

# LES BIENFAITS DU BEURRE DE KARITÉ

Depuis la nuit des temps, en Afrique subsaharienne, le beurre de karité est utilisé pour l'entretien du corps et des cheveux. En effet le beurre de karité est un excellent remède contre les peaux sèches et sensibles. Il protège contre les rayons solaires. Voici quelques raisons d'utiliser le beurre de karité.

## 1. Apaisant

le beurre de karité s'utilise sur l'eczéma, le psoriasis. Il adoucit immédiatement, apaise et surtout, protège tous les types de peaux contre les desquamations sévère ou encore des crevasses. Ce En effet, cet ingrédient naturel aux propriétés anti-inflammatoires et antimicrobiennes répare et apaise la peau abîmée, et laisse la peau belle et douce. Le beurre de karité calme les irritations, et peut même être utilisé sur une piqûre d'insecte. Il désinfecte les plaies et aide à la cicatrisation de la peau, grâce aux esters résineux et à la vitamine E que l'on retrouve dans sa composition

## 2. Hydratant

Riche en vitamines A, D, E et F il hydrate tout le corps et lutte contre les rides. Le beurre de karité combat efficacement les agressions du froid de l'hiver ou les produits ménagers, fortifie les ongles.

### **3. Assouplissant**

Il combat la peau d'orange et les vergetures. Pendant la grossesse, la peau est souvent malmenée. Cela est dû à la modification des hormones pendant cette période, ainsi que la prise de poids qui étire la peau et lui fait perdre son élasticité. Il est conseillé d'utiliser du beurre de karité pendant sa grossesse, pour lutter contre les vergetures. Pas besoin d'attendre qu'elles surviennent, le beurre de karité peut s'utiliser en prévention. En plus, ce composant naturel permettra à la peau d'être bien hydratée. En crème ou en huile, grâce au beurre de karité votre épiderme retrouvera élasticité et fermeté.

Conseil : insistez bien sur les zones les plus touchées par les vergetures : le ventre, les hanches et les cuisses.

### **4. Protecteur et cicatrisant**

Il est cicatrisant utiliser comme baume à lèvres contre les gerçures. C'est une excellente base de rouge à lèvres. Il est aussi incroyable pour protéger et hydrater les fesses et tout le corps de bébé. Et enfin, il agit comme une crème solaire en protégeant des UV ou soulage les coups de soleil.

Le beurre de karité soigne les petits bobos. Comme par exemple les piqûres d'insectes ou les petites brûlures. Il empêche en effet les petites cloques d'apparaître.

Après le rasage, la peau peut être endolorie, rougie voire abîmée. Le beurre de karité est une solution de soin pour calmer « le feu du rasage ». Après s'être rasé la barbe, il est idéal d'appliquer un produit à base de karité plutôt qu'une lotion après-rasage parfumée, qui contient de l'alcool et irrite donc la peau d'autant plus. Le beurre de karité va non seulement apaiser la peau mais aussi l'hydrater car le

rasage à tendance à assécher la peau.

Bon à savoir : les femmes peuvent également utiliser le beurre de karité après une épilation des aisselles ou des jambes. Dans ce cas, faites pénétrer le beurre de karité sur la zone épilée, à l'aide de massages circulaires.

## **5. Nourrissant**

Le beurre de karité embellit la chevelure. On peut l'utiliser en masque pousser les cheveux. Il est en effet très efficace sur les pointes sèches, évitant qu'elles deviennent fourchues trop rapidement. Sur l'ensemble de la chevelure, il remplace le gel et empêche le dessèchement.

## **6. Régénérant**

Notamment sur les jambes et les pieds. On y pense rarement, et pourtant ! Pour les crevasses, mais aussi les cors ou les verrues. Appliqué le soir au coucher, il fait disparaître ces vilaines callosités sans avoir à poncer.

## **7. Après sport**

Si vous êtes sportif, le beurre de karité peut soulager vos muscles endoloris après une bonne séance de sport, grâce à ses actions anti-inflammatoires et antalgiques. Foulures, luxations, entorses et courbatures : autant de maux liés aux efforts physiques qui peuvent être soulagés grâce à un massage à chaud de beurre de karité.

Conseil : appliquez une noisette de beurre de karité sur la zone sollicitée pendant la séance de sport et massez jusqu'à pénétration du produit.

