



Les argiles

Diane Beunen

Définition

- le terme **argile** correspond à l'ensemble des minéraux présentant une taille inférieure à 2 μm dans une roche.
- Les minéraux argileux résultent de la destruction des roches composée de couches de différents minéraux due par l'érosion
- L'argile est un minéral (plus exactement une famille de minéraux) de la famille des silicates d'aluminium (silice et alumine).

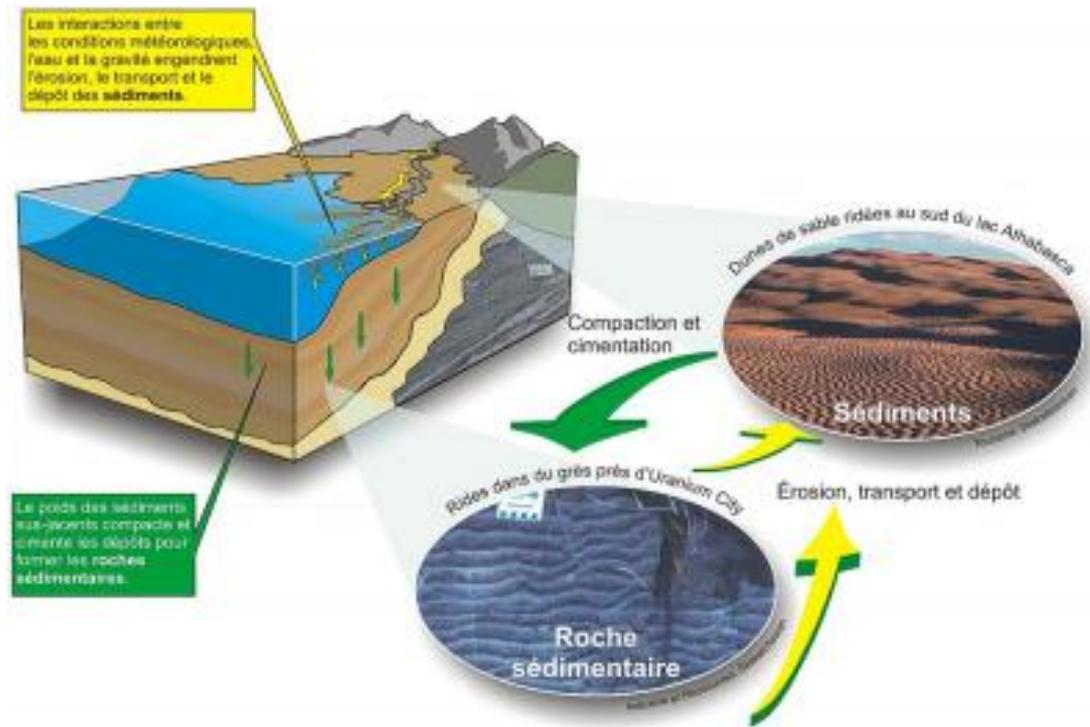
Formation de l'argile

- Les argiles désignent de très fines particules de matière arrachées aux roches par l'érosion
- La plupart de ces particules proviennent de la désagrégation de roches silicatées : granit, gneiss ou schistes
- Ces particules sont transportées par le vent ou l'eau sous forme de limon ou de vase.
- Les fleuves véhiculent des argiles qui finissent par se déposer en alluvions, dans le cours d'eau lui-même, à son embouchure, dans un lac ou dans la mer.

Formation de l'argile

- Les dépôts peuvent alors sédimenter et former une roche argileuse par diagenèse : déshydratation et compactage.
- Les terres argileuses sont composées d'éléments très fins, provenant de la dégradation mécanique et chimique de roches préexistantes
- On trouve les bancs d'argile dans les sédiments déposés par l'érosion des eaux au pied des montagnes et dans les grandes vallées fluviales

Formation de l'argile



Composition

- Les argiles sont des matières naturelles, très abondantes, constituées d'aluminosilicates, dont la structure en feuillet est bien connue.
- Les argiles renferment d'autres éléments minéraux identifiables tels que des
 - carbonates de calcium,
 - Carbonates de magnésium (dolomite)
 - Carbonate de fer (sidérite)
 - et des matières organiques,

Composition

- Selon sa variété, l'argile se révèle être un minéral très utile. Il se compose de :
 - Silice
 - Aluminium
 - Fer
 - Soufre
 - Calcium
 - Sodium
 - Potassium
 - Magnésium
 - Oligoéléments (zinc, sélénium, cobalt, manganèse,...)

