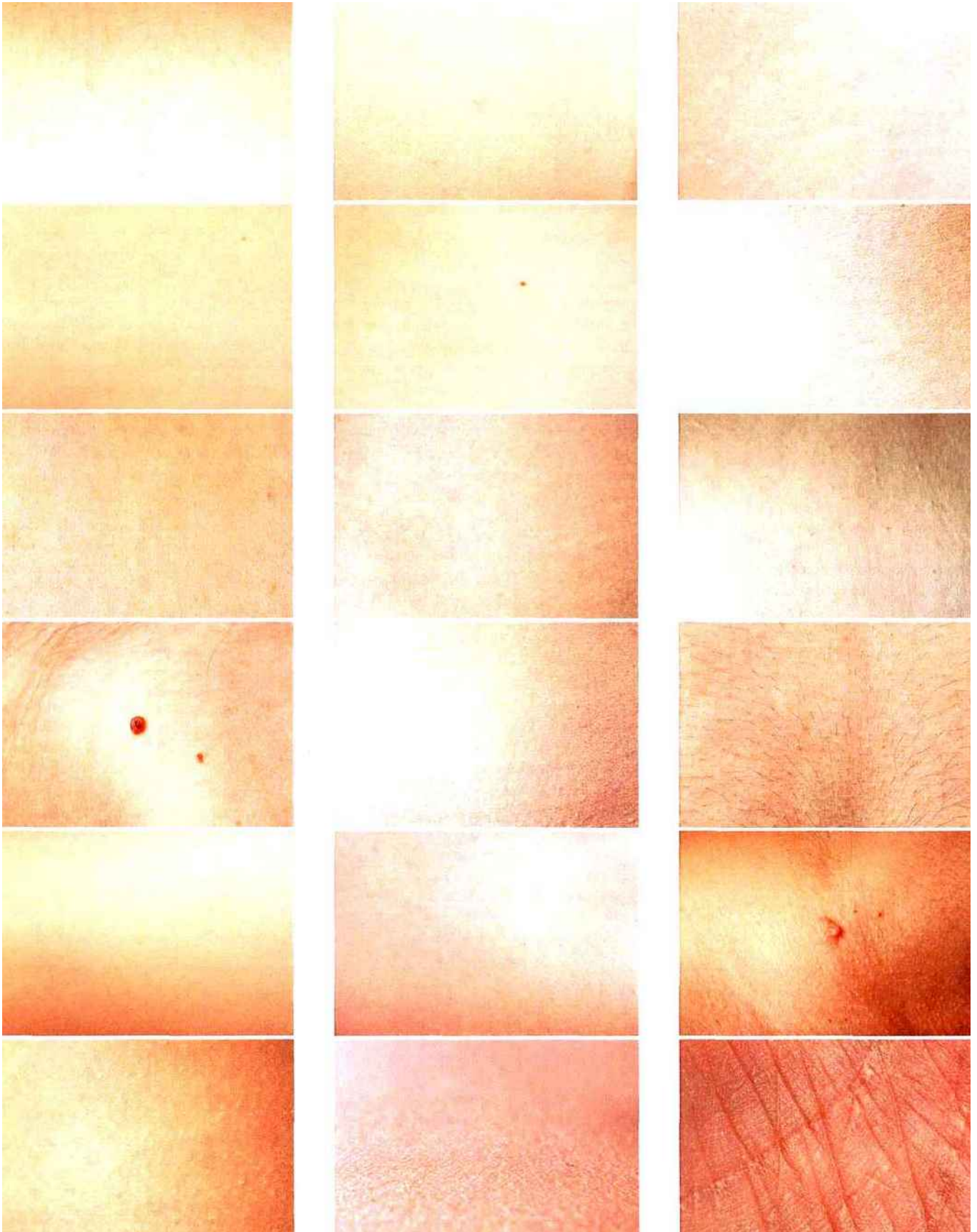




# CHOISISSEZ LE TISSU LE PLUS DOUX

Et s'il était temps de soumettre votre peau  
à un contrôle qualité ?

