



Comment éviter les taches brunes au soleil ?



Diaporama(17 photos):<http://www.marieclaire.fr/taches-pigmentaires-soleil,1132784.asp>

Taches brunes ou gouttelettes blanches, masque de grossesse, taches de rousseur, cicatrices d'acné noircies, kératose actinique... Au soleil notre peau n'affiche pas toujours un hâle harmonieux. Nos conseils pour éviter ces marques.

Elles apparaissent sur les joues, les mains, les épaules ou encore le décolleté. Les taches pigmentaires dues au soleil surviennent parfois plusieurs années des expositions prolongées, répétées et non protégées aux UV.

Plus ou moins nombreuses et voyantes en fonction des zones corporelles, elles peuvent être sources de complexes. Nos conseils pour les reconnaître et s'en protéger.

Les différents types de taches causées par le soleil

Le masque de grossesse : pas uniquement pour les futures mamas

On constate chez la femme enceinte mais aussi sous traitement oestrogénique (pilule, traitement hormonal substitutif), une augmentation de la **synthèse de la mélanine** (le pigment brun) par les mélanocytes (les cellules qui fabriquent la mélanine) existants. Cette mélanine ne se répartit pas de façon homogène (on ne voit pas ce mélasma sur le corps). D'une couleur brun orangé, elle siège de préférence sur le front et autour des yeux, en ailes de papillons, autour de la bouche, là où la peau contient une forte concentration de mélanocytes.

Le lentigo, ou taches de vieillesse : pas toujours lié à l'âge

Contrairement au mélasma, il est provoqué par une multiplication du nombre de mélanocytes qui vont fonctionner de façon anarchique. Plus une peau est pâle, plus elle a été exposée sans protection adéquate



[Visualiser l'article](#)

au soleil plus ses mélanocytes vont fabriquer des taches. Le phénomène est complexe : les fibroblastes, ces cellules élastiques de la peau sécrètent des médiateurs qui sont captés par les mélanocytes. Conséquences : ceux ci se multiplient entraînant une plus forte sécrétion de pigments bruns et leur accumulation désordonnée dans la couche cornée.

Il est donc évident que les peaux dont les fibroblastes et les mélanocytes ont été abimés par le soleil ou l'avancée de l'âge sont bien plus exposées aux taches. A contrario cette montée non homogène de la mélanine peut se traduire par de petites taches en gouttelettes sur les parties régulièrement exposées au soleil. C'est l'**hypomélanose**.

Video : <https://www.youtube.com/embed/jW5bkXQP6HA?ecver=1>

Les pigmentations inflammatoires : presque des tatouages

Un coup de soleil au 3ème degré, une cicatrice après une opération, ou même une cicatrice d'acné peut provoquer une " fuite" des pigments vers le derme provoquant des taches quasiment indélébiles. D'où l'importance de se protéger en ce cas avec de très forts indices anti UVA/UVB/Infrarouges.

La Kératose solaire : on file chez le dermato pour faire examiner ses taches

Ces **taches brunes**, légèrement en relief, au toucher rugueux sont des kératinocytes (les cellules constituant la couche superficielle de la peau). Ces cellules sont dégénérées, presque mortes mais pas tout à fait et peuvent induire des lésions malignes. Elles font suite aux « sunburn cells » (cellules coup de soleil) dont il vaut mieux organiser le suicide avant qu'elles ne dégènèrent en choisissant des produits solaires contenant des substances efficaces, type extraits de baobab, anthocyane, chardon marie etc.

Quels produits solaires pour éviter les taches ?

Les fabricants de produits solaires multiplient les références afin de nous inciter à utiliser des protections parfaitement adaptées à notre style de vie, notre sensibilité cutanée, et la puissance des rayons solaires auxquels nous sommes exposés.

Pour tous les jours en ville : les "blurs"

Les dermatos conseillent ces crèmes qui donnent un aspect bonne mine halée tout en nous protégeant efficacement.

Notre choix : Flora Solaris, Sanoflore, SPF 20.Certifiée Bio, sa texture anhydre teintée avec des pigments végétaux s'étale de façon homogène et ses extraits d'Edelweiss contiennent des molécules hautement anti oxydantes.

