

BEAUTÉ



PEAU  
ZÉRO  
DÉFAUT  
*les bons gestes,  
les soins  
appropriés*

5 LE SÉRUM ILLUMINATEUR LUMI DE **JB SKIN GURU**, 225 \$  
(VENDU AVEC LA CRÈME ÉCLAT). [JBSKINGURU.COM](http://JBSKINGURU.COM)

On peut se maquiller à la va-vite. Ou laver ses cheveux rapido avec un shampoing sec. Mais une belle peau ne s'obtient pas en un claquement de doigts. Il y a des notions de base à respecter... et des innovations à découvrir. PAR MARIÈVE INOUE

**N**ettoyer son visage à l'eau du robinet avec le premier savon à portée de main, c'est courir à la perte de sa (belle) peau. Les rayons cosmétiques débordent de gels, sérums, crèmes, masques... mais qu'est-ce qui nous convient? Et quels rituels adopter? Voici comment s'y retrouver.

Il est essentiel d'identifier correctement son type de peau afin de cerner ses besoins en plein dans le mille. **PEAU NORMALE** C'est le type de peau idéal, mais aussi le plus rare. « Elle ne souffre d'aucune sensibilité, présente un teint uniforme et très peu d'imperfections », affirme Jennifer Brodeur,



*Trousse peau normale*

1 EAU MICELLAIRE PEaux NORMALES DE **MARCELLE**, 14,95 \$ LES 400 ML. [MARCELLE.COM](http://MARCELLE.COM) 2 LOTION TONIQUE 3 EN 1 MIRACLE WATER D'IT, 48 \$ LES 250 ML. [SEPHORA ET ITCOSMETICS.CA](http://SEPHORA.ETITCOSMETICS.CA) 3 GELÉE EXFOLIANTE ÉCLAT HYDRA VÉGÉTAL D'**YVES ROCHER**, 19 \$ LES 75 ML. [YVESROCHER.CA](http://YVESROCHER.CA) 4 SOIN HYDRATANT PROTECTION URBAINE FPS 30 ANTI-POLLUTION DE **REVERSA**, 47 \$ LES 50 ML. PHARMACIES 5 LE SÉRUM ILLUMINATEUR LUMI DE **JB SKIN GURU**, 225 \$ (VENDU AVEC LA CRÈME ÉCLAT). [JBSKINGURU.COM](http://JBSKINGURU.COM) 6 MASQUE DE NUIT AU CAMELIA HYDRA BEAUTY DE **CHANEL**, 105 \$ LES 100 ML. LA BAIE D'HUDSON



**JB SKIN GURU FEATURED IN CHATELAINE MAGAZINE**  
SEPTEMBER 1ST, 2018 | PROVIDED BY ZOÏ AGENCY

PHOTOS: GETTY IMAGES/BURGER/PHANIE (FEMME), ISTOCK.COM/INELL-NRT (POT DE CRÈME BLANCHE ET TACHE)



## LES ÉTAPES DE SOINS

### Matin

- Nettoyant
- Lotion tonique
- Sérum
- Soins contour des yeux
- Crème hydratante
- Écran solaire

### Soir

- Démaquillant et nettoyant
- Exfoliation (à l'occasion)
- Lotion tonique
- Sérum
- Soins contour des yeux
- Crème de nuit

**Trousse peau sèche**

- 1 NETTOYANT HYDRATANT POUR PEAU NORMALE À SÈCHE DE **CERAVE**, 15,99 \$ LES 237 ML. PHARMACIES
- 2 TONIQUE ÉCLAT DE ROSE DE **DANIELE HENKEL**, 39 \$ LES 150 ML. JEAN COUTU ET DANIELEHENKEL.COM
- 3 GOMMAGE DOUX AUX PÉTALES DE ROSE DE **LISE WATIER**, 26 \$ LES 150 ML. LISEWATIER.COM
- 4 CRÈME HYDRATANTE HYDRANCE RICHE D'**AVÈNE**, 37,50 \$ LES 40 ML. PHARMACIES, JEANCOUTU.COM ET GALERIEBEAUTE.CA
- 5 SÉRUM RÉGÉNÉRANT INTENSE HYDRATATION ET ÉCLAT **AQUASOURCE AURA** CONCENTRÉ DE **BIOTherm**, 66 \$ LES 50 ML. LA BAIE D'HUDSON, PHARMAPRIX ET SEPHORA
- 6 SOIN HYDRATANT HYDRO BOOST DE **NEUTROGENA**, 5,99 \$ LE MASQUE. PHARMACIES, ÉPICERIES ET MAGASINS À GRANDE SURFACE

