



# N'AYEZ PLUS PEUR DE FAIRE TACHÉ

Changer de peau, c'est kafkaïen  
mais c'est possible.

PAR CELINE MOLLET

# STYLIST

Pays : France  
Périodicité : Hebdomadaire  
OJD : 412367

Date : 27 AVRIL 17  
Page de l'article : p.48-51  
Journaliste : Céline Mollet





**T**iens, mais que fait ce raton laveur en rouleau de papier toilettes dans votre salle de bains ? Ah, au temps pour nous, c'est vous dans le miroir. La bonne nouvelle, c'est que votre teint de cendrier de deux jours s'explique très simplement : fatiguée, vous êtes plus facilement stressée et donc plus facilement fatiguée et donc plus facilement stressée (eh oui, c'est désagréable et sans fin comme un épisode de *Riverdale*). Concrètement, ça se traduit par pas mal de cigarettes, de gin tonic, de junk food et de démaquillages ratés. C'est pas qu'on se prend pour votre mère (parce qu'on n'est pas si vieille, merci) mais où croyez-vous aller comme ça ? Si se transformer en Gwyneth Paltrow n'est plus un goal acceptable depuis 2014, vous feriez bien d'intégrer tout de même quelques fruits et des légumes dans votre quotidien. 1/parce qu'une étude de l'université de Sydney menée sur 60 000 sujets vient de démontrer que passer d'une portion de légumes à trois par jour faisait baisser le stress de 12 %. 2/parce que les nutriments contenus dans les végétaux ravivent le glow comme personne. Maintenant, si votre mauvaise foi fait de vous une allergique aux brocolis, on ne vous juge pas. Déjà parce que c'est pas notre genre et ensuite parce qu'encore une fois, on n'est pas votre-mère-ça-va-là. Mais surtout parce qu'heureusement, une alternative existe.

## Restaurer la radiance

**Le pitch :** le manque d'éclat, c'est le premier signe du vieillissement. Il apparaît bien avant les rides, souvent dès 20 ans. Un phénomène boosté par le tabac, la pollution et les UV qui provoquent des radicaux libres en plus grande quantité, ce qui ralentit le renouvellement cellulaire.

**Le bon workout :** vitaminez votre peau ! La vitamine C est l'un des actifs les plus prescrits par les dermatos. Elle est sûre et assure des résultats très rapides. Elle a aussi le vent en poupe dans les formules cosméto. Frédérique Gente, directrice de la formation et de la communication scientifique Clinique, explique : « La vitamine C doit être pure pour pénétrer dans la peau et offrir un maximum d'efficacité. Si elle n'est pas pure, elle a tout de même une action sur l'éclat mais pas en profondeur. » Elle n'influe pas sur le renouvellement cellulaire, mais booste la microcirculation et agit même



sur les taches. Elle est souvent couplée à de l'acide salicylique, qui a un effet exfoliant doux et favorise la pénétration de cet actif (et des autres aussi !). Si le soin à la vitamine C que vous utilisez (de préférence un sérum pour une meilleure pénétration et une concentration plus élevée) n'en contient pas, adoptez un rituel de nettoyage à base d'une lotion dosée entre 0,5 et 2 % selon votre type de peau. Enfin, attention à la pollution. « Le film hydrolipidique absorbe les particules de pollution et cela plombe l'éclat », constate Lionel De Benetti, cosmétologue. Adoptez des soins anti-pollution, qui agissent comme un bouclier, et le soir, démaquillez-vous efficacement. Vous pouvez utiliser une brosse nettoyante, dix fois plus efficace que le démaquillage manuel pour éliminer les résidus de pollution. Et surtout, aux beaux jours, lorsque vous appliquez des soins contenant des filtres solaires, « changez votre nettoyant pour retirer les filtres. Une peau bien nettoyée révèle une meilleure respiration et donc une meilleure lumière puisque les toxines sont éliminées », insiste Joëlle Ciocco. **La prescription :** pour raviver l'éclat après 35 ans, les injections de Skinbooster sont de précieuses alliées. Injectées à la seringue ou à la canule, elles rechargent la peau en acide hyaluronique, hydratent et apportent, cinq jours après la séance, un vrai effet bonne mine. « On prévoit deux séances espacées d'un mois, puis une séance tous les six mois », conseille

le Dr Jean-Marc Adda, médecin esthétique. L'avantage ? On peut faire ces injections à tout moment de l'année puisqu'il n'y a pas de contre-indication au soleil.