Composition

- Les particules d'argile ne sont nullement responsables de la couleur du sol. La couleur rouge, orange, jaune, vert, bleu d'un sol (argileux ou non) est due à la concentration d'oxyde de fer qu'elle renferme.

Utilisation

- L'argile est un des plus anciens matériaux utilisés par l'homme.
- Comme beaucoup d'autres remèdes naturels, l'argile est une matière très complexe et ses propriétés dépendent surtout de l'interaction des diverses substances qui la composent.
- Utilisée dès l'antiquité pour ses bénéfices sur la santé et le bien-être, l'argile est également appréciée depuis toujours pour ses propriétés cosmétiques, comme remède naturel pour la beauté
- Riches en minéraux, les masques d'argile ont un effet ressourçant sur la peau et les cheveux, les libérant des impuretés et leur offrant un nouvel éclat.

Utilisation

- Hydratation s'accompagne d'assainissement de la peau par un drainage efficace des impuretés organiques et minérales
- Le recours aux masques faciaux et corporels est une pratique très ancienne
- Des vertus thérapeutiques sont attribuées aux bains de boues argileuses et leur efficacité reconnue de longue date est mise en pratique dans les instituts de beauté.

Utilisation

- L'argile se retrouve dans de nombreuses compositions cosmétiques,
- Elle sert comme épaississant, liant pour donner de la consistance au produit et remplace ainsi les corps gras (shampooings, crèmes, pâtes dentifrice).
- Le succès cosmétique des argiles tient à la conjonction de diverses propriétés :
 - une forte adhésion sur la peau
 - une capacité d'échange d'ions durs (Ca^{++}) déposés sur la peau par l'eau calcaire que l'argile va "soustraire" pour les remplacer par un ion sodium;
 - une grande facilité d'usage et d'approvisionnement.

Propriétés

- Effet absorbant : La propriété la plus remarquable des argiles est une fonction d'imbibition (ou d'imprégnation). Une argile placée en suspension dans l'eau gonfle et retient l'eau. ce matériau rétenteur d'eau, capable d'échanges ioniques avec son milieu
- Effet adsorbant : elle fixe les gaz ou les bactéries, elle draine les éléments toxiques vers l'extérieur

Vertus thérapeutiques



- Après l'eau, l'argile est sûrement le matériau qui a participé le plus au développement de la vie et des civilisations sur terre.
- Que ce soit pour un masque de beauté, pour soigner une plaie, utilisée en cataplasme ou assécher un bouton, l'argile est l'alliée de beaucoup de maux.

Vertus thérapeutiques



- Elle possède de nombreuses vertus :
 - Antiseptique
 - antibactérienne,
 - hémostatique
 - cicatrisante
 - reminéralisante
 - Antitoxique : elle absorbe les toxines
 - anti-inflammatoire et
 - calmante

Les origines



- il y a plusieurs types d'argile et
- chaque argile a une origine différente. les deux types d'argiles les plus répandues sont
 - la verte (soit de type illite, soit la montmorillonite) et
 - la blanche (kaolin).

