



beauté/soins

Je veux une silhouette plus ferme

Vous trouvez qu'avec les années, votre peau perd en élasticité, et qu'elle a tendance à se relâcher? Pour renouer avec un corps tonique, misez sur les formules actives de ces nouveaux soins tenseurs. Par Aurélia Hermange

Des fesses raffermies

Un fessier bien galbé, c'est un fessier bien massé. Le modelage se révèle en effet le meilleur allié de la silhouette lorsqu'il s'agit de drainer les toxines, de tonifier les tissus et d'améliorer l'élasticité de la peau. Et pour faire rimer fermeté et continuité, utilisez une huile ou un soin redensifiants, capables de pénétrer rapidement et gorgés d'actifs spécialistes du tonus cutané, comme la Centella asiatica, l'échinacée, le ginseng ou le houblon. Et gardez bien en tête que les cellules graisseuses stockent davantage lorsqu'elles sont exposées à des pressions chroniques (la station assise prolongée, par exemple): pour éviter d'avoir à les déloger, levez-vous et bougez plus pour les empêcher de s'installer!

LES FORMULES CULOTTÉES

Raffermissante. Crème Corps Voluptueuse Anti-Âge Globale Nuxuriance Ultra, Nuxe, 55 €. (1). **Elasticité renforcée.** Lait fermeté Q10, Nivea, 5,50 € (2). **Restructurante.** Huile Excellence Fermeté, Delarom, 37 € (3).

Un cou retendu

Cette zone, souvent oubliée au moment d'hydrater, est pourtant très sensible: ses muscles de soutien sont moins résistants que ceux du visage, et sa peau, plus fine et pauvre en glandes sébacées, est malmenée avec le temps. Résultat: elle se froisse et perd en densité. La parade? lui offrir un cocktail d'actifs affinant pour redessiner et raffermir, grâce notamment à la caféine, impec' pour déstocker; au marron d'Inde, tonifiant ou au bourgeon de hêtre, réputé pour préserver l'élasticité de la peau et ralentir la formation des rides.

LES CRÈMES LIFTANTES

Cou de jeune. Soin fermeté cou Age Focus, Nocibé, 19,95 € (1). **Deux en un.** Soin cou et décolleté Lift Contours, loma, 89 € (2). **Affinant.** Crème pour le cou, Sisley, 119 € (3).

COUP DE BLUFF

Pour une sensation de fermeté immédiate, créez un lissage optique de la peau. Vos alliés? Une formule enrichie de micro-nacres (le Soin minceur sublimateur de peau de LPG), ou une huile sèche au fini satiné (le Concentré Minceur de Caudalie). Les zones d'ombre sont masquées, et la peau paraît alors plus lisse et plus ferme tout de suite.





**Notre
conseil +**

Pour des épaules bien dessinées, exfoliez-les à l'aide d'un gommage à grains très fins, et appliquez ensuite une huile sèche.



beauté/soins



Des bras regalbés

La peau située entre le coude et l'épaule est aussi fine et fragile que celle du visage. Or, elle est peu hydratée, sujette au stockage des graisses et toujours exposée aux frottements. Pour la raffermir en douceur, optez pour une formule riche en caféine désinfiltrante qui fonctionne bien à cet endroit. Bien vues aussi les crèmes anti-relâchement à la Centella asiatica et autres actifs boosteurs de collagène, qui stimulent la tonicité du derme en profondeur.

LES LAITS MUSCLÉS

Antirelâchement. Lait Hydratant Raffermissant 2 en 1, Yves Rocher, 15,90€ (1). **Remodelant.** Sérums lissant régénérant corps, La Chênaie, 35€ (2). **Bio.** Soins Corps Raffermissants jeunesse, Patyka, 47€ (3).

Une poitrine repulpée

La peau du décolleté est régulièrement agressée : par le soleil, les variations de poids, des changements hormonaux, ainsi que le sport. A la longue, et faute de muscles pour la soutenir, la poitrine finit par perdre de sa tenue. Et, difficulté supplémentaire, les actifs des soins ont du mal à pénétrer car, à cet endroit, l'épiderme est pauvre en glandes sébacées. Pour lui redonner de la tonicité, misez sur un soin gainant capable de créer comme un soutien-gorge naturel, et conservez-le au réfrigérateur : l'effet saisissant du froid donne à la peau un aspect ultra-tonique.

LES BOOSTERS DE BUSTE

Tonifiant. Sublime décolleté, Biogénie, 32,50€ sur www.biogenie.com (1). **Push-up en flacon.** Bust High & C, Talika, 40,95€ (2). **Densifiant.** Mirific Buste, Mary Cohr, 43€ (3).



Un ventre plus plat

Pour qu'il soit lisse, ferme et tonique, misez sur un activateur de lipolyse capable de désengorger durablement les cellules graisseuses, et sur des actifs raffermissants pour renforcer le tissu abdominal. Si on n'a pas encore fait mieux que la caféine pour brûler les graisses, le silicium et les cocktails d'algues sont désormais recommandés pour retendre efficacement les tissus. Idéalement, la zone a besoin d'une application matin et soir, de préférence après la douche, et, encore mieux, après un gommage. Pensez à faire chauffer votre crème dans vos mains pour favoriser sa pénétration et à bien la masser pour qu'elle soit parfaitement absorbée.

LES SOINS GAINANTS

Gainant. Soins Remodelant Ventre Taille Multi-Intensif, Clarins, 74,50€ (1). **Souplesse et tonicité.** Crème Fermeté Corps, Elancyl, 23,80€ (2). **Sculptant.** Défi Fermeté sculpteur ventre et taille, Thalgo, 36€ (3).



L'AVIS DE L'EXPERTE

"Mieux vaut être ferme, que mince."

De nos jours, la minceur n'est plus standardisée : il existe autant de corps que de femmes, et ces dernières cèdent de moins en moins aux diktats de la taille 0. Mais si elles assument mieux leurs formes, toutes veulent une peau plus dense et ferme, car le relâchement concerne toutes les femmes, qu'elles soient fines ou rondes. Or, si on n'a rien trouvé de mieux que la caféine depuis quarante ans pour réduire les capitons, les chercheurs testent de nouveaux actifs : sucres, peptides, collagène, lierre ou Centella asiatica pour garder un corps bien ferme.

Caroline Perdrix,
responsable communication scientifique
Pierre Fabre Dermo Cosmétique

CRYOTHÉRAPIE : LA FERMETÉ VENUE DU FROID

Ce traitement utilisé à l'origine pour soulager la douleur a aussi des vertus cosméto. Au cours de mini-séances (3 minutes), on s'expose au froid : de -50 °C à -170 °C. La vasoconstriction générée favorise la circulation du sang, améliore la fermeté et la tonicité de la peau.

De 30 à 50 € la séance, pour trouver une cabine près de chez vous : www.cryomedica.fr.