**Post-it mental :** « La vitamine C augmente de 30 % la capacité de la peau à se défendre face aux UV. Comme elle n'est pas photosensibilisante, on peut la glisser sous son écran solaire pour une peau encore mieux protégée », Frédérique Gente.

## Dégommer les taches

**Le pitch :** les excès d'exposition à la lumière (et pas seulement au soleil, puisque la lumière bleue favorise l'apparition de taches) et à la pollution, tout comme les inflammations, engendrent en profondeur un dérèglement des mécanismes de pigmentation. Les mélanocytes sont fabriqués en trop grosse quantité et trop rapidement. Les fibroblastes et les kératinocytes aussi connaissent des dysfonctionnements. Résultat, des taches, qui apparaissent en surface.

**Le bon workout :** si, comme une femme sur cinq, vous voulez réduire l'aspect des taches (source Filorga), commencez par éviter qu'elles apparaissent, en vous protégeant bien des UV. En effet, il y a dans la peau tout un tas de taches dormantes. Frédérique Gente explique : « Elles ne se voient pas en surface mais sont bien ancrées en profondeur. On peut d'ailleurs les distinguer avec des outils comme la lampe



de Wood.» Joëlle Ciocco précise : « Lorsqu'on a des taches, il est important d'utiliser un vrai filtre solaire, et non un filtre mélangé dans les crèmes ou le maquillage, dont le SPF est de 20 ou 30 seulement. Ce n'est pas suffisant. Je considère qu'un produit solaire protecteur et préventif est doté d'un SPF entre 40 et 50 avec une préférence pour le SPF 50. » Encore une fois, dans ce cas, l'exfoliation est importante car elle permet de faire remonter la tache, pour mieux la traiter. Côté traitement, si la vitamine C a aussi une action sur la tyrosinase, ce n'est pas le seul ingrédient efficace en cosméto. La dianella ensifolia par exemple a une action comparable à

celle de l'hydroquinone, molécule anti-taches de référence qui n'est plus en vente libre en France puisqu'elle tue les mélanocytes et empêche la peau de se défendre face aux agressions des UV. L'hexylresorcinol est aussi une molécule qui donne d'excellents résultats puisqu'elle régule la mélanine en profondeur. Pour compléter cette action, misez sur des formules qui aident à nettoyer les protéines oxydées et à éliminer les déchets cellulaires qui sont responsables de la production de lipofuscine, pigment qui induit les taches de vieillissement. C'est le cas de la centella asiatica

ou de l'oleuropéine. Ces soins s'appliquent sur tout le visage, pour traiter aussi les taches invisibles et n'ont pas d'action sur les zones qui n'ont pas besoin de réguler la mélanine.

**La prescription :** aujourd'hui, les dermatos délaissent l'hydroquinone efficace, mais qui peut repigmenter certaines zones de la peau, au profit du laser. Le Dr Jean-Marc Adda préconise le Q-Switched RevLite, exclusivement sur les peaux asiatiques et blanches, et à manier avec précaution, pour éviter les taches post-laser. Une à deux séances sont nécessaires. Elles engendrent des rougeurs et des croûtes pendant cinq à dix jours. Sur les peaux noires, les masques de grossesse ou encore les taches très incrustées, il recommande le peeling.

**Post-it mental :** « Ne touchez pas à vos boutons d'acné. Ça provoque des inflammations qui laissent des marques sur la peau. Sur les phototypes 2, 3, 4, les peaux africaines, indiennes et méditerranéennes, elles se transforment en taches ». Dominique Ruffinel, maquilleur et responsable de formation Vichy.