PAR VALENTINE PÉTRY



PHOTOS ISTOCK





# V

Voilà, vous avez officiellement traversé peu ou prou trois décennies sans prendre une ride. Bravo, Glückwunsch! comme dirait Angela Merkel (vous n'irez pas dire qu'on ne vous apprend jamais rien). Sauf que. Lorsque vous vous retrouvez près d'une petite personne de dix minutes votre cadette, vous ne faites pas illusion deux secondes: vous êtes (plus) vieille. Pas plus fripée c'est vrai, mais plus défraîchie. Souplesse, densité et rebond sont autant de critères définissant l'état d'une peau jeune, qui ont subitement décidé de voter blanc sur votre visage. La qualité cutanée, c'est le nouveau graal de la cosmétique: 66% des femmes considèrent que la texture de leur peau les préoccupe avant même les rides et les taches. Pourtant, seules 10% des interventions de produits injectables chez les médecins traitent ce problème (Galderma, 2016). Avant de vous rouler par terre en pleurant que la vie est mal faite, ressaisissez-vous s'il vous plaît. Déjà parce que tout ce qui vient d'être évoqué ne devrait pas vous mettre dans tous vos états (ou alors vous êtes sûrement en carence de sérotonine). Ensuite, figurez-vous que le champ des possibles est infini pour améliorer la qualité du derme et de l'épiderme. Enfin, tout est expliqué dans ce papier. Défibriillez, ça va bien se passer.

## STEP 1 IDENTIFIER LE PROBLEME

Une fois n'est pas coutume, il ne s'agit pas vraiment de l'aspect visuel mais plutôt de toucher et de ressenti. Fermez les yeux et jugez de l'élasticité et du rebondi de la peau sous les doigts. L'harmonie de sa couleur, les imperfections et la perte d'éclat sont des corollaires d'une perte de vitalité globale. Même si vous pouvez vous vanter de n'avoir ni taches ni rides, vous avez perdu en masse. Cela est dû au ralentissement de l'action des fibroblastes, les cellules du derme qui fabriquent le collagène et l'élastine, les deux protéines responsables de la fermeté et de la densité de la peau. Ce ralentissement est naturel (vous vieillissez, oui, oui) mais accéléré par des éléments extérieurs comme un lifestyle défaillant tissé de clopes, de nuits blanches ou de coups de pression. **Concrètement ?** Pour relancer la production de collagène et d'élastine, il faut apporter à la peau un élément essentiel: de l'hydratation, dont l'agent principal est l'acide hyaluronique. Vous vous attendiez à un scoop? Désolée. Nous vous rappellerons quand même que votre capital d'acide hyaluronique se dégrade à partir de 20 ans. À 50 ans, vous en aurez perdu la moitié. Oui, c'est énorme. **Post-it mental:** « Cette perte de densité touche tous les types de peaux, sèches ou mixtes, de toutes les origines, même si les peaux noires sont moins touchées », Bernard Sillam, dermatologue.

## STEP 2 BLINDER SA ROUTINE COSMETIQUE

Les solutions existantes traitent uniquement les couches superficielles de la peau, certes. Mais elles ont pourtant un rôle crucial pour

### DANS LA PEAU DE...

Les castings des séries de février qui donnent envie d'appeler son dermato...



**La plus toxine botulique**  
Nicole Kidman, Reese Witherspoon, Shailene Woodley, Zoë Kravitz, Laura Dern...

Une avalanche de vedettes comme on n'en fait plus et une intrigue sur des mères de famille parfaitement botoxées. **Big Little Lies**, le 19 février sur HBO.



**La plus vampire facelift**  
Drew Barrymore est une banlieusarde sans histoires, avec mari, enfants et courses

au supermarché. À ceci près que son hobby, c'est de savourer de la chair humaine. **Santa Clarita Diet**, depuis le 3 février sur Netflix.



**La plus filler**  
le spin-off du soap très réussi **The Good Wife** annonce la couleur avec sa baseline « get nasty ».

