



NUOO

L'expérience beauté naturelle

DOSSIER BEAUTÉ NUOO

LES 3 GESTES ESSENTIELS POUR LA BEAUTÉ DE MA PEAU

UN SECRET DE BEAUTÉ

Les essentiels

Le secret d'une belle peau ? 3 gestes essentiels, qui, appliqués au quotidien, changent tout. On adopte alors le triple nettoyage, qui comprend une étape de démaquillage, de nettoyage et d'hydratation. Ensuite, le coup d'éclat intervient avec un exfoliant. On termine par une huile de beauté qui, aux vertus multiples, illumine notre teint.

Prêtes à adopter ces 3 gestes beauté essentiels ? On vous en dit plus dans ce dossier beauté qui détaillera aussi chaque type de peau pour trouver sa routine idéale.

Retrouvez tous nos dossiers beauté et les produits conseillés sur www.nuobox.com



NUOO

L'expérience beauté naturelle

DOSSIER BEAUTÉ NUOO

LES 3 GESTES ESSENTIELS POUR LA BEAUTÉ DE MA PEAU

POUR CHOISIR SA ROUTINE BEAUTÉ ET LES PRODUITS ADAPTÉS, IL EST IMPORTANT DE BIEN CONNAITRE SON TYPE DE PEAU, PUIS SON ÉTAT. ON DISTINGUE 4 GRANDS TYPES DE PEAU, QUI SE DISTINGUENT PAR LEUR QUANTITÉ DE SÉBUM, ELLE-MÊME DÉTERMINÉE PAR NOTRE HÉRITAGE GÉNÉTIQUE.

PEAU SÈCHE

Réparer - Nourrir - Protéger

La peau sèche est le plus souvent fine et belle, avec des pores resserrés, mais elle est source d'inconfort et de tiraillements. La couche cornée de la peau peut manquer d'eau et le film hydrolipidique peut être endommagé ou trop fin : elle est donc à la fois sèche et déshydratée. La peau ne parvient pas à se protéger puisqu'elle manque de lipides pour maintenir son hydratation, elle a tendance à desquamer.

PEAU MIXTE

Réguler - Purifier - Protéger

La peau mixte est le type de peau le plus courant. Elle se caractérise par une zone T grasse (du front au menton) et par une zone sèche ou normale sur les joues. Confortable, la peau mixte peut être sujette aux imperfections, aux irrégularités du teint ou à un excès de sébum.

PEAU GRASSE

Équilibrer - Nourrir - Protéger

La peau grasse produit du sébum en excès. Elle se caractérise par des brillances, une peau épaisse et terne, des pores dilatés, la présence d'imperfections. La peau peut devenir grasse pour différentes raisons, notamment des raisons hormonales, à cause de la pollution, du stress. L'utilisation à tort de produits cosmétiques trop décapants en fait souvent une peau déshydratée.

PEAU NORMALE

Équilibrer - Tonifier - Protéger

Contrairement aux idées reçues, **la peau normale est une peau rare !** Ni sèche, ni grasse, elle ne tiraille pas, présente peu ou pas de rougeurs, est douce et lisse au toucher et a des pores resserrés. L'objectif ? Entretenir le bon équilibre du film hydrolipidique de la peau, la protéger des agressions extérieures, conserver son éclat.

Retrouvez tous nos dossiers beauté et les produits conseillés sur www.nuobox.com



NUOO

L'expérience beauté naturelle

DOSSIER BEAUTÉ NUOO

LES 3 GESTES ESSENTIELS POUR LA BEAUTÉ DE MA PEAU

UNE FOIS SON TYPE DE PEAU DÉTERMINÉ, ON SE PENCHE SUR SON ÉTAT. L'ÉTAT DE PEAU EST DÉTERMINÉ PAR DES FACTEURS EXTERNES : ENVIRONNEMENT, POLLUTION, STRESS, ALIMENTATION, CHANGEMENT HORMONAL, ÂGE... L'ÉTAT DE NOTRE PEAU PEUT DONC VARIER AU COURS DE NOTRE VIE.

PEAU SENSIBLE

La peau sensible est une peau réactive. Elle réagit excessivement aux agressions extérieures telles que la pollution, la chaleur, le froid, la météo ou encore le stress, ou à l'utilisation de cosmétiques inadaptés. Elle peut être associée aux types de peaux mixte, sèche ou grasse. La peau sensible a tendance à rougir, particulièrement au niveau des joues, et peut provoquer des démangeaisons et/ou une sensation de brûlure.

