

Dimanche 30 Août

L'açaï, la nouvelle arme anti-âge d'Hollywood

Exit la grenade, à l'automne on ne jurera que par l'açaï pour avoir l'air plus jeune et plus belle. Quel programme !

Ce dernier fruit miracle vient tout droit d'Amazonie et séduit déjà Hollywood. Découvrez les nombreuses vertus anti-âge et anti-fatigue de l'açaï.

L'açaï est un puissant anti-âge

L'açaï dispose d'une capacité antioxydante 15 fois supérieure à celle du raisin noir. Grâce à sa teneur concentrée en vitamines et acides gras essentiels, il protège la peau des radicaux libres. L'açaï stimule le processus naturel de renouvellement de la peau. Les rides et ridules sont combattues activement.

L'açaï booste naturellement votre organisme

Dès la période précolombienne consommer de l'açaï aidait à se débarrasser de petits tracés gastriques du quotidien. Récemment, des études ont montré que l'absorption de cette baie contribue à la réduction du taux de cholestérol.

L'açaï est riche en vitamines

L'açaï est également une excellente source de calcium, de fer, de vitamines B1, B2 et B3, de vitamine C et E ainsi que d'acides gras essentiels et de fibres.

Les infos pratiques :

L'açaï est vendu dans la plupart des magasins bio. On le trouve en complément alimentaire, en jus ou à l'état brut pour agrémenter des salades. Au rayon cosmétique, une nouvelle gamme des produits Kiehls à base d'açaï voit le jour.

A noter, un nettoyant visage, une brume tonique, un sérum réparateur et une crème hydratante.

Auteur(s) : Laura Encinas