

Edition : Juin 2025 P.36
 Famille du média : Médias spécialisés
 grand public
 Périodicité : Mensuelle
 Audience : 503000



Journaliste : MAGALI BERTIN
 Nombre de mots : 513

BIBA Académie

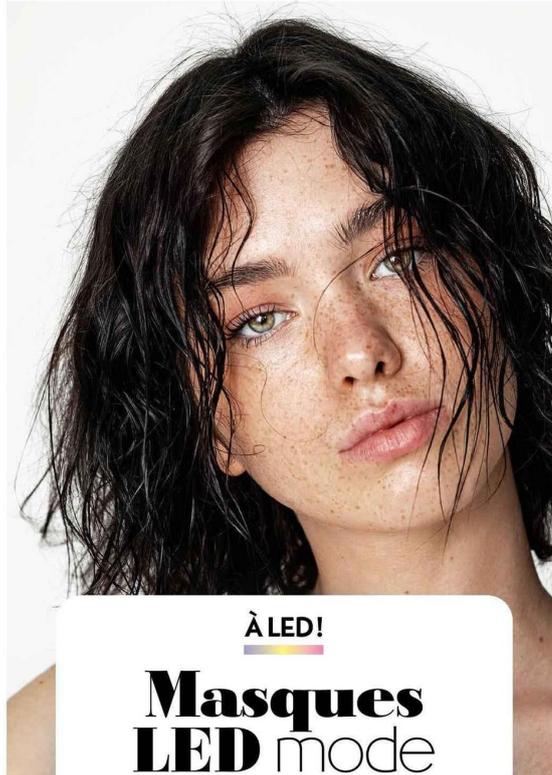
Décryptage

BEAUTY-TECH

Pas un scroll de feed Instagram sans tomber sur une influenceuse, masque LED plaqué sur le visage, en train de « prendre soin d'elle ». La techno ne date pourtant pas d'hier : les premières recherches sur les LED ont été réalisées par la NASA dans les années 90, suivies d'un usage médical et esthétique au début des années 2000. En 2013, le premier masque LED grand public sort chez Déesse Pro, une marque coréenne. Puis en 2016, Neutrogena lance son Light Therapy Acne Mask. En 2018, tout s'accélère : la marque française Talika commercialise son Genius Light, un masque au look de Daft Punk à poser sur les yeux. Un an plus tard, CurrentBody sort la version qu'on connaît aujourd'hui. Coup d'éclat : ce masque apparaît en 2020 dans « Emily in Paris » et c'est l'explosion.

ÇA MARCHE VRAIMENT, LES LED ?

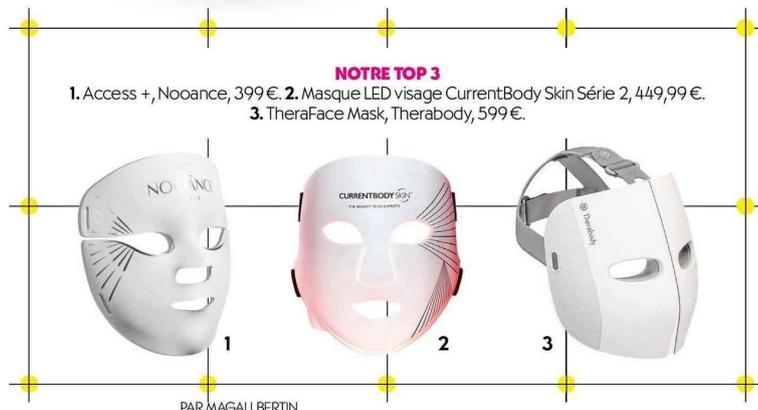
Oui ! Les masques LED fonctionnent grâce à la photobiomodulation : ils envoient de la lumière de différentes couleurs (longueurs d'onde spécifiques), sans chaleur ni douleur. Celle-ci pénètre à différentes profondeurs et stimule certaines cellules pour leur faire produire plus d'énergie ou modifier leur comportement. En gros, c'est comme si on « boostait » naturellement les fonctions de la peau. « Pour l'heure, la science a montré l'efficacité de trois longueurs d'onde uniquement, décrypte Laure Jacob, directrice marketing chez Nooance : certaines sont utilisées contre l'acné, d'autres boostent la régénération. » Pour toutes les autres couleurs, les seules études sont celles réalisées par les marques.



À LED!
Masques LED mode d'emploi
 Tout le monde en parle. Mais sont-ils vraiment efficaces et sans danger ?

COMMENT LES CHOISIR ?

« Il y a 4 critères à regarder, tous obligatoires, explique Laure Jacob. Si vous n'en avez que 3 sur 4, ce n'est pas bon ! »
Le premier : la bonne longueur d'onde. **Le deuxième :** la précision de la LED. Si l'écart est supérieur à 10 nanomètres, le faisceau n'ira pas assez loin. **Le troisième :** la puissance, qui doit être comprise entre 30 et 55 watts. En dessous, c'est inefficace ; au-dessus, on risque la surchauffe. **Le quatrième :** la couverture. Quand vous regardez le masque, il doit y avoir des LED partout. Idéalement, le positionnement doit leur permettre d'atteindre la peau à la perpendiculaire. « Je recommande de choisir un masque avec une seule couleur de LED. Certes, c'est moins fun, mais si on regarde les LED multicolores de près, on voit que le rond de l'ampoule est divisé en autant de couleurs qu'elle diffuse. Et si c'est divisé, c'est moins efficace. » À vérifier aussi : le confort – choisissez un masque avec du silicone médical – et assurez-vous qu'il s'agit de LED médicales. « Si ce n'est pas mentionné, ce sont les mêmes que celles de vos guirlandes de Noël... Pas super efficace », explique Laure Jacob.



YULIA BEZUGLIAYA/SHUTTERSTOCK PRESSE