Compact teinté, Avène,SPF 50+.Idéal pour une petite retouche et incontournable pour les peaux intolérantes, son système filtrant 100% minéral est accompagné d'un puissant anti RL pour une protection cellulaire prolongée.

(Visuel indisponible)

Une publication partagée par Laboratoire SVR (@laboratoire_svr) le 22 Jul. 2016 à 5h31 PDT



Pour un café en terrasse : les brumes solaires

Nouvellement apparus, véritables bodyguards invisibles, ces sprays n'abiment pas le maquillage mais nous protègent efficacement sous des SPF performants.

Notre choix : Brume Fraiche Invisible, Anthélios, La Roche Posay, SPF50. Sa pulvérisation fraîche mais au toucher sec protège non seulement du soleil mais aussi de la pollution.

Spray Soleil Photoderm LEB, Bioderma SPF 30. Grâce à un ratio exceptionnel UVA 30 /UVB 30 il régule l'impact du soleil sur la peau et est spécialement recommandé aux peaux allergiques sujettes à la lucite estivale.

Sous expositions modérées : des anti-âge à tout âge

Lorsque l'on a tendance à faire des taches c'est le signe que nos fibroblastes ou nos mélanocytes sont fatigués. Pour moins les solliciter les actifs contenus dans les solaires anti vieillissement sont une excellente solution.

Notre choix : UV-Bronze Visage, Filorga, SPF 50+. Particulièrement futée cette formule stimule les enzymes détoxifiantes de la peau pour neutraliser les radicaux libres et le stress oxydatif générés par les UVA/UVB et Infrarouges. Elle s'ajuste au rayonnement solaire quelque soit son intensité.

Fluide Protecteur Energisant, SPF30 Sunissime, Liérac. Une protection globale qui cible 100% du rayonnement et qui contient des actifs énergisants et repulpants.

(Visuel indisponible)

Une publication partagée par Bioderma Middle East (@biodermame) le 20 Avril 2017 à 6h10 PDT

Sous fortes expositions : des bodyguards musclés

Pas d'hésitations : si on ne peut éviter le "cagnard" on se tourne vers des formules capables de juguler les pigmentations anarchiques.

Notre choix : Photo Reverse, Esthederm. Des extraits d'algues et de plantes asiatiques inhibent la pigmentation dans la zone tachée tandis que des peptides biomimétiques régulent une montée homogène de la mélanine. On peut ainsi profiter du soleil tout en atténuant et en prévenant nos taches brunes.

Fluide Matifiant SPF 50+, Daylong. Il limite l'apparition des taches grâce à une protection exceptionnelle anti UV et un anti oxydant breveté à action rémanente ce qui empêche la dégradation de nos cellules et de notre ADN pendant 24 heures.

Contre les Sunburn cells : des formules high tech

Pour éliminer nos cellules endommagées ou les éviter ces soins ont la capacité de protéger spécifiquement leur ADN.

Notre choix : Restoring Crème, Sun Cellular Solution, Valmont, SPF30. À des ADN et ARN de saumon a été ajouté un complexe silicium D2. Celui ci accélère la réparation ciblée des cellules abimées par les rayons en même temps qu'il augmente leur production de collagène.

Réparation UV, Biologique Recherche. Du chardon marie, du tocophérol, de la carnosine aide nos cellules en apoptose à s'éliminer pendant la nuit tandis que des polysaccharides restaurent et calment l'épiderme.



(Visuel indisponible)

Une publication partagée par Daylong (@daylong_slovenia) le 16 Avril 2017 à 4h15 PDT

Le soir : des anti taches peu agressifs

Pour ne rien laisser au hasard et parfaire l'action des solaires antitaches, les dermatos conseillent d'appliquer un léger agent blanchissant le soir au coucher (mais jamais au soleil dans la journée !).

Notre choix : Melascreen Crème Nuit, Laboratoire Ducray. Dans une texture douce et réconfortante, des peptides anti taches sont associés à de la niacinamide pour bloquer le transport de la mélanine vers la couche cornée.

Sérum Eclat Anti-taches, Vinoperfect, Caudalie. Ultra respectueuse de la peau cette formule oil-free, riche en extrait de sève de vigne corrige les taches et prévient leur apparition. Bon plan : on peut même l'appliquer dans la journée sous sa crème solaire.