PEAU TERNE

La peau terne comme son nom l'indique manque d'éclat. Le teint fatigué manque d'homogénéité, peut connaître des zones à la couleur grisâtre.

PEAU DÉSHYDRATÉE

La peau déshydratée est un état de peau passager. La peau manque alors d'eau et se traduit en apparence par des ridules de déshydratation, un effet "papier froissé" lorsque l'on pince la peau. Soit il s'agit d'un état éphémère en raison d'un changement de rythme de vie soit la peau ne parvient pas à maintenir l'eau car son film hydrolipidique est endommagé.

PEAU MATURE

Une peau dite mature ou sénescence n'est pas déterminée par l'âge mais par la situation hormonale qui entraîne de forts changements. La baisse des hormones féminines se ressent sur la peau : perte de fermeté, assèchement, sensibilités...

Retrouvez tous nos dossiers beauté et les produits conseillés sur www.nuobox.com



NUOO

L'expérience beauté naturelle

DOSSIER BEAUTÉ NUOO

LES 3 GESTES ESSENTIELS POUR LA BEAUTÉ DE MA PEAU

POUR DÉTERMINER SON TYPE DE PEAU, ON PEUT SE POSER PLUSIEURS QUESTIONS :

EN OBSERVANT

1. Ai-je des brillances au niveau de la zone T ?
2. Ai-je des points noirs et/ou comédons ?
3. Mon teint est-il terne ou lumineux ?
4. Ai-je souvent des rougeurs et si oui quand ?
5. Ma peau manque-t-elle de fermeté ?
6. Ai-je la peau qui pèle (desquame) ?

EN RESSENTANT

1. Ma peau tiraille-t-elle après le nettoyage ?
2. Ma peau est-elle plutôt fine ou épaisse ?
3. Ma peau est-elle confortable au toucher ?
4. Ma peau est-elle douce ou rêche au toucher ?

POUR EN SAVOIR PLUS
SUR VOTRE TYPE DE
PEAU, RÉALISEZ VOTRE
DIAGNOSTIC BEAUTÉ
SUR NOTRE SITE



Quel est mon
type de peau ?

MON DIAGNOSTIC

Retrouvez tous nos dossiers beauté et les produits conseillés sur www.nuobox.com



NUOO

L'expérience beauté naturelle

DOSSIER BEAUTÉ NUOO

LES 3 GESTES ESSENTIELS POUR LA BEAUTÉ DE MA PEAU

Geste essentiel n°1

LE TRIPLE NETTOYAGE

Le triple nettoyage consiste à démaquiller et nettoyer sa peau en **3 étapes rapides et complètes** pour une peau belle, saine et hydratée. D'abord, on commence par **démaquiller sa peau à l'huile**, puis on **nettoie sa peau** avec un gel, une mousse ou un savon saponifié à froid avant de terminer par une **lotion tonique**.

Le démaquillage à l'huile

Démaquiller son visage avec de l'huile permet de débarrasser efficacement la peau de toutes ses impuretés en douceur et sans l'agresser. Le maquillage, les traces de pollution, les toxines, sont des corps gras, et il n'y a rien de mieux que le « bon gras » pour ôter le gras ! Pour se démaquiller, il suffit de verser l'huile au creux de ses mains puis de l'appliquer directement sur sa peau sèche par massages circulaires. On peut alors rincer ou appliquer directement le nettoyant sur la peau que l'on aura humidifiée.

Le nettoyage de la peau

Après le démaquillage (rincé ou non), on nettoie sa peau en la massant délicatement avec un gel nettoyant doux, une mousse nettoyante ou un savon saponifié à froid. Composés de tensioactifs, ces derniers « emprisonnent » les corps gras et l'huile pour une peau nette parfaitement propre. L'astuce ? On peut opter pour une éponge Konjac, normale ou enrichie en actifs (charbon actif détoxifiant, argile rose...) pour pratiquer une micro exfoliation de la peau à l'aide de massages circulaires. L'éponge Konjac rééquilibre le pH des peaux mixtes ou grasses.

La lotion tonique

La lotion tonique (ou lotion florale), comme son nom l'indique, va tonifier, rafraîchir et rééquilibrer la peau. Il débarrasse la peau des résidus de calcaire et la prépare à recevoir les soins suivants (sérum, crème, huile). Pour l'appliquer, on vaporise sur l'ensemble du visage ou l'on applique la lotion à l'aide d'un coton.

