



# beauté

*nos conseils  
soins,  
maquillage,  
cheveux...*



Veste Miu Miu.  
Ear cuff Reposi.

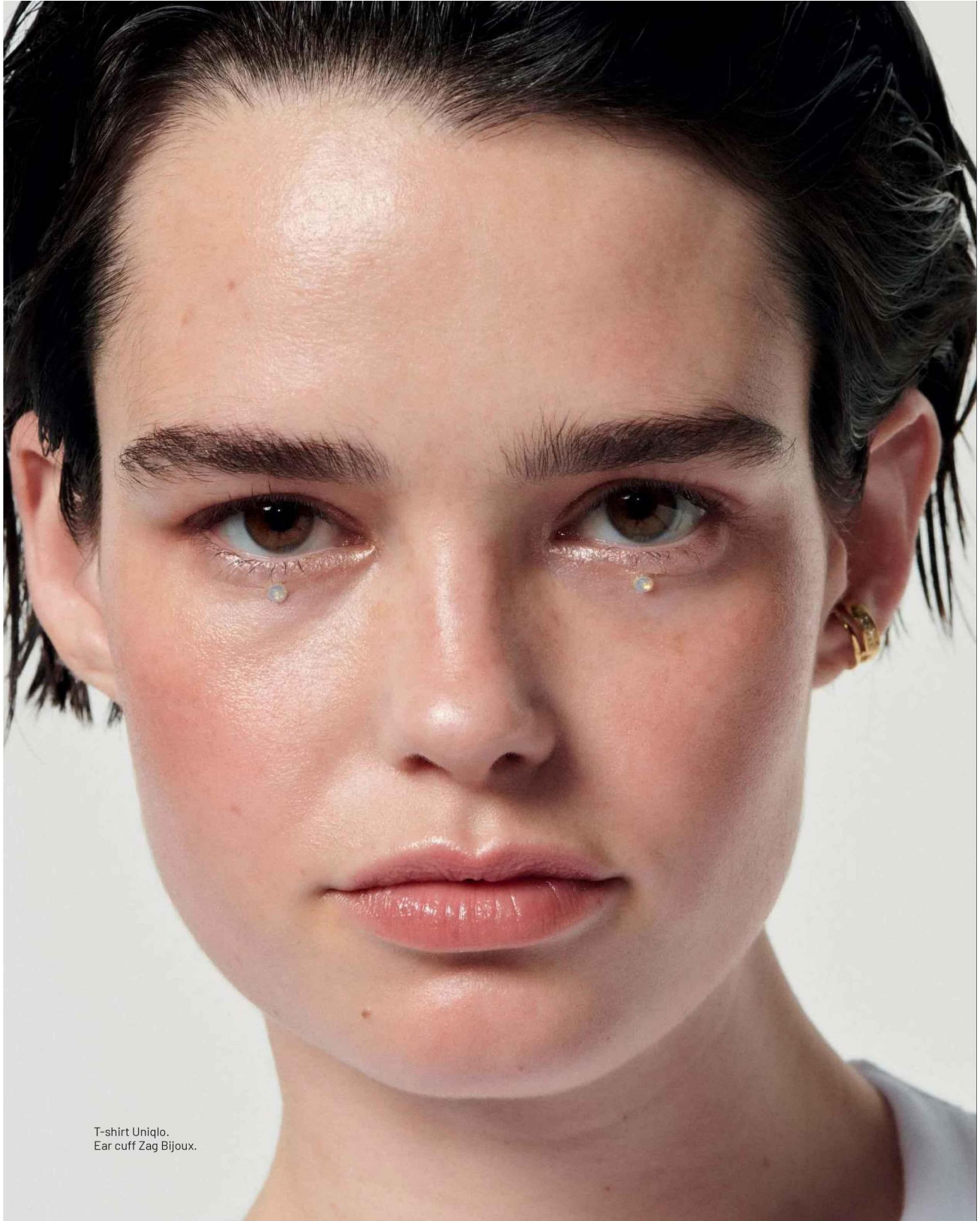
Sarah Hart/Oui Management, photographiée par Estelle Rancurel. Réalisation Agathe Gire.

# Les secrets *d'une peau* rayonnante

**Mode d'emploi** Et si afficher un épiderme en pleine santé était la clé pour se sentir bien dans son âge? Nos meilleurs conseils et soins ciblés pour gagner en netteté, en élasticité, en éclat...

