydratante, apaisante, antioxydante, régénérante**.



*O'natur*  
N°SIRET 530 305 648 00012 R.C.S Angers  
TVA/CEE FR 71 530 605 648  
Fline Martigné Briand 49540 Terranjou (France)



# O'natur et les peaux atopiques



## Les nouveaux savons

### O'natur

- Lait d'ânesse
- Bave d'escargot
- Bébé sans HE
- Carapa procera



## La routine beauté O'natur des peaux atopiques

### 1- Nettoyer la peau

- > Le savon des peaux atopiques : **Carapa Procera**

L'huile de cette graine africaine, le **carapa procera**, pressée à froid, a des propriétés **anti-inflammatoires, antifongiques, antiseptiques, cicatrisantes et régénérantes**.

Cette huile traditionnelle du peuple des Pygmées s'utilise contre les **démangeaisons et la plupart des problèmes de peau**.

- > Les savons compatibles : **Tamanu, Karité-Orange, Bourrache**

### 2- Hydrater avec des émollients naturels

- > Les laits et crèmes : **Lait karité fleur d'oranger**  
**Chantilly au beurre de karité**  
**Crème hydratante vanille aloe vera**
- > Les huiles précieuses : **L'huile précieuse Nourrissante sans huile essentielle**