Et franchement, Christine Baranski et Cush Jumbo ont les joues bien plumpy pour des femmes qui vont avoir autant de soucis. **The Good Fight**, le 19 février sur CBS All Access.

préserver sa qualité: elles la protègent des stress. « L'augmentation de la pollution de l'atmosphère nous expose à des agressions extérieures de plus en plus fortes, explique Ilana Fartouk, responsable recherche & développement chez Payot. Elles déséquilibrent la barrière cutanée, qui est la première protection contre les radicaux libres. Lorsque ce premier bouclier est endommagé, ces





radicaux libres pénètrent jusqu'au derme et modifient petit à petit l'ADN des cellules, donc la qualité du derme. » Bref, ces attaques déséquilibrent tous les mécanismes de la cellule dans l'épiderme bien sûr, mais aussi dans le derme.

**Concrètement ?** Traitez sur tous les fronts. Il faut choisir des produits anti-âge globaux, qui contiennent de l'acide hyaluronique à bas poids moléculaire, pour pénétrer dans l'épiderme. Mais il faut également protéger le fonctionnement des cellules.

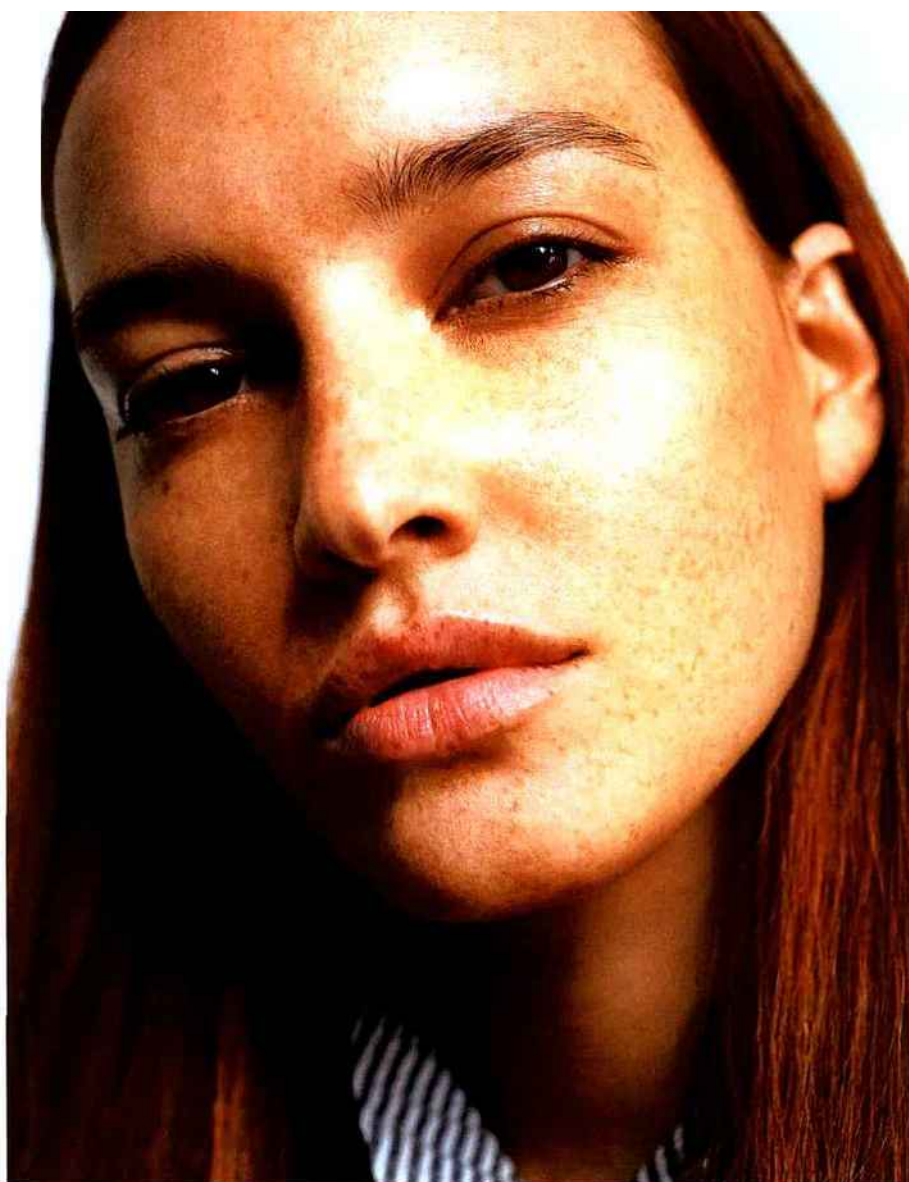
**"LE SKIN BOOSTER RÉPARE LA PEAU SANS MODIFIER LES CONTOURS DU VISAGE NI AJOUTER DE VOLUME"**

