



SPÉCIAL COSMETO

CURIEUSE DE
DÉCOUVRIR LES PLANS
PERSOS DES PROS
DE LA PEAU ?
TENTÉE PAR LES APPLIS
QUI ANALYSENT
LES ÉTIQUETTES
DE NOS CRÈMES ?
RAS LE BOL
D'AVOIR DE L'ACNÉ ?...
**18 PAGES POUR
RETROUVER UNE
PEAU PARFAITE.**

RÉALISATION **DIANE BOULENGER**
PHOTOGRAPHE **MOTE SINABEL AOKI**
MANNEQUIN **SARA WITT**

PAR **ÉLISABETH MARTORELL,**
JEANNE DEROO, SOPHIE GOLDFARB,
CÉLINE MOLLET, VALENTINE PÉTRY
ET **ISABELLE SANSONETTI**



BOUCLES D'ORILLÈS • COCO CRUSH • CHANEL JOAILLERIE TOP AUGLIERI



30 ans

C'EST L'ÂGE À PARTIR
DUQUEL LE VIEILLISSEMENT
DU DERMES COMMENCE.
IL PERD ALORS
10% D'ÉPAISSEUR
TOUS LES DIX ANS.

80 %

C'EST LE POURCENTAGE
D'ADOLESCENTS
TOUCHÉS PAR L'ACNÉ.
40% DES ADULTES
SONT ÉGALEMENT
CONCERNÉS (DONT 20%
QUIN'EN ONT PAS EU
À L'ADOLESCENCE).

214,40 €

C'EST LE BUDGET MOYEN
EN COSMÉTIQUES
DES FRANÇAIS, EN 2017.

2 m²

C'EST, EN MOYENNE,
LA SURFACE TOTALE
DE NOTRE PEAU.

Sources : études Kantar Worldpanel (2017),
Pierre Fabre Dermatologie/CSA Santé
et dermatologie-et-esthetique.info



OUVREZ LES YEUX !

CINQ CHOSES QU'ON NE VOUS AVAIT ENCORE JAMAIS DITES
POUR ATTĒNUER RIDES, CERNES ET POCHEs. PAR CÉLINE MOLLET

DITES ADIEU AUX PETITS TAPOTEMENTS

Sur les conseils avisés de votre mère ou de votre esthéticienne, vous veillez à appliquer scrupuleusement votre produit contour des yeux en pianotant du coin interne vers le coin externe de l'œil. C'est inutile, explique la docteure Marilyne Plasqui, médecin esthétique. « Avec ces tapotements, les liquides contenus sous la paupière inférieure ne bougent pas. Pour les chasser, mieux vaut effectuer des mouvements de balancier avec la pulpe de l'index, tout le long du cerne juste après avoir posé votre soin. » C'est bien plus efficace. Et pour décongestionner le regard au saut du lit, suivez la recommandation de Catherine Marin, fondatrice de l'institut Au Pied levé et experte en médecine chinoise : « Effectuez une pression de 10 secondes avec le pouce sur la tranche de l'os de la cavité orbitaire sur deux points : au coin interne puis au coin externe de l'œil. »

NE VOUS TROMPEZ PAS DE LUNETTES DE SOLEIL

Sous l'effet d'un excès d'UV, des globules rouges peuvent s'échapper des vaisseaux, des dépôts de fer et de cuivre se fixent alors sur la peau, à la manière d'un tatouage. Sur les peaux à tendance inflammatoire, cela risque de provoquer des taches pigmentaires indélébiles. Les cernes bleus deviennent alors bruns. S'il est essentiel de protéger la zone du contour des yeux en ville et de porter des lunettes de soleil quand la luminosité grimpe, ne vous trompez pas de modèle. À proscrire : les verres polarisés, car ils ont un effet de loupe. En concentrant davantage la lumière et les UV, par réflexion, ils peuvent engendrer des taches au-dessus de la pommette. Pour les cernes qui ont tendance à brunir, la D^{re} Marilyne Plasqui préconise une cure de compléments alimentaires à base de curcuma, qui aident à combattre l'inflammation. S'ils sont bleutés, une cure d'oméga-3 permet de fluidifier les capillaires sanguins : la stase veineuse se marquera moins. Pour Alexis de Brosses, P-DG de Talika, le combo microcourants et led d'un appareil à utiliser chez soi est efficace : « Les lumières rouges aident à réduire les inflammations, les vertes régulent le mélanocyte et atténuent les taches pigmentaires. »

FAITES LE LIEN AVEC UNE INTOLÉRANCE ALIMENTAIRE

Les yeux gonflés au réveil sont souvent le signe d'une intolérance alimentaire. « Lorsque le foie est saturé, il ne peut plus jouer correctement son rôle de filtre et cela provoque un engorgement veineux, visible au niveau du regard (cernes, yeux bouffis) et du visage (rougeurs). Un indice supplémentaire : les jambes deviennent lourdes », précise la D^{re} Marilyne Plasqui. Faites donc une prise de sang pour effectuer un bilan de vos intolérances alimentaires. Les plus fré-

quentes : la protéine de lait de vache, le gluten et les œufs. « Et limitez les aliments stimulants comme le café et l'alcool, ainsi que ceux que la médecine chinoise nomme aliments "yang", ceux qui "réchauffent le corps" comme les viandes grillées, les crevettes et les fritures. En revanche, augmentez votre consommation d'épinards, de champignons, d'algues, d'aubergines, de carottes, de navets, de crabe, de lapin... qui activent le bon fonctionnement de la rate et des reins, et évitent ainsi les gonflements », recommande Catherine Marin.

COMPAREZ VOS PAUPIÈRES À DES ATHLÈTES

Les paupières clignent plus de 10 000 fois par jour. Si on comparait ce chiffre à un nombre de pas, cela équivaldrait à marcher environ 8 km. Les conséquences sur la peau sont inévitables. « En mouvement permanent, cette zone a des besoins énergétiques plus importants que le reste du visage », explique Edouard Mauvais-Jarvis, directeur de la communication scientifique Dior. Leurs laboratoires ont ainsi découvert que le contour des yeux était notamment déficitaire en minéraux, ces micronutriments indispensables au bon fonctionnement des cellules cutanées. Partant de ce constat, ils ont développé dans la gamme Prestige un soin gorgé de calcium, potassium... pour garantir le plein d'énergie.

MÉFIEZ-VOUS DES ÉCRANS

Au-delà du vieillissement prématuré qu'elle engendre sur la qualité de la peau, la lumière bleue des écrans et de certains éclairages artificiels induit une fatigue oculaire. « Devant un ordinateur ou un portable, on cligne moins des yeux, de plus, la lumière bleue est plus agressive que la lumière jaune », affirme Edouard Mauvais-Jarvis. Résultat ? L'œil devient sec, s'irrite, gonfle et les amas graisseux se compressent dans l'orbite, créant des poches. Pour lutter contre ce phénomène, face à un écran, les lunettes anti-lumière bleue légèrement teintées de jaune ou les gouttes de collyre Uveline sont de précieuses alliées. Enfin, nettoyer ses yeux avec du sérum physiologique, matin et soir, permet d'entretenir leur humidité. Autre phénomène, l'exposition à la lumière bleue le soir qui, selon une étude réalisée par Estée Lauder et présentée en mai 2018 à l'International Investigative Dermatology, perturbe le rythme circadien et empêche le processus de réparation de la peau pendant le sommeil. D'où la création d'un soin ciblé, Advanced Night Repair, qui booste la régénération nocturne. ■

“
LES YEUX
GONFLÉS AU
RÉVEIL SONT
SOUVENT LE
SIGNE D'UNE
INTOLÉRANCE
ALIMENTAIRE.
”