Retrouvez tous nos dossiers beauté et les produits conseillés sur www.nuobox.com



NUOO

L'expérience beauté naturelle

DOSSIER BEAUTÉ NUOO

LES 3 GESTES ESSENTIELS POUR LA BEAUTÉ DE MA PEAU

Geste essentiel n°2 LE COUP D'ÉCLAT

Le coup d'éclat, comme son nom l'indique, consiste à apporter un « coup d'éclat » à la peau. Le teint doit retrouver son **homogénéité** et sa lumière pour un véritable **effet bonne mine**.

L'objectif du coup d'éclat

1. Eliminer les cellules mortes de la couche cornée et activer le renouvellement cellulaire
2. Raviver et illuminer les teints ternes
3. Rendre la peau plus disponible pour les soins
4. Limiter l'occlusion des pores et l'apparition des points noirs

Miser sur l'exfoliation

Il existe 2 types d'exfoliation :

- L'exfoliation mécanique : gommage à grains
- L'exfoliation chimique : masque aux enzymes ou acides de fruits

Quel coup d'éclat pour quelle problématique ?

- Imperfections : on mise sur une exfoliation chimique de type enzymatique et/ou avec acides de fruits (acide salicylique) qui va assainir, purifier et apaiser l'inflammation responsable des imperfections.
- Manque d'éclat : on mise sur une exfoliation chimique de type enzymatique et/ou avec acides de fruits (acide glycolique) qui va grignoter les petites cellules mortes responsables du manque d'éclat de la peau.
- Sensibilité : on mise sur une exfoliation chimique douce (acide glycolique ou acide lactique) qui va donner un coup d'éclat sans aggraver la peau.
- Brillance : on mise sur une exfoliation chimique de type enzymatique et/ou avec acides de fruits (acide salicylique) qui va purifier et hydrater la peau.

Retrouvez tous nos dossiers beauté et les produits conseillés sur www.nuobox.com



NUOO

L'expérience beauté naturelle

DOSSIER BEAUTÉ NUOO

LES 3 GESTES ESSENTIELS POUR LA BEAUTÉ DE MA PEAU

Geste essentiel n°3 L'HUILE DE BEAUTÉ

L'huile de beauté est **issue des plantes** : fruits, pépins, noyaux, légumes, fleurs... Sa spécificité réside dans les « actifs » qu'elle contient, et qui se trouvent dans les plantes dont elle est provient. Ces actifs sont majoritairement constitués de **vitamines A, E, D et K** et d'acides gras essentiels.

Des vertus multiples

L'huile de beauté a des vertus multiples. D'abord, elle est légère, fluide et pénètre rapidement la peau. Grâce à sa concentration en actifs, elle maintient l'hydratation de la peau en reconstituant le film hydrolipidique. Elle protège, adoucit, assouplit et repulpe toutes les peaux. Riche en acides gras insaturés, elle pénètre bien l'épiderme tout en prévenant du vieillissement prématuré.

L'huile de beauté pour tous les types de peaux

Elle ne présente aucune contre-indication et est même recommandée dans le traitement de certains problèmes comme l'eczéma ou les imperfections. Utilisée en soin protecteur ou en sérum, elle est une véritable cure de beauté pour notre peau. Contrairement aux idées reçues, elle est conseillée pour les peaux à tendance grasse : si vous donnez à votre peau le « bon gras » dont elle a besoin pour se protéger, elle cessera naturellement de produire excessivement du sébum.

Quelle huile végétale pour ma peau ?

J'ai la peau normale... : jojoba, abricot, rose musquée

J'ai la peau sèche... : avocat, onagre, bourrache, argan, rose musquée

J'ai la peau mixte à grasse... : jojoba, neem, nigelle, pépins de raisin

Retrouvez tous nos dossiers beauté et les produits conseillés sur www.nuobox.com



PEAU NORMALE : MA ROUTINE SUR-MESURE

Hydrater - Protéger - Illuminer

ÉTAPE 1

Le triple nettoyage

Je débute avec une huile démaquillante à base d'huiles végétales illuminatrices, puis j'applique un gel nettoyant à base d'acides de fruits associé à une éponge Konjac à l'argile rose pour une peau propre et lumineuse avant de vaporiser une eau tonique antioxydante pour tonifier et hydrater.