On choisit donc des actifs qui préservent la fonction barrière de la peau (avec des probiotiques par exemple) et la protègent à l'aide d'antioxydants (vitamine C et E) et d'actifs détoxifiants.

**Post-it mental :** « Les kératinocytes, les cellules de l'épiderme, fonctionnent en harmonie avec les fibroblastes du derme. En protégeant l'épiderme, on protège le derme », Ilana Fartouk.

## STEP 3 S'OFFRIR UN SUR-MATELAS DERMIQUE

Vous voulez traiter la peau en profondeur ? L'injection de Skin Booster hydrate le derme et répare la peau sans modifier les contours du visage, ni ajouter de volume. Bref des injections sans risque de se retrouver avec le visage bouffi. L'acide hyaluronique utilisé est non saturé d'eau et micronisé, pour qu'il reste actif jusqu'à douze mois. « On injecte le produit en nappe sous la peau, sur une



large zone, explique Charlotte de Reals, responsable marketing Galderma. Cela forme un coussin, comme une éponge qui se gorgé d'eau et la redistribue en fonction des besoins du derme. » Résultat ? La peau est plus ferme et à la surface, les ridules de déshydratation très fines, intraitables avec des fillers, disparaissent. Cette technique, qui existe depuis plus d'une dizaine d'années, permet aussi d'entretenir d'autres procédures et d'éviter de multiplier le comblement de rides. En revanche, elle n'a pas d'effet sur les taches ni sur l'apparence des pores. Vous pouvez l'associer à un peeling à l'acide glycolique en même temps, pour améliorer ces aspects. **Concrètement ?** Honnêtement, c'est un moment étrange à passer. Le médecin introduit une canule sous la peau pour napper

les joues, jusque sous les yeux. Ce n'est pas douloureux (vous pouvez même avoir une petite anesthésie locale si vous voulez), mais très bizarre. En revanche, les résultats sont spectaculaires, dès la première séance. Hyper-plumpy, la peau est fraîche, douce et très moelleuse. La séance coûte entre 200 et 300 €. Effectuez une ou deux séances à un mois d'intervalle pour commencer puis entretenez le résultat une fois par an. Vous pouvez commencer dès 25 ans en prévention. **Post-it mental :** « L'intervention s'effectue aussi sur les mains et le décolleté pour déplier les méfaits du soleil. En revanche, elle est déconseillée sur les lèvres, car les muqueuses peuvent être sujettes à un œdème pendant quelques jours », Charlotte de Reals.



## STEP 4 SE METTRE SOUS PERFUSSION D'ANTIOXYDANTS

Autre option pour relancer les fibroblastes : la mésothérapie. Elle ne lifte pas, ne comble pas les rides et ne touche pas aux taches. En revanche, elle apporte un peu plus que de simples hydratants : « Le médecin injecte 3 ou 5ml d'eau et d'acide hyaluronique libre. Il ajoute aussi d'autres actifs, comme la vitamine C pour l'éclat, et des oligo-éléments pour la santé générale de la peau », explique Bernard Sillam. Peu à peu, un remaillage des fibres s'effectue et la peau regagne un aspect lisse, retendu, reposé. **Concrètement ?** Certains médecins procèdent à un peeling léger avant la séance, pour optimiser les résultats de la mésothérapie. C'est un détail qui change tout. À la sortie de la première séance, le teint a retrouvé du glow et le grain de peau est extrêmement fin. Le bon protocole : une cure de cinq séances, à raison d'une tous les 10 jours. Le prix varie entre 150 et 200 € la séance. Au terme d'une cure, la peau a véritablement changé de texture.