Illite

- L'argile verte de type illite est un minéral non gonflant. Son nom provient de l'état de l'Illinois où elle a été décrite pour la première fois en 1937. Généralement, l'illite se forme en climat froid, héritée de la roche mère ou dans les déserts. Aujourd'hui, c'est le minéral omniprésent à la surface de la terre.
- Contient 70 à 80% d'illite, 5 à 10% de kaolin et 5 à 10% de monmorillonite
- Utilisée en cas de traumatisme
- Absorbante

Montmorillonite



- L'argile de type montmorillonite est un minéral composé de silicates d'aluminium mais aussi de magnésium appartenant au groupe de la smectite qui est un minéral gonflant. Son nom provient de Montmorillon dans la Vienne en France. Elle se forme dans des climats tempérés ou méditerranéens en milieu confiné, en milieux alcalins (basiques).
- Argile grise-verte, pâle, issue de roches volcaniques
- Contient 80 à 90% de montmorillonite, < 5% de illite et < 5% de kaolinite
- usage externe et interne, p.ex. diarrhée, flatulence
- absorbe jusqu'à 20 fois son volume d'eau
- visqueuse, collante

Kaolinite



- Contrairement à la verte, l'argile blanche est de type kaolinite composée de silicates d'aluminium hydraté. Elle a été découverte en Chine sous "Kao Ling" soit "hautes collines" près de King Te Ching. Elle se forme, sous climat chaud et humide, surtout tropical et subtropical, en milieu drainé (asséché)
- L'argile blanche, poudre surfine, issue du granite
- Elle est utilisée surtout par voie interne en cas de problèmes digestifs:
 - déséquilibre acido-basique,
 - ulcères,
 - colites,
 - flatulence infections

L'argile verte



- Elle se compose principalement de silice et d'aluminium.
- Très performante, l'argile verte est la plus polyvalente et est la plus utilisée en beauté
- Elle est très efficace pour absorber et régulariser la production de sébum : Elle est utilisée
 - en masque pour les peaux grasses
 - en masque capillaire
- L'argile verte a un pouvoir cicatrisant, anti-inflammatoire, absorbant d'impuretés, antiseptique, reminéralisante, et régénérant des zones fragilisées et revitalisante.

L'argile verte



- Elle **entrave la prolifération des microbes** ou bactéries pathogènes, c'est-à-dire tout corps parasite, tout en favorisant la reconstitution cellulaire saine.
- Elle **soigne les plaies** purulentes qui guérissent à un rythme étonnant.
- L'argile une **action adoucissante, absorbante** (de toutes les toxines), **bactéricide et cicatrisante**.
- Elle **nettoie et purifie le sang**. Elle a une action reconstituante des globules du sang qu'il est facile de justifier par le test de la numération globulaire. En un mois, on assiste à une impressionnante augmentation des hématies.

L'argile verte



- Elle **stimule les organes déficients** et contribue au **rétablissement des fonctions défailantes**.
- Pour toutes **les irritations, ulcérations des organes digestifs**, l'argile constitue un pansement d'une extrême activité, éliminant les cellules détruites et activant leur reconstitution
- Elle **guérit les diarrhées**.
Grâce à sa composition, **l'argile comble toutes les carences**. La cure d'argile verte par voie buccale est recommandée une, deux, voire quatre fois par an, aux changements de saison, mais principalement au printemps pour nettoyer l'organisme et parer à ses déficiences éventuelles.

L'argile verte



- *Précautions : en cas de tension artérielle élevée, ne pas prendre trop d'argile car elle enrichit beaucoup le sang. Pas plus de deux cuillerées à café réparties dans la semaine .*

L'argile blanche



- Elle est riche en silice et aluminium, mais plus pauvre en oligo-éléments par rapport à l'argile verte;
- L'argile blanche est conseillée aux peaux sèches et fragiles.
- Elle est aussi utilisée en masque capillaire pour revitaliser les cheveux secs et dévitalisés.
- elle est reminéralisante et favorise l'élimination des toxines.
- Rénovateur cellulaire, il exerce un micro-gommage sur la peau et reminéralise l'épiderme.

L'argile blanche



- C'est une argile parmi les plus douces pour la peau, elle est parfaitement bien tolérée même par les peaux très sensibles ou intolérantes.
- Ses vertus cicatrisantes et antiseptiques la rendent précieuse pour le soin des peaux irritées.
- En poudre, elle peut également être utilisée comme talc.
- Non allergisante, elle convient également à la peau des bébés, employée comme talc pour les érythème fessiers.

