



Sérum D'acide Hyaluronique Pour Une Peau Plus Résistante Cet Hiver

L'acide hyaluronique a la capacité remarquable de contenir 1000 fois son poids en humidité, permettant à la peau de conserver une hydratation durable et nécessaire

La plupart d'entre nous ont déjà souffert de problèmes de peau lorsque la température se refroidit ou lors de brusques changements climatiques. Les symptômes comme la peau sèche, squameuse et rougie peuvent être aussi prévisibles que le changement de saison. Ce que vous ne réalisez peut-être pas, c'est que l'air intérieur chauffé qui réduit l'humidité est autant à blâmer que les basses températures et l'air froid et sec à l'extérieur.

Cependant, quelle que soit la cause, la question demeure: comment donner à votre peau un coup de pouce qui apaise les rougeurs, la peau qui pèle et prévient la perte d'hydratation, sans changer toute votre routine de soin?

Ne changez pas tout – ajoutez seulement un sérum d'acide hyaluronique

Souvent, vous verrez des recommandations pour changer tous vos produits de soins de la peau en hiver, en passant à plus de formules émollientes. Bien que cela fonctionne pour certaines personnes, ceux qui ont une peau grasse ou mixte peuvent trouver des produits riches et gras; ceux qui ont

la peau légèrement sèche peuvent les trouver occlusifs. Nous vous recommandons donc de conserver les meilleurs produits de base pour votre type de peau et vos préoccupations, et d'utiliser un sérum d'acide hyaluronique pour personnaliser de façon saisonnière votre routine de soins de la peau existante.

Les bienfaits d'un sérum à l'acide hyaluronique

L'acide hyaluronique a la capacité remarquable de contenir 1000 fois son poids en humidité, permettant à la peau de conserver une hydratation durable et nécessaire. Il fournit également des antioxydants et des supports d'hydratation comme les céramides et le cholestérol, qui sont naturellement présents dans les peaux jeunes et lisses. L'acide hyaluronique a également des propriétés calmantes, et fonctionne pour tous les types de peau, même si vous êtes enclin à faire les poussées de boutons.

Comment utiliser les sérums à base d'acide hyaluronique

Si votre peau est sèche et/ou déshydratée, vous bénéficierez d'une utilisation bi-quotidienne de votre sérum d'acide hyaluronique. Si votre peau est normale, miste ou grasse, vous pouvez même utiliser que votre sérum d'acide hyaluronique deux fois par jour ou une fois par jour si vous le combinez avec votre crème de jour habituelle.

Il n'y a pas de règle exacte à suivre – notez simplement comment votre peau réagit et ajustez au besoin. Quel que soit votre type de peau, l'acide hyaluronique améliorera votre hydratation pour vous permettre de traverser les mois froids et secs sans rougeurs avec un teint éclatant et une peau douce et souple.

Mes suggestions de sérums d'acide hyaluronique



Gel Hydratant B5 de Vivier Skin, 79 \$ pour 30 ml, disponible en ligne [chez Vivier](#).



Sérum à l'acide hyaluronique Water Drench de Peter Thomas Roth, 81 \$ pour 30 ml, disponible en ligne [chez Sephora](#).



Aqualia Thermal Serum puissant de Vichy, 42 \$ pour 30 ml, disponible en ligne [chez Vichy](#).