

**10 Femmes**

**Brèves**

**L'allaitement pourrait réduire le risque d'endométriose**

L'analyse statistique démontre une association entre la durée de l'aménorrhée post-partum (l'interruption des règles suite à l'accouchement, puis à l'allaitement) et la diminution du risque d'endométriose – fait déjà établi dans la littérature scientifique –, mais cette influence semble partielle. L'allaitement apparaît donc avoir une influence propre sur le risque d'endométriose. Les mécanismes en jeu doivent encore être élucidés. Ce sont du moins les conclusions d'une étude nord-américaine.

**Pilule contraceptive : un risque diminué de polyarthrite rhumatoïde**

La pilule contraceptive présente-t-elle des bienfaits méconnus ? La réponse est oui si l'on en croit des chercheurs suédois. Selon eux en effet, ce mode de contraception serait associé à un risque moindre de développer une polyarthrite rhumatoïde, une maladie inflammatoire des articulations.

**Cancer du sein: un dépistage insuffisant malgré une bonne perception**

Le cancer du sein est le cancer le plus fréquent chez la femme en France et même au Gabon. Il constitue également la principale cause de mortalité par cancer chez les femmes. Plusieurs actions peuvent être mises en place afin de favoriser une détection précoce de ce cancer. Un examen clinique des seins (palpation) est recommandé tous les ans dès l'âge de 25 ans. Mais les résultats du 2ème et dernier volet du sondage Ifop "Les Français et le cancer du sein" pour l'association Europa Donna France auprès de 1 007 Françaises et Français montre une pratique insuffisante: moins de 60% des femmes âgées de plus de 18 ans se sont fait dépister. Quelle est la situation sur le territoire ?

**Rassemblées par L.R.A.**

Josiane MBANG NGUEMA  
Libreville/Gabon

**ON** voit son nom partout, il est présent dans la composition de nombreux produits de soins, mais on ne sait pas toujours ce que c'est. Le beurre de karité provient d'un arbre qui pousse en Afrique de l'Ouest et qui s'appelle le *Butyrospermum Parkii*. Les fruits de cet arbre, une fois transformés, donnent le beurre de karité. Sa composition riche en vitamines A, D, E, F et en latex, lui donne de puissantes vertus régénératrices et réparatrices.

Le beurre de karité contient de nombreux actifs excellents pour la peau et les cheveux. C'est pourquoi, il est souvent utilisé dans la fabrication de soins de beauté.

**Quel beurre de karité choisir ?**

Si on trouve de nombreux produits disponibles sur le marché, il faut cependant faire attention aux produits frelatés. Pour profiter au maximum des bienfaits du beurre de karité, il est conseillé de le choisir brut et bio. Un concept dans lequel s'est lancé la marque africaine Ebba'Secrets, spécialiste en soins naturels, qui vient de mettre sur le marché le véritable beurre de karité bio. La marque qui propose un produit 100% naturel, se veut la réponse aux besoins des consommatrices gabonaises. Lesquelles se laissent facilement séduire par les publicités mensongères des grandes maisons de cosmétiques dont les soins à base de beurre de karité n'en contiennent



Photo : Josiane Mbang Nguema

Disponible en grandes surfaces du beurre de karité naturel et bio.

**Beauté**

**Les multiples bienfaits du beurre de karité**

qu'une infime quantité.

**Le beurre de karité pour le corps**

Le beurre de karité hydrate la peau, la répare et la nourrit en profondeur. Utilisé comme crème de nuit ou de jour pour le visage, il renforce son élasticité et possède une action antirides et anti-vieillesse. Il existe de multiples manières d'utiliser le beurre de karité pour profiter de ses effets :

**Dans le bain** : versez dans l'eau du bain quelques noisettes de beurre de karité. Il laissera un film transparent sur votre peau et celle-ci sera plus belle et douce que jamais.

**En massage** : frottez un peu de beurre de karité dans vos mains, puis massez-vous le corps. Cela permet d'hydrater la

peau et de la nourrir, et en plus, ça décontracte les muscles !

**Après l'épilation** : le beurre de karité est idéal comme soin après-rasage. En plus d'hydrater la peau, il l'apaise après le feu du rasoir ou de l'épilation à la cire.

**En soin anti-vergetures** : massez-vous régulièrement le corps avec du beurre de karité pour prévenir l'apparition des vergetures.

**Pour les lèvres** : excellent pour les lèvres gercées ou abîmées, il agit comme réparateur, hy-

dratant et protecteur. Grâce à ses multiples bénéfices, le beurre de karité est l'un des meilleurs alliés pour une peau resplendissante de santé !

**Le beurre de karité pour les cheveux**

Véritable soin d'exception pour les cheveux, le beurre de karité deviendra rapidement votre produit chouchou ! Il est d'ailleurs fortement recommandé pour les cheveux crépus, secs, cassants ou colorés. Parfait démêlant, le beurre de karité redonne souplesse et brillance aux cheveux et peut s'utiliser en crème de cheveux, masque capillaire ou après shampoing. Prélevez une grosse noisette de beurre de karité et appliquez-la sur vos cheveux, des racines jusqu'aux pointes. Enveloppez votre chevelure dans une serviette chaude et laissez poser le temps que vous voulez : une heure ou toute une nuit ! Lavez-vous ensuite les cheveux comme à votre habitude et profitez du résultat : vos cheveux sont soyeux, brillants, nourris et hydratés, plus beaux que jamais !

**Beauté**

**Vieillesse de la peau : la pomme de terre en recours**

L.R.A.  
Libreville/Gabon

**ON** n'en a pas terminé avec les vertus beauté de la pomme de terre. Cette semaine, elle va vous aider à lutter contre le vieillissement de la peau. Des facteurs tels que l'impact du soleil, la sécheresse, le manque d'hydratation de la peau sont des aspects qui accélèrent le vieillissement du visage et qu'il est possible de stopper simplement. Il suffit de faire un petit massage facial avec une

petite rondelle de pomme de terre crue.

Pour ce faire, vous aurez justement besoin d'une rondelle de pomme de terre de 3 centimètres d'épaisseur.

Le soir, avant le coucher, lavez-vous bien le visage. Ensuite, appliquez la rondelle de pomme de terre crue en faisant un massage circulaire sur tout le visage. Rincez-vous à l'eau tiède et appliquez une crème hydratante. Avec cette astuce, la vieillesse attendra encore avant de frapper à la porte de votre jeunesse.

**Crédit Scolaire Ecobank.**  
**Rapide et Pratique.**

Avec Ecobank, vivez sereinement la rentrée des classes en bénéficiant d'un financement pour l'éducation de vos enfants.

Du 29 août au 15 novembre, obtenez rapidement un crédit de 300 000 FCFA à 5 000 000 FCFA, avec un taux de 14% HT, remboursable en 10 mois au maximum.

Rendez-vous en agence, appelez le (241) 01 76 20 73, ou visitez [ecobank.com](http://ecobank.com)

Disponible en 72h

Offre soumise à conditions et valable du 29 août au 15 novembre 2017

[ecobank.com](http://ecobank.com)

**Ecobank**  
La Banque Panafricaine