L'argile blanche



- Elle est aussi préconisée en gargarisme en cas d'infection des gencives ou de maux de gorge.
- Le kaolin possède une structure en feuillet, ce qui lui confère un excellent pouvoir couvrant.
 - en usage interne, il joue le rôle d'un pansement gastrique.
 - Il soulage les problèmes digestifs (acidité, brûlures d'estomac, ulcères) en régulant l'acidité et le pH.
 - Cicatrisant et anti-inflammatoire, il protège les muqueuses.

L'argile blanche



- Le kaolin possède une vertu adsorbante, c'est-à-dire qu'il piège les bactéries et les virus présents dans l'appareil digestif. Ces microbes seront ensuite éliminés par les voies naturelles.
- Il adsorbe également les gaz et les toxines, c'est pourquoi il est préconisé en cas de ballonnements ou d'intoxication alimentaire.
- Le kaolin est aussi indiqué pour traiter la constipation, car il régule le transit intestinal.

L'argile rouge



- Elle est particulièrement riche en oxydes de fer, ce qui en explique la coloration rougeâtre
- Plus grasse par rapport aux autres argiles, l'argile rouge est conseillée pour traiter les peaux sèches et sensibles.
- Riche en oligo-éléments, elle est ré-équilibrante et redonne de la luminosité à la peau.
- Elle est également reconnue pour améliorer la circulation sanguine.

L'argile rouge



- Recommandée pour une application en masque sur le visage pour les peaux normales, sensibles et fragiles. Propriétés : adoucissante, tonifiante et purifiante.
- Grâce à son action calmante, elle apaise les irritations, les démangeaisons et les rougeurs cutanées.

L'argile jaune



- L'argile jaune doit sa couleur à sa haute concentration en ions et oxydes ferriques, principalement en fer Sidérite.
- Elle est riche en silice et manganèse.
- Grâce à son pouvoir purificateur, elle est utile pour débarrasser les peaux des impuretés.
- Elle est également indiquée pour le soin des cheveux normaux et fragiles
- Elle est également recommandée pour atténuer les douleurs.
- Riche en minéraux, elle est stimulante, réoxygénante des cellules et tonifiante.

L'argile jaune



- C'est une argile douce, qui nettoie la peau en absorbant ses impuretés.
- Elle est aussi très utile dans le traitement de la cellulite, sous forme de cataplasmes.
- Cette argile est assez douce pour être utilisée de façon régulière.

L'argile rose



- Elle est le résultat du mélange de l'argile rouge et blanche.
- Elle est adaptée aux peaux délicates sensibles et réactives ayant tendance aux rougeurs, grâce à son pouvoir adoucissant
- Elle est souvent réservée aux soins esthétiques
- Douce, effet "Bonne mine " élimination des impuretés.
- Riche en oligo-éléments, elle est adoucissante et redonne de l'éclat aux peaux fragiles.

L'argile bleue



- L'argile bleue à des propriétés oxygénantes.
- Elle élimine les impuretés
- elle apporte éclat et luminosité au teint.

L'argile grise

- d'origine volcanique, est particulièrement riche en carbone organique non oxydé et en fer, silice, aluminium, magnésium, calcium, potassium. Elle est adaptée à tous les types de peau.

Le rhassoul



- Le rhassoul est une argile d'origine orientale qui se présente sous forme de poudre.
- le rhassoul a des vertus astringentes et adoucissantes.
Diverses utilisations sont possibles : soins des cheveux ou de la peau, le rhassoul peut être utilisé comme shampoing, ou en masque pour le visage ou le corps.
- Le rhassoul est un produit particulier de par son action lavante; il fonctionne comme une sorte de buvard et son application a pour effet d'absorber les graisses et les impuretés.

Le rhassoul



- Il est particulièrement recommandé pour les cheveux gras, car il assainit et régule la production de sébum.
- Mais il est également très efficace pour tous types de cheveux et de peaux.