Par Céline MOLLET Photos Estelle RANCUREL Réalisation Agathe GIRE

Le point commun entre Kate Winslet, Sophie Marceau et Andie MacDowell? Ces femmes éblouissantes incarnent leur âge avec grâce et éclat. Aujourd'hui, la tendance n'est plus au rajeunissement absolu mais au « well aging » (l'art de bien vieillir naturellement). L'objectif est d'accompagner les femmes au fil des décennies pour que leur peau reste resplendissante à tout moment. À 30 comme à 40 ou 60 ans, adoptez les bons réflexes cosmétiques et esthétiques pour un teint éclatant et un grain de peau presque parfait.



T-shirt Uniqlo.  
Ear cuff Zag Bijoux.

## Restaurer l'éclat

Le « glow » est le signe d'une peau saine. « Quand il y a de l'éclat, c'est que tout va bien », note le Dr Dennis Gross, dermatologue américain fondateur de la marque qui porte son nom. Et contrairement à la fermeté, le regain d'éclat peut être immédiat. Si votre teint est devenu terne, c'est principalement parce que votre renouvellement cellulaire est plus lent. Alors qu'il est d'environ vingt et un jours à 20 ans, il passe à environ trente jours après 50 ans. Résultat ? Les cellules mortes s'accumulent à la surface de la peau. La perte d'éclat peut également être due à une barrière cutanée fragilisée. « L'altération de cette dernière peut engendrer sécheresse et rougeurs », ajoute le spécialiste. Sa recommandation ? Intégrer un peeling doux à base d'acide lactique dans la routine de soins. En plus d'éliminer les cellules mortes, il stimule la production de collagène et d'élastine. C'est donc l'un des meilleurs alliés belle peau. « En revanche, mieux vaut éviter le gommage, préconise le dermatologue. Il est abrasif et altère la barrière cutanée. En plus, il n'a pas d'action sur la production de collagène. » En complément, une crème qui stimule l'oxygénation de la peau peut donner un coup de pouce pour raviver l'éclat. Enfin, pour restaurer la barrière cutanée, l'idéal est

de blinder sa peau d'huiles végétales ou de céramides, par exemple. Envie d'un effet bluff immédiat ? Le protocole Hydrafacial a fait ses preuves. Il connaît un vrai engouement : un soin est réalisé toutes les douze secondes dans le monde. « Cette technique assure un nettoyage en profondeur avec une extraction des comédons, une exfoliation douce et une hydratation en profondeur. Le résultat est immédiat : un teint lumineux, des pores resserrés, un grain de peau plus lisse », explique la Dre Charlene Gard, médecin référent au Medical Spa à la Thalasso & Spa Barrière La Baule. Préférez la version en cabinet médical, qui utilise des sérums plus puissants que ceux proposés en institut. Pour les épidermes nets, mais qui ont besoin d'un shot d'éclat, les machines high-tech destinées à réoxygéner la peau, type Oxygénéo, sont plus adaptées. « Elles obligent la peau à produire de l'oxygène de manière intrinsèque. En revanche, elles sont à éviter en cas de couperose ou de rosacée », prévient la médecin.



- 1 Nourissant Restorative Dual Acid Peel de Kat Burki, 164 € les 60 ml.
- 2 Doux Masque Visage AHA 10 % + PHA 10 % de Typology, 29,90 € les 50 ml.
- 3 Correcteur Le Lift Pro Gommage AHA Resurfaçant de Chanel, 170 € les 100 ml.
- 4 Illuminant Alpha Beta Daily Peeling Exfoliant de Dr Dennis Gross, 99 € les 30 sachets, chez Sephora.
- 5 Nocturne The Exceptional Peeling Nuit Chronobiologique de Noble Panacea, 315 € les 8 doses.
- 6 Oxygénant L'Appel de la Forêt Crème Lumière Éclat & Jeunesse de Garancia, 35,90 € les 30 ml.
- 7 Express Cure Éclat Beauté Éclair de Clarins, 42 € les 8 ml.

## Lisser le grain de peau

« On n'y pense pas forcément, mais le ralentissement du renouvellement cellulaire a un impact direct sur la qualité de peau », explique Ingrid Longuet Pernet, directrice de la formation et de la communication scientifique du Laboratoire Nuxe. Le derme se relâche, ce qui engendre des pores dilatés. La peau est également plus rugueuse. Certains actifs, comme le rétinol, ont un intérêt double puisqu'ils agissent à la fois sur le renouvellement épidermique et sur la synthèse de collagène. C'est aussi le cas de la molécule Alfa [3R] mise au point par Nuxe pour revitaliser, régénérer et resurfacer la peau. Cet agent double a donc une action en surface et en profondeur pour illuminer le teint. Encore une fois,