**Post-it mental :** « Le micro-needling consiste à consteller la peau de petites piqûres pour la forcer à se réparer et donc à relancer la production de collagène. Pourtant, les effets sont peu durables, comme si on labourait la terre sans lui apporter d'engrais », Bernard Sillam.

## STEP 5 MANGER SÉRIEUSEMENT

Posez ce Kinder immédiatement ! Déjà, mais enfin vous avez quel âge ? Ensuite, le sucre est une arme de destruction massive pour la peau. Et puis mais bon sang, vous avez quel âge ? « La peau est un organe relais du foie, confirme la micro-nutritionniste Valérie Espinasse. Le sucre a une véritable incidence cutanée car c'est un aliment

hépatique et inflammatoire. Il rigidifie les protéines de collagène. » C'est la glycation : les fibres s'engluent dans une sorte de caramel très épais et poisseux, elles se durcissent et finissent par se briser en morceaux, comme votre amour-propre lorsque vous mangez de mauvais chocolats pour enfants hyperactifs. Malnutrie, la peau se froisse et sèche sur place. **Concrètement ?** Valérie Espinasse conseille de stopper tous les apports du sucre industriel pendant trois semaines, pour que la peau puisse se régénérer. Pour encore plus de plaisir, elle recommande également d'accompagner cette rehab d'un bon drainage du foie à base de plantes. Après une courte période d'évacuation des toxines (comprendre : vous aurez des boutons pendant quelques jours), le teint s'éclairera vraiment de l'intérieur et la peau retrouvera une matière fraîche. Vous aurez le moral d'un videur berlinois mais les effets cutanés sont tellement spectaculaires que vous devriez être tentée de ne pas replonger. **Post-it mental :** « Attention, l'alcool n'est rien d'autre que du sucre fermenté. Même si vous buvez très peu mais régulièrement, votre peau va vieillir prématurément, perdre en souplesse et en fermeté », Valérie Espinasse.

**"STOPPEZ  
LE SUCRE  
INDUSTRIEL  
POUR QUE LA PEAU  
SE RÉGÈNÈRE"**

## LA SHORT LIST SMOOTH OPERATOR



- 1- Masque magnétique anti-âge ré-énergisant Magnetight Age Defier, Dr Brandt, 75€ en exclusivité chez Sephora, [sephora.fr](http://sephora.fr) 2- Skin renewing cream Pure Vitality, Kiehl's, 59€, [kiehls.fr](http://kiehls.fr)  
3- Sérum activateur d'éclat Idéalia, Vichy, 37€, [vichy.fr](http://vichy.fr) 4- Sérum Âge Défense Energylixir HD, Delarom, 67€, [delarom.fr](http://delarom.fr) 5- Sérum jeunesse Advanced Génifique, Lancôme, 82€, [lancome.fr](http://lancome.fr)  
6- Cure vitaminée booster d'éclat Meso Glow, Laboratoires Surface Paris, 129€, [surface-paris.com](http://surface-paris.com) 7- Sérum-huile visage réactivateur de jeunesse Oleascience, Matis Beauty Expert, 75€, [matis-paris.fr](http://matis-paris.fr) 8- Crème légère anti-âge & qualité de peau Pomissime Magic Pulp, Clémascience, 39,90€ en exclusivité chez Le Parashop, [clémascience.com](http://clémascience.com)  
9- Sérum anti-âge Haute Concentration, Maëge, 79€, [maëge-skincare.com](http://maëge-skincare.com) 10- Sérum correcteur H.A. Intensifier, SkinCeuticals, 120€, [skinceuticals.fr](http://skinceuticals.fr)

PHOTOS : PIERRE SABATIER