Comment se procurer de l'argile

- Vous pourrez acheter de l'argile assez facilement, dans les boutiques de produits biologiques et de diététiques et aussi en parapharmacies
- Il est possible de la trouver
 - en poudre ou
 - en morceaux, et
 - en soins déjà prêts à être utilisés, en pâte

Comment l'utiliser



- L'argile est simple à utiliser, mais demande souvent une préparation.
- elle peut être utilisée sous forme de cataplasmes, compresses, poudre, bains, masques, etc
- Pour qu'elle soit prête à l'usage, placez **l'argile en morceaux** dans un récipient et couvrez-la d'eau. Laissez le temps à l'argile d'absorber l'eau : les grains fondent en une demi-heure environ.
- **L'argile en poudre** est plus rapide à préparer. Versez-la dans un récipient et ajoutez un peu d'eau. Remuez délicatement à l'aide d'une cuillère en bois, pour obtenir une pâte onctueuse qui sera prête à l'emploi.

Comment l'utiliser

- En général, le temps d'application des soins peut aller de quinze minutes à deux heures.
- Pour être active, l'argile doit être humide : une fois séchée, il est nécessaire de la retirer, puisqu'elle n'a plus d'effet positif sur la partie du corps traitée.
- Pour l'enlever, on rince localement à l'eau.

Conseils

- Pour préparer l'argile,
 - il ne faut pas utiliser de métal ;
 - utiliser une spatule en bois pour remuer les préparations et des récipients en verre neutre, céramique ou en bois.
- La prise d'argile par voie interne se fait de préférence le matin à jeun ou une heure avant chaque repas.
- Il ne faut jamais réutiliser l'argile.
- Il faut éviter la prise concomitante d'argile et d'huiles ou matières grasses.
- Il est conseillé de boire beaucoup d'eau pendant une cure d'argile.

Conseils

- Les cataplasmes devront n'être ni trop liquides ni trop secs, et s'étaler sur une épaisseur de 2cm. On les entourera d'un linge afin de leur conserver le même taux d'humidité, et on les gardera généralement 2 heures.
- Il faut être particulièrement attentif au transit intestinal.

Les précautions

- Si d'un point de vue toxicologique l'argile ne présente pas d'effets nocifs, il est très important de vérifier la compatibilité de cette substance avec votre peau, afin d'éviter toute réaction allergique
- Voilà quelques précautions à suivre :
- Pour commencer, l'argile ne doit jamais entrer en contact avec des ustensiles en métal ou en plastique. Privilégiez au contraire des cuillères en bois et des récipients en verre ou en céramique.
- Quand on utilise l'argile pour la première fois, il est conseillé de commencer avec des applications de durée brève. En cas de sensations de chaleur ou froid excessives, il est préférable d'arrêter le soin.

Les précautions

- Successivement, il est recommandé de se limiter à deux applications d'argile par jour, d'en faire une à la fois et de les espacer au mois de quatre heures.
- Il est recommandé d'éviter tout soin à base d'argile chez les femmes enceintes
- Eviter également toute application d'argile froid sur le ventre pendant les règles
- En cas d'application d'argile sur le ventre, et la cage thoracique, il est conseillé de le faire à des heures éloignées des repas.

Les précautions

- Chez des personnes souffrant d'hypertension, il pourra leur être déconseillé d'utiliser l'argile, en tout cas de ne pas en absorber par voie digestive....
- En cas de doute, n'hésitez pas à vous renseigner auprès de votre médecin ou de votre pharmacien.

La cure d'argile

Préparation du «lait d'argile»

- prendre un verre $\frac{3}{4}$ rempli d'eau
- ajouter 1 – 2 c. à c. d'argile verte, agiter
- laisser reposer pendant la nuit
- le lendemain matin: soit boire uniquement le liquide ou le tout
- durée de la cure: 3 semaines, 1 semaine de pause, à renouveler 2 fois

Variantes:

- prendre de l'argile en poudre aromatisée
- prendre des gélules (3g par jour)

La cure d'argile

Précautions:

- espacer la prise de médicaments
- constipation: l'argile peut constiper, surtout au début d'une cure (boire)
- hypertension: l'argile peut l'augmenter par son apport en certains minéraux
- prise de graisses ou de l'huile: peut durcir l'argile