ÉTAPE 2

Le coup d'éclat

J'adopte 1 à 2 fois par semaine un exfoliant enzymatique qui va grignoter les cellules mortes de ma peau pour favoriser son éclat sans l'agresser. Pour encore plus d'éclat, je fais suivre l'exfoliation d'un masque hydratant et enveloppant. Coup d'éclat garanti !

ÉTAPE 3

L'huile de beauté

Fluide et pénétrante, j'opte pour une huile antioxydante et éclat de rosier sauvage. Véritable coup d'éclat et cure de beauté pour la peau, cette huile est le soin multi-fonctions par excellence : elle hydrate, nourrit, raffermi, illumine, repulpe et tonifie la peau.

L'ASTUCE NUOO

Remplacer sa crème du soir par l'huile de beauté ou lui ajouter quelques gouttes.



Le soin nutritif de nuit

On mise sur un soin réparateur intense qui va agir en profondeur pendant la nuit. Enrichi en baies lettones de framboises et de mûres jaunes, ce soin 2-en-1 crème et masque de nuit hydrate et repulpe la peau en profondeur.

MASQUE VISAGE ET CRÈME DE NUIT ENERGY BOOST, MOSSA



PEAU NORMALE : MA ROUTINE SUR-MESURE

Ma sélection produits



- 1 -
LA CANOPÉE

Huile intense
démaquillante



- 2 -
EVOLVE BEAUTY

Nettoyant papaye
et baie de goji



- 3 -
THE KONJAC SPONGE

Éponge konjac à l'argile rose



- 5 -
DENOVO

Exfoliant
enzymatique éclat



- 4 -
CLOCHEE

Lotion tonique
antioxydante



- 6 -
PAI SKINCARE

Huile biogénérée
de rosier sauvage



PEAU SÈCHE : MA ROUTINE SUR-MESURE

Réparer - Nourrir - Protéger

ÉTAPE 1

Le triple nettoyage

On opte pour une huile démaquillante douce qui emprisonne les impuretés tout en laissant la peau confortable et hydratée. Pour parfaire ce démaquillage, on vient nettoyer en douceur avec un baume enveloppant que l'on retire à l'aide d'un linge humide et chaud. Pour finir on applique une eau florale de camomille reconnue pour ses vertus régénérantes et apaisantes.

ÉTAPE 2

Le coup d'éclat

La peau sèche a du mal à éliminer ses cellules mortes responsables du manque d'éclat et du teint terne. Choisissez alors une exfoliation enzymatique sans effet abrasif puisque sans grains, aux acides de fruits, AHA et BHA qui vont grignoter les cellules mortes pour faire peau neuve ! Pour donner du confort à votre peau, optez pour un masque nourrissant 2 fois par semaine après l'exfoliation.

ÉTAPE 3

L'huile de beauté

Mettez le cap sur une huile nourrissante et réparatrice ! Pour cela, privilégiez une huile végétale riche composée d'un cocktail d'huiles exceptionnelles comme les huiles de rose musquée, d'argan, de jojoba ou encore d'avocat.

L'ASTUCE NUOO

Remplacer sa crème du soir par l'huile de beauté ou lui ajouter quelques gouttes.



Le soin nutritif de nuit

On mise sur un masque hydratant intense qui va apporter confort et protection à la peau. Enrichi en grenade adoucissante et antioxydante, ce masque est l'allié de nos longues nuits de sommeil !

MASQUE DE NUIT SUPERFOOD GRENADE, APOTHECARY



PEAU SÈCHE : MA ROUTINE SUR-MESURE

Ma sélection produits



- 1 -
CLOCHEE

Huile démaquillante
douce



- 2 -
PAI SKINCARE

Nettoyant doux
hydratant



- 3 -
BALM BALM

Eau florale de camomille



- 4 -
LA CANOPÉE

Masque aux acides de
fruit exfoliation parfaite



- 5 -
GAÏNA

Masque adoucissant
et hydratant



- 6 -
EVOLVE BEAUTY

Huile visage miracle



PEAU GRASSE : MA ROUTINE SUR-MESURE

Réguler - Hydrater - Assainir

ÉTAPE 1

Le triple nettoyage

Je me démaquille avec une huile purifiante à base d'huiles végétales régulatrices et non comédogènes (ne provoquent pas de petites imperfections), puis je nettoie ma peau avec un gel nettoyant associé à une éponge Konjac au charbon actif afin de purifier sans décaper. Je termine avec une eau florale rafraîchissante et antibactérienne.

