



Hygiène

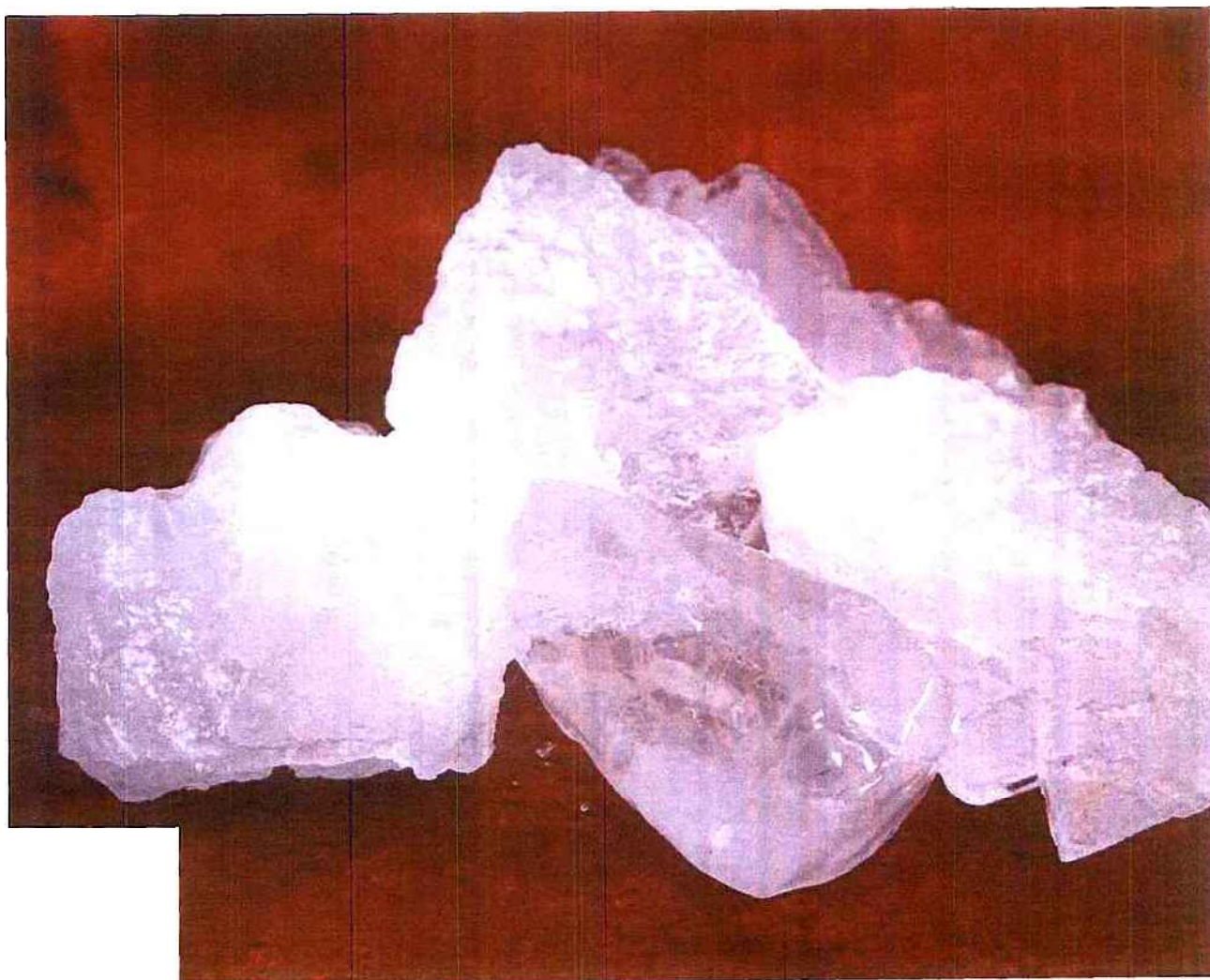
Mon déodorant ? La pierre d'alun !