### Faire peau neuve

**Le pitch :** archi-sèche, peu ou pas hydratée, mal exfoliée, la peau a accumulé tout un tas de cellules mortes qui empêchent de bien réfléchir la lumière et ternissent le teint. Sa couche cornée est moins lisse, moins régulière, si bien que le visage ne rayonne plus.

**Le bon workout :** l'exfoliation est la solution mais elle doit se faire en douceur. « Ne soyez pas excessive ni dans la fréquence ni dans les formules ni dans les gestes », conseille Lionel de Benetti. Privilégiez les produits à base d'acides de fruits, d'enzymes ou de grains doux. Vous pouvez troquer votre gommage hebdomadaire contre un exfoliant quotidien doux. « Si vous avez

une peau sensible, évitez les formules à base d'alcool, et choisissez-les faiblement dosées en agents exfoliants », recommande Frédérique Gente. Dans ce cas préférez les soins contenant des actifs exfoliants qui grignotent les cellules mortes jour après jour. Si votre peau ne supporte rien, vous pouvez utiliser un masque émollient et apaisant pour ramollir les cellules mortes et faciliter leur élimination. En complément, jouez à fond la carte de l'hydratation avec des ingrédients qui favorisent les facteurs naturels d'hydratation, et de la glycérine. Celle-ci, absorbée aussitôt par la couche cornée, regonfle l'épiderme et lui donne instantanément un aspect plus lisse », explique Lionel de Benetti. À la clef, un éclat immédiat. Le coup de pouce : comme les Japonaises, on utilise un sauna facial pendant six à quinze minutes avant d'appliquer sa crème pour hydrater la peau en profondeur et raviver l'éclat.

**La prescription :** le peeling dermato permet de rénover la surface de la peau. Cette solution provoque une exfoliation, efficace pour redonner un shot d'éclat, dégriser le teint des fumeuses, éliminer les taches de soleil ou les masques de grossesse. Les formules à base d'acide glycolique, douces, aident à estomper les simples rougeurs et irrégularités du teint. Les peelings moyens à l'acide trichloroacétique (ou TCA) contribuent à gommer les taches, localement, ou sur tout le visage. Enfin, celles à base de phénol traitent la peau de manière globale mais se font sous anesthésie et on ressort avec des bandages. « Tous ces peelings se font en hiver, car on doit éviter le soleil », précise le Dr Jean-Marc Adda.

**Post-it mental :** « Essayez de ne pas mélanger des produits de marques différentes. Le nettoyant X avec la lotion X + le sérum Y avec la crème Y ne font pas forcément bon ménage ». Joëlle Ciocco.

## LA SHORT LIST ÉCLAT D'URGENCE (on se raccompagne vers la sortie, on revient)



- 1- Lotion protectrice anti-pollution Skin Defensive, Joelle Ciocco, 133€, [joelle-ciocco.com](http://joelle-ciocco.com) 2- Crème anti-âge Slow Age, Vichy, 31,20€, [vichy.fr](http://vichy.fr)  
3- Crème hydratante éclatante Soins Beauté Visage, Lionel de Benetti, 48€, [lovebeautypeople.com](http://lovebeautypeople.com) 4- Soins Illuminateurs Pigment-White, Filorga, 55,90€, [filorga.com](http://filorga.com)  
5- Brume Miracle Hydratante, Eight Hour, Elizabeth Arden, 25€, [elizabetharden.fr](http://elizabetharden.fr) 6- Soins Thermal Visage, Panasonic, 129€, [panasonic.com](http://panasonic.com)  
7- Cure 7 jours vitamine C 10% Fresh Pressed Booster, Clinique, 14€, [clinique.com](http://clinique.com) 8- Correction taches Double concentré Jour & Nuit Lumilogie, Lierac, 55€, [lierac.fr](http://lierac.fr)  
9- Soins éclat Jour Gelée My Payot, Payot, 35€, [payot.com](http://payot.com) 10- Lotion exfoliante éclaircissante P50 PIGM 400, Biologique Recherche, 55€, [biologique-recherche.com](http://biologique-recherche.com)