

# La poudre de perle (Zhen Zhu) de la cosmétique à la thérapeutique

par Alexandre Imbert

*La poudre de perle d'eau douce est un vieux remède chinois que les femmes employaient pour avoir un beau teint. Depuis, on a étudié toutes les ressources de ce remède tonifiant qui contient pas moins de seize acides aminés et du calcium à forte dose.*

On retrouve la première trace écrite de l'emploi de la poudre de perle à des fins cosmétiques et thérapeutiques il y a 2 000 ans. Sous la dynastie Ching, cette poudre fut tout d'abord utilisée par l'impératrice et ses suivantes en tant que produit cosmétique. En application sur le visage, jointe à un onguent ou en traitement interne celle-ci avait la vertu de redonner éclat et tonicité au visage, lissant les rides, nettoyant la peau de ses aspérités et de ses toxines, effaçant les taches de vieillesse.

Très vite des effets thérapeutiques surprenants furent découverts : la prise de cette poudre le soir créait des insomnies évidentes, sans fatigue... La poudre de perle s'avérait un fort tonifiant de l'énergie. En prise journalière, elle fut alors utilisée pour permettre à l'organisme de retrouver une vigueur et une résistance à la fatigue digne des plus grands « dopants naturels ». D'autres qualités seront ensuite mises en évidence au cours des siècles d'études que les asiatiques ont consacrées à cette substance si précieuse.

## Sa composition

Composée à 100 % de poudre de perle d'eau douce broyée que l'on trouve principalement dans certains lacs de Chine, **Zhen Zhu** est en fait un des aliments les plus riches sur terre. Des études américaines ont en effet démontré que cette perle contient pas moins de **16 acides aminés** : acide aspartique, serine, arginine, thréonine, alanine, méthionine, isoleucine, phénylalanine, lysine, acide glutamique, proline, cystine, leucine, glycine, tyrosine, histidine. Et également des protéines (15 %), du calcium à forte dose (81 %), de

nombreux oligo-éléments (sélénium 1,2mg/g, zinc 9,3mg/g, fer 2mg/g, cuivre 0,3 <mg/g, magnésium 11,3 mg/g, et germanium 0,1 mg/g).

## Principes en médecine chinoise

En médecine chinoise, les principes de traitement sont les suivants : la poudre calme le Shen (esprit), apaise le cœur et calme les douleurs inflammatoires, les palpitations, les frayeurs et les angoisses. Elle rafraîchit le foie et favorise la vision. Elle permet la guérison des ulcères locaux (internes et externes). Elle élimine le froid localisé à la gorge et tonifie l'énergie du rein.

## Principes et traitements en Occident

● **Produit cosmétique** reconnu en Occident, la poudre de perle est régulièrement utilisée comme adjuvant majeur dans les crèmes de jour ou de nuit pour les plus grandes marques qui connaissent parfaitement ses propriétés car des études poussées en Chine et aux États-Unis ont largement exploré les propriétés de la poudre de perle. Elle va redonner au visage, et plus généralement à la peau, un aspect lisse et tonique, elle va éliminer les taches de vieillesse et nettoyer la

peau (disparition de petits boutons ou autres résidus). À long terme elle va retendre les muscles du visage et effacer les rides).

● Grâce à sa forte teneur en calcium et oligo-éléments, on sait également que la **poudre nourrit les os** et aide à la prévention ou à l'amélioration de l'ostéoporose et autres dégénérescences osseuses du type arthrite et inflammations ostéo-articulaires.

● Elle est aussi un **fort tonifiant du corps et de l'énergie**. Très peu de prises suffisent pour avoir un effet stimulant tant sur le corps que sur le moral. Pour les personnes souffrant de baisse de forme ou de surmenage ou en manque de récupération, c'est l'allié idéal.

● Enfin, chez la femme, il a une **incidence sur la libido** assez stimulante.

Il faut un traitement de 1 à 3 mois à raison d'une prise de 300 mg par jour pour bénéficier de ses propriétés.

**Attention : il est fortement déconseillé de prendre cette poudre le soir** sous peine d'insomnie, ou en cas de caractère déjà « bouillant » ou d'état d'irritabilité latente (colère rentrée), car votre compagne ou compagnon risque alors de subir vos débordements d'humeur.

→ Voir adresse ci-dessous