Le célèbre historien Jean Delumeau a consacré un ouvrage complet à ce minéral singulier dont d'importants gisements ont été découverts à la fin du XV^{ème} siècle dans les monts de la Tolfa, une région romaine appartenant aux États Pontificaux. C'est dire si la pierre d'alun n'est pas une inconnue. D'autant qu'elle possède des propriétés justifiant que l'on s'intéresse sérieusement à elle.

L'alun dont la racine grecque *als alos* signifie sel était déjà connu de la Rome antique pour son application dans l'industrie du textile. Le naturaliste du XVIII^{ème} siècle Buffon dans ses « Œuvres complètes », en parle en ces termes : *Ce sel a des propriétés utiles tant pour la médecine que pour les arts et surtout pour la teinture et la peinture. La plupart des pastels ne sont que des terres d'alun teintées de différentes couleurs.*

Ses propriétés

L'alun est composé de sels d'aluminium et de potassium. Généralement, l'aluminium est considéré comme nocif mais la pierre d'alun possède une structure moléculaire particulière qui empêche qu'elle soit absorbée par les cellules de la peau. D'une part, cette propriété la rend parfaitement inoffensive mais peut expliquer le fait qu'en appliquant une pierre d'alun sur une plaie ouverte, ce minéral



« La pierre d'alun possède un pouvoir antiseptique »



Mon gel bio antibactérien

En terme d'hygiène antibactérienne, les fabricants bio ont leurs solutions naturelles. Et notamment au niveau des mains ! Les bactéries sont en effet présentes au quotidien. Ainsi, saviez-vous qu'un simple clavier d'ordinateur en abrite autant qu'une cuvette de toilettes ? Les poignées de porte et les rampes d'escalier (penser aux rampes de métro) constituent autant d'occasions d'en récolter. N'ayant pas toujours l'opportunité d'avoir un point d'eau pour se laver les mains, le gel bio, contenu dans un petit flacon pratique à glisser dans un sac ou dans la poche, représente une alternative parfaite. Grâce à sa formule hypoallergénique dépourvue de paraben et d'alcool, contenant en général un antiseptique naturel tel l'aloé vera et/ou un extrait de pierre d'alun, le gel bio antibactérien présente aussi des propriétés hydratantes. Le plus : certains sont agrémentés d'un léger parfum alliant ainsi efficacité et plaisir des sens !

aide de façon quasi instantanée à la coagulation du sang, générant une cicatrisation rapide. La pierre d'alun possède également un pouvoir antiseptique et s'utilise avantageusement pour traiter l'acné. Ce sont encore les sels d'aluminium contenus en forte concentration qui lui confèrent son exceptionnel pouvoir anti-transpirant. Ils ont en effet la propriété de resserrer les pores de la peau et de diminuer ainsi la transpiration. Son utilisation n'est aucunement limitée, la pierre d'alun venant au secours des mauvaises odeurs autant que nécessaire...

Comment la choisir ?

La pierre d'alun naturelle se reconnaît à son aspect translucide. Il est important de vérifier la notation « Potassium Alun » ou « Sulfate double de potassium et d'aluminium hydraté » sur l'étiquette de manière à la différencier de la pierre d'alun synthétique. On la trouve sous diverses formes :

- à l'état brut – pour les puristes –, elle se présente tel un caillou montrant des aspérités, ce qui lui donne une allure d'authenticité
- polie, de façon à en faciliter l'application sur la peau tout en étant aussi efficace
- sous forme de stick *Roll on*
- en poudre, elle est idéale pour lutter contre les irri-

tations des plis cutanés des pieds, des mains, des aisselles mais également très pratique pour chasser les mauvaises odeurs à l'intérieur des chaussures - en spray.

Combien ça coûte ?

Autre avantage de la pierre d'alun : son aspect économique ! Un stick de 60 grammes possède une durée d'utilisation d'environ une année, son prix d'achat étant de moins de 5 euros. Un sachet de 50 grammes de poudre d'alun est accessible à partir de 4 euros. Quant au spray, il faut compter entre 10 et 13 euros, sachant que certains fabricants le proposent également en l'associant à d'autres éléments naturels comme la lavande ou l'aloé-véra.

Martine Rolland