ÉTAPE 2

Le coup d'éclat

J'opte pour un exfoliant enzymatique purifiant aux extraits de Kaolin et à l'action normalisante 1 à 2 fois par semaine pour nettoyer et assainir ma peau. Pour parfaire l'action équilibrante tout en hydratant la peau, je fais suivre d'un masque purifiant doux.

ÉTAPE 3

L'huile de beauté

Je privilégie une huile légère et rééquilibrante. Elle va aider ma peau à réguler sa production de sébum tout en l'apaisant. Je peux la faire suivre, si ma peau a tendance à briller, d'une crème matifiante ou d'une poudre libre matifiante incolore.

L'ASTUCE NUOO

Remplacer sa crème du soir par l'huile de beauté ou lui ajouter quelques gouttes.



Le soin nutritif de nuit

On mise sur une huile régénérante et cicatrisante aux huiles essentielles de myrte, d'immortelle, d'origan et de géranium rosat. Apaisante, elle apporte aussi de la relaxation avant d'aller dormir.

MON HUILETTE NIGHT, LES HUILETTES



PEAU GRASSE : MA ROUTINE SUR-MESURE

Ma sélection produits



- 1 -
KOZMETICS

Huile démaquillante
purifiante



- 3 -
THE KONJAC SPONGE

Éponge konjac au charbon actif



- 2 -
LA CANOPÉE

Gelée noire
nettoyante aux
actifs purifiants



- 5 -
DENOVO

Exfoliant
enzymatique purifiant



- 4 -
INDEMNE

Eau de génie le soin
aux 4 esprits



- 6 -
SKIN & TONIC

Huile de beauté
détox



PEAU MIXTE : MA ROUTINE SUR-MESURE

Réguler - Hydrater - Unifier

ÉTAPE 1

Le triple nettoyage

Je me démaquille avec une huile purifiante à base d'huiles végétales régulatrices et non comédogènes (ne provoquent pas de petites imperfections), puis je nettoie ma peau avec un gel nettoyant associé à une éponge Konjac à l'argile verte afin d'assainir et de rééquilibrer le pH de la peau. Je termine avec une eau florale rafraîchissante et équilibrante.

ÉTAPE 2

Le coup d'éclat

J'opte pour un exfoliant enzymatique purifiant aux extraits de Kaolin et à l'action normalisante 1 à 2 fois par semaine pour nettoyer et assainir ma peau. Pour parfaire l'action équilibrante tout en hydratant la peau, je fais suivre d'un masque hydratant doux.

ÉTAPE 3

L'huile de beauté

Je privilégie une huile légère, équilibrante et hydratante. Elle va aider ma peau à réguler sa production de sébum tout en lui donnant un toucher velouté. Je peux la faire suivre, si ma peau a tendance à briller, d'une crème matifiante ou d'une poudre libre matifiante incolore.

L'ASTUCE NUOO

Remplacer sa crème du soir par l'huile de beauté ou lui ajouter quelques gouttes.



Le soin nutritif de nuit

On mise sur une huile régénérante et cicatrisante aux huiles essentielles de myrte, d'immortelle, d'origan et de géranium rosat. Apaisante, elle apporte aussi de la relaxation avant d'aller dormir.

MON HUILETTE NIGHT, LES HUILETTES



PEAU GRASSE : MA ROUTINE SUR-MESURE

Ma sélection produits



- 1 -
KOZMETICS

Huile démaquillante
purifiante



- 3 -
THE KONJAC SPONGE

Éponge konjac à l'argile verte



- 2 -
LA CANOPÉE

Gelée noire
nettoyante aux
actifs purifiants



- 5 -
DENOVO

Exfoliant
enzymatique purifiant



- 4 -
INDEMNE

Eau de génie le soin
aux 4 esprits



- 6 -
MAISON MEUNIER

Sérum botanique
actif



NUOO

L'expérience beauté naturelle

DOSSIER BEAUTÉ NUOO

LES 3 GESTES ESSENTIELS POUR LA BEAUTÉ DE MA PEAU

UN DOUTE ? UNE QUESTION ?

Écrivez-nous

Si vous avez un doute ou envie d'une routine beauté plus personnalisée encore, écrivez-nous à hello@nuoo.fr !

Pour en savoir plus sur votre type de peau, réalisez dès à présent votre diagnostic beauté sur notre site, rubrique « Diagnostic beauté ».

Retrouvez tous nos dossiers beauté et les produits conseillés sur www.nuobox.com