Cataplasmes

- Cataplasmes froides sur l'endroit souhaité:
 - inflammations
 - furoncles
 - abcès
 - fièvre
- Cataplasmes chaudes sur l'endroit souhaité:
 - fractures
 - décalcification
 - affections du foie, des reins et de la vessie
 - revitalisation

Quelques recettes

- Masque d'argile pour les cheveux gras :
un effet rééquilibrant grâce à sa capacité d'absorber les impuretés.
 - 6 cuillères à soupe d'argile verte
 - 2 cuillères à café de vinaigre
 - 2 pincés de sel marin
- > Mélangez l'argile, le vinaigre et le sel avec de l'eau de source de façon à créer une pâte souple, mais pas trop liquide. Vous pouvez appliquer ce masque sur le cuir chevelu deux fois par mois, pendant 20 minutes environ. Rincer à l'eau claire enrichie de vinaigre

Quelques recettes

- Masque d'argile contre les pellicules ;
 - 6 cuillères à soupe d'argile verte
 - 1 cuillère à soupe d'huile de noisette
 - 3 gouttes d'HE de citron et de tea tree
- >Mélangez les ingrédients de façon à créer une pâte onctueuse. Appliquez-la sur le cuir chevelu. Après avoir laissé agir pour une demi-heure environ, lavez les cheveux avec un shampoing doux

Quelques recettes

- Masque d'argile contre les chute de cheveux
 - 2 cuillères à soupe d'argile verte
 - 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
 - 1 jaune d'œuf
 - 1 cuillère à soupe de miel

->Mélangez les ingrédients, vous obtiendrez une pate dense, à appliquer sur le cuir chevelu mouillé. Recouvrez votre tête avec un linge chaud et laissez agir pendant une demi-heure. Lavez vos cheveux en utilisant un shampoing à base d'argile et terminez en rinçant à l'eau de douce.

Quelques recettes

- Masque d'argile spécial peau grasse
 - 5 cuillères à soupe d'argile verte
 - 1 cuillère à soupe d'huile de noisette
 - Eau minérale

->Mélangez les ingrédients à l'aide d'une spatule en bois. Appliquez le masque sur le visage et sur le cou, en évitant le contour des yeux. Laissez agir pendant une demi-heure et rincez à l'eau claire

Quelques recettes

- Masque d'argile spécial peau mixte
 - 1 cuillère à soupe d'argile blanche
 - 1 cuillère à soupe de fromage blanc
 - 1 jaune d'oeuf

->Mélangez les ingrédients à l'aide d'une spatule en bois. Appliquez le masque sur le visage et sur le cou, en évitant le contour des yeux. Laissez agir pendant une demi-heure et rincez à l'eau claire

Quelques recettes

- Masque d'argile spécial peau sèche
 - 6 cuillère à soupe d'argile blanche
 - 4 cuillère à soupe d'huile de carotte
 - 1 jaune d'oeuf

->Mélangez les ingrédients à l'aide d'une spatule en bois. Appliquez le masque sur le visage et sur le cou, en évitant le contour des yeux. Laissez agir pendant une demi-heure et rincez à l'eau claire

Quelques recettes

- Pour les dents :
 - 3 cuillère à soupe d'argile verte
 - 1 cuillère à soupe de bicarbonate de soude
 - 2 gouttes d'huile essentielle de giroflier
 - Eau de source
- >Utilisez cette pâte à la consistance d'un dentifrice pour vous brosser les dents comme d'habitude

Autres Utilisations

- L'argile est un des plus anciens matériaux utilisés par l'homme.
 - Pétrie avec de l'eau, elle donne une pâte plastique qui peut être facilement moulée ou mise en forme. Après cuisson, elle donne un objet résistant et imperméable. pour réaliser des objets en céramique, en porcelaine...
 - Briques et tuiles sont également fabriquées à partir d'un mélange d'argile et d'eau moulé sous pression et cuit à température suffisamment élevée (1 000 à 1 300 °C).
 - Mélangée avec du Calcium, on forme la chaux