fondatrice et PDG de JB Skin Guru. Mais elle nécessite tout de même des soins. On a le loisir de choisir parmi la variété de formules offertes sur le marché.

**PEAU SÈCHE** Manquant d'eau et de lipides, elle est rêche et se caractérise par une sensation de tiraillement. « La peau sèche a tendance à être plus terne », indique la D<sup>re</sup> Sonya Abdulla, dermatologue à la clinique torontoise Dermatology on Bloor. On s'arme de soins enrichis d'ingrédients comme les céramides et la glycérine, et on évite les nettoyants comportant du savon, qui pourraient assécher davantage la barrière cutanée.

**PEAU GRASSE** Brillante, acné, comédons... il y a plusieurs feux à contrôler sur une peau grasse. « Elle représente à elle seule une famille de types de

peau », explique Jennifer Brodeur. On mise sur des soins axés sur des besoins précis comme les éruptions de boutons, les points noirs, le sébum qui s'affole. Les textures gels et les formules sans huile sont des valeurs sûres.

**PEAU MIXTE** « Parmi tous les types de peau, c'est le plus commun », déclare la D<sup>re</sup> Sonya Abdulla. L'épiderme présente des zones sèches et d'autres plus grasses, généralement sur le front et le nez. Stratégie 1 : on adopte des produits adaptés aux différentes régions du visage. Stratégie 2 : on traite les maux en alternance – se concentrer sur un en particulier lors de la routine matinale, et en choisir un autre le soir.

**PEAU SENSIBLE** Elle réagit facilement... et souvent : intolérante aux produits

cosmétiques, vulnérable aux changements de température. Le mot d'ordre est « douceur » : on préfère des formules sans alcool et on limite l'exfoliation qui s'avère souvent irritante.

**PEAU MATURE** Avec l'âge, les fonctions cellulaires diminuent et la peau devient souvent réactive et plus sèche. Les rides et les ridules font leur apparition, ainsi que des rougeurs et des taches pigmentaires, et on assiste au relâchement graduel de la peau. Les soins comportant des ingrédients antioxydants et qui stimulent le collagène (pour minimiser la perte de densité) sont de bons choix.

## TOUTES CES QUESTIONS QU'ON SE POSE...

### En quoi consiste le nettoyage à l'huile ?

En Asie, la plupart des femmes intègrent cette étape à leur routine de tous les jours. « Le soin nettoyant à base d'huile présente l'intérêt de désincruster davantage les impuretés et les saletés », note Jennifer Brodeur. Toutefois, l'experte ne préconise pas le double nettoyage plus d'une fois par semaine pour les épidermes déshydratés. Et, contrairement à ce qu'on pourrait croire, les gens ayant la peau grasse peuvent se permettre d'adopter la technique au quotidien lorsqu'il fait chaud.

**Quelle est la différence entre un sérum et une crème hydratante ?** « Le sérum est un soin intensif ultraconcentré »

**Trousse peau grasse**

- 1 MOUSSE NETTOYANTE ANTI-ACNÉ AU BICARBONATE DE SOUDE DE **BIORÉ**, 9,99 \$ LES 200 ML. PHARMACIES, ÉPICERIES ET MAGASINS À GRANDE SURFACE
- 2 LOTION PURIFIANTE VINOPURE DE **CAUDALIE**, 54 \$ LES 200 ML. CAUDALIE, JEAN COUTU ET SEPHORA
- 3 MASQUE EXFOLIANT PEAU NEUVE TRIPLE ACTION PURE D'**IDC+**, 29,99 \$ LES 40 ML. PHARMACIES ET IDCDERMO.CA
- 4 GEL CRÈME AQUALIA THERMAL DE **VICHY**, 39,95 \$ LES 50 ML. PHARMACIES ET VICHY.CA
- 5 ÉLIXIR DE JEUNESSE KJ EAU DE BEAUTÉ 5 EN 1 DE **KARINE JONCAS**, 38 \$ LES 240 ML. PHARMACIES ET KARINEJONCAS.COM
- 6 MASQUE À L'ARGILE RÉÉQUILIBRANT À L'EXTRAIT D'ÉPILOBE DES MORAINES SOS PURE DE **CLARINS**, 34 \$ LES 75 ML. CLARINS.COM

PHOTO: ISTOCK.COM/MAGÉHUB88 (TACHÉ)



**JB SKIN GURU FEATURED IN CHATELAINE MAGAZINE**  
SEPTEMBER 1ST, 2018 | PROVIDED BY ZOÏ AGENCY



## BEAUTÉ

en actifs», indique Marie-Claude Côté, directrice nationale de la formation chez Clarins. Grâce à sa texture beaucoup plus fluide qu'une crème, il est absorbé plus facilement et plus en profondeur par la peau. On l'utilise d'abord pour cibler certains problèmes cutanés, avant d'enchaîner avec la crème hydratante. « Les crèmes sont plus riches et gorgées d'agents hydratants », commente Nancy Labonté, formatrice internationale chez IDC+. Bien que les crèmes comportent souvent, elles aussi, des ingrédients actifs adaptés à différentes particularités, leur but principal demeure l'hydratation.



### Trousse peau mixte



- 1 NETTOYANT POUR LE VISAGE HYDRATATION ÉCLATANTE CLEANSING INFUSION D'OLAY, 10,99 \$ LES 150 ML. PHARMACIES, WALMART ET AMAZON.CA
- 2 SOIN ESSENTIEL VISAGE AU KOMBUCHA DE THÉ NOIR ANTI-POLLUTION DE FRESH, 85 \$ LES 150 ML. SEPHORA
- 3 GEL EXFOLIANT FRAÎCHEUR SOIN PURIFIANT DEEP CLEAN DE NEUTROGENA, 13,49 \$ LES 119 G. PHARMACIES, ÉPICERIES ET MAGASINS À GRANDE SURFACE
- 4 CRÈME HYDRATANTE FONDANTE EAU CELLULAIRE D'INSTITUT ESTHEDERM, 59 \$ LES 50 ML. SPA INSTITUT ESTHEDERM ET AMAZON.CA
- 5 SÉRUM DÉSALTÉRANT HYDRATATION 48 H CRÈME FRAÎCHE DE BEAUTÉ DE NUXE, 45 \$ LES 30 ML. PHARMACIES, LA BAIE D'HUDSON ET MURALE
- 6 MASQUE CLARIFIANT ET LISSANT ARGILE PURE DE L'ORÉAL PARIS, 14,99 \$ LES 50 ML. PHARMACIES, GRANDS MAGASINS ET AMAZON.CA

**Qu'est-ce qui distingue une crème de jour d'une de nuit ?** « La crème de jour protège des méfaits de la pollution et répond aux préoccupations beauté, tandis que la crème de nuit agit davantage en profondeur pour favoriser la régénération cellulaire et l'hydratation », soutient Marie-Claude Côté. La peau est en mode réparation durant la nuit. « On lui fournit des molécules qui viendront réparer les dommages faits durant la journée », précise Nancy Labonté.

**À quoi servent les masques ?** « Un masque est un soin complémentaire qui s'applique idéalement après le gom-

mage, lorsque la peau est plus réceptive, une ou deux fois par semaine, ou plus fréquemment au besoin », explique Marie-Claude Côté. Le but est d'offrir une dose concentrée d'actifs à la peau. Populaires depuis nombre d'années, les masques en gel et en crème, avec ou sans rinçage, sont toujours d'actualité. Même chose pour les masques purifiants à l'argile. Plusieurs marques beauté ont commencé à ajouter des masques en feuille à leur gamme de soins. Outre les masques en papier imprégnés de lotion, il existe des versions en hydrogel qui voient leur cote grimper. Anne-Sophie Brillouet, directrice de la recherche et

du développement des soins du visage chez Aveeno et Neutrogena, vante les mérites de ces derniers : ils adhèrent mieux au visage et ont moins tendance à couler. « Toutes les femmes n'ont pas la même dimension de visage, ni les yeux et la bouche équidistants, dit-elle. Les nouveaux masques en deux parties offrent une solution adaptable et une expérience plus confortable. »

### Comment faire une bonne exfoliation ?

Il y a plus d'une façon de se débarrasser des particules polluantes, des irrégularités de l'épiderme et des cellules mortes qui ternissent le teint. Le gommage avec grains, ou mécanique, est effectué par le frottement d'un soin à petites granules contre la peau. L'exfoliation chimique, moins agressive, se fait à l'aide d'une formule comportant des acides de fruits (les AHA). À quelle fréquence faut-il s'exfolier ? La D<sup>re</sup> Sonya Abdulla recommande une ou deux fois par semaine. Les personnes ayant la peau grasse peuvent se permettre de le faire plus souvent si elles ne souffrent pas de sensibilité cutanée. À noter qu'on devrait aussi adapter le nombre de gommages à la saison. « On les espace en hiver, lorsque la peau est plus sensible et déshydratée », précise-t-elle.

### Quel exfoliant choisir ?

Peau normale On peut avoir recours



### Trousse peau sensible

- 1 GEL NETTOYANT HYDRATANT PEAU SENSIBLE ULTRA-CALMING ACTIVE NATURALS D'AVEENO, 10,99 \$ LES 141 G. ÉPICERIES, PHARMACIES ET MAGASINS À GRANDE SURFACE
- 2 EAU MICELLAIRE ULTRA PEAUX SENSIBLES DE LA ROCHE-POSAY, 19,95 \$ LES 400 ML. PHARMACIES ET LA ROCHE-POSAY.CA
- 3 MASQUE EXFOLIANT À L'ARGILE PORE EXTRACTOR PURITY MADE SIMPLE DE PHILOSOPHY, 39 \$ LES 75 ML. SEPHORA ET GALERIEBEAUTE.CA
- 4 CRÈME APAISANTE PEAUX SENSIBLES INTOLÉRANTES SENSIBIO RICH DE BIODERMA, 29,95 \$ LES 40 ML. PHARMACIES
- 5 SÉRUM EARLY DEFENCE DE N° 7, 31 \$ LES 30 ML. PHARMAPRIX ET GALERIEBEAUTE.CA
- 6 MASQUE ÉCLAT INSTANTANÉ ROSIER SAUVAGE BIOREGENERATE SPECIAL EFFECT DE PAI, 64 \$ LES 75 ML. ETIKET ET THEDETOMXMARKET.CA



**JB SKIN GURU FEATURED IN CHATELAINE MAGAZINE**  
SEPTEMBER 1ST, 2018 | PROVIDED BY ZOÏ AGENCY

# CHATELAINE

à l'exfoliation mécanique ou chimique pour zapper les cellules mortes et permettre aux autres soins de la peau d'agir avec un maximum d'efficacité. Une formule à base d'acide glycolique convient à presque tous les types de peau. Mais attention toutefois : les épidermes sensibles doivent s'abstenir !

**Peau sèche ou sensible** Jennifer Brodeur suggère d'appliquer un acide lactique (plus doux que le glycolique), qui aidera aussi à améliorer l'hydratation de la peau.

**Peau grasse ou mixte** On peut opter pour un exfoliant mécanique (à granules fines comme les sphères de cire de jojoba, qui roulent doucement sur la peau), ou encore pour une formule à l'acide salicylique, la star de l'exfoliation qui régularise la production de sébum et réduit la formation de bactéries.

**Peau à tendance acnéique** « J'adore l'acide salicylique, car il a un effet anti-inflammatoire et antibactérien ! » souligne Jennifer Brodeur.

**Peau mature** L'acide glycolique aide à assimiler le collagène, ce qui aura comme effet de repulper la peau. Sans oublier ses vertus éclaircissantes et lissantes pour le teint.

**Quelles sont les différences majeures entre les routines de soins occidentales**

**et orientales ?** Il y a quelques années à peine, nous avons découvert avec étonnement les rituels beauté coréens, japonais et taiwanais, en particulier la routine de nettoyage de la peau à 10 ou 12 étapes.

Alors qu'ici on met l'accent sur la rapidité des gestes et sur des produits qui visent plus d'un objectif, les *beautistas* asiatiques ont peaufiné l'art d'atteindre une carnation parfaite avec un long rituel.

Les principales différences ? Les Orientales misent sur certaines étapes souvent oubliées par les Nord-Américaines. Le double nettoyage de la peau (d'abord avec un produit à base d'huile, suivi d'un soin à base d'eau), l'utilisation de la lotion tonique et des masques en feuille, et l'application d'une protection solaire beau temps, mauvais temps sont des piliers de leur routine. Chez nous, le tonique est parfois intégré dans le soin nettoyant, ou alors on omet tout simplement de l'appliquer. Les masques en feuille gagnent en popularité, mais on a tendance à les réserver aux occasions spéciales. En revanche, il n'est pas rare qu'une Coréenne en utilise plusieurs fois par semaine. Quant à la protection solaire, peu d'Occidentales s'en préoccupent. De leur côté, les Coréennes et les Japonaises ne quittent jamais la maison sans un FPS 50 ! ♦

## INGRÉDIENTS-VEDETTES

ILS SUSCITENT LA CURIOSITÉ EN CE MOMENT, MAIS ILS ONT AUSSI FAIT LEURS PREUVES, QUESTION EFFICACITÉ.

### Le sucre

Souvent utilisé dans les gommages corporels, le sucre est un ingrédient naturel. « On choisit un soin dans lequel le sucre est le plus fin possible afin qu'il ne soit pas irritant pour la peau », recommande Jennifer Brodeur.

### L'or

Lorsqu'il est bien formulé, l'or peut aider à lutter contre le stress oxydatif provoqué par la pollution. « Il est anti-inflammatoire et c'est aussi un bon booster pour le système immunitaire », poursuit Jennifer Brodeur.

### Le thé vert

Riche en antioxydants, l'extrait de thé vert vit un regain de popularité. « Il y a vraiment une tendance au retour vers les ingrédients d'extraits naturels, car les consommateurs leur font confiance », soutient Anne-Sophie Brillouet.

### L'Oxygeskin<sup>MD</sup>

On parle de plus en plus de la pollution numérique, soit les ondes émises par les mille et un écrans qui nous entourent. Oxygeskin<sup>MD</sup> est un extrait naturel de la fleur de capucine. « Il protège la peau contre la pollution numérique et la lumière bleue, un facteur majeur du vieillissement cutané », explique Nancy Labonté. On l'emploie notamment dans les masques et les exfoliants.

**Trousse peau mature**

**1** GELÉE NETTOYANTE À L'EAU AQUA RÉOTIER DE L'OCCITANE EN PROVENCE, 29 \$ LES 195 ML. L'OCCITANE EN PROVENCE, LA BAIE D'HUDSON ET LOCCITANE.COM **2** LOTION TONIQUE FRAÎCHEUR VISAGE DE JUVENTE, 36 \$ LES 180 ML. SUPERMARCHÉS AVRIL ET JUVENTEDC.COM **3** SOIN EXFOLIANT ET HYDRATANT PROBIOTIC SKIN REFINER DE THE BEAUTY CHEF, 80 \$ LES 100 ML. THEDETOXMARKET.CA **4** CRÈME RÉGÉNÉRANTE ANTI-RIDES EXTRA-FIRMING NUIT DE CLARINS, 93 \$ LES 50 ML. GRANDS MAGASINS, PHARMACIES ET CLARINS.COM **5** SÉRUM ÉNERGISANT NEW AGE UPLIFT DE MARCELLE, 94 \$ LES 30 ML. MARCELLE.COM **6** MASQUE SUPER HYDRATANT BONNE MINÉ MOISTURE BOMB DE GARNIER SKIN ACTIVE, 3,99 \$ LE MASQUE. PHARMACIES



JB SKIN GURU FEATURED IN CHATELAINE MAGAZINE  
SEPTEMBER 1ST, 2018 | PROVIDED BY ZOÏ AGENCY