

Avant les tutoriels beauté.... la skincare médiévale !

Publié le vendredi 12 décembre 2025

<https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/le-fil-histoire/avant-les-tutoriels-beaute-la-skincare-medievale-2214328>

durée : 03:37

Avant TikTok et ses tutoriels beauté, les conseils de skincare circulaient déjà... et ce, dès le Moyen Âge. En latin donc. Avec Emanuele Arioli archiviste paléographe et docteur d'études médiévales, chroniqueur du "Fil histoire" sur France Culture.

Un millénaire avant les influenceuses, il y avait Trotula de Salerne, une femme médecin des XI^e-XII^e siècles.



Un manuscrit conservant les œuvres de Trotula. Femme prenant un bain. Bruges, Bibliothèque publique, ms. 593, f. 3v.

Transcription

INTERVENANT 00 :

Avant TikTok et ses tutoriels beauté, les conseils de skincare circulaient déjà, et ce, dès le Moyen Âge, en latin bien sûr, et si je vous disais qu'à l'époque, on me proposait déjà une routine complète ?

Un millénaire avant les influenceuses, il y avait Trotula de Salerne. Trotula, c'est une femme médecin des XI^e-XII^e siècles, elle enseigne à l'école de Salerne, dans le sud de

l'Italie, la plus ancienne école de médecine en Europe. Et particularité unique, les femmes y enseignaient et y soignaient.

On attribue à Trotula le « De ornatum molierum » sur la parure des femmes, c'est le premier manuel de cosmétiques scientifiques en Europe. Et sa routine beauté a de quoi faire pâlir les influenceuses.

On commence par un bon bain, eau chaude savon, si possible français, précise-t-elle, puis rinçage au son de blé. Ensuite, on applique un masque exfoliant à base de résine, cire et huiles essentielles, un gommage d'exception. Puis on a l'embarras du choix entre les masques, par exemple au miel, camphre et mauve, et les crèmes, par exemple au suif de cerf et à la poudre de cristal. Pour la bouche, baume à lèvres au miel, pour des baisers sucrés, puis rouge au bois de Brésil. Et comme fond de teint, la céruse, ce mélange de plomb et d'arsénique pour obtenir un teint blanc, autant vous dire que c'est hautement toxique, mais on était moins regardant à l'époque.

Trotula précisait quand même, « avec modération », car il peut abîmer la peau.

Bon réflexe, mille ans avant les dermatologues.

Et ce qui fascine, c'est que des études scientifiques récentes, menées par des biologistes et des pharmaciens, se sont penchées sur les recettes de Trotula, l'efficacité de certaines impressionne.

La science moderne redécouvre alors ce savoir féminin ancestral, longtemps méprisé, c'est en réalité un véritable trésor transmis de femme en femme pendant des siècles.

De Trotula à notre cosmétique contemporaine, on retrouve les mêmes gestes, la même logique de soins, nettoyer, exfolier, nourrir, réparer, et des ingrédients encore présents dans nos produits de beauté.

Mais au Moyen Âge, l'Église s'indigne. Le discours le plus virulent vient de l'inquisiteur dominicain Étienne de Bourbon au XIII^e siècle. Il écrit les pires horreurs.

« Une femme est comme un dragon », dit-il, « plus elle est teintée de rouge, plus elle est dangereuse ».

Se maquiller est même considéré comme un double péché mortel, à la fois d'orgueil et de luxure, c'est diabolique.

Pourtant, Trotula, elle, elle soignait, elle avait déjà inventé la médecine du bien-être et une médecine entièrement adressée aux femmes.

Et aujourd'hui, on redécouvre ce que Trotula savait déjà, les secrets de beauté passent d'abord par le soin, on rejette les produits chimiques, on revient au miel, aux plantes, aux argiles, aux ingrédients naturels, d'il y a un millénaire, car oui, la skincare c'est très médiéval, alors la prochaine fois que vous appliquez une crème de nuit, pensez à Trotula, aujourd'hui, elle serait une dermatologue aux millions de followers.

Mentions légales : "Tous droits de reproduction et de représentation réservés. © 2009 Radio France. Toutes les informations reproduites dans ce site (sons, photos, logos Radio France) sont protégées par des droits de propriété intellectuelle détenus par Radio France. Par conséquent, aucune de ces informations ne peut être reproduite, modifiée, rediffusée, traduite, exploitée commercialement ou réutilisée de quelque manière que ce soit sans l'accord préalable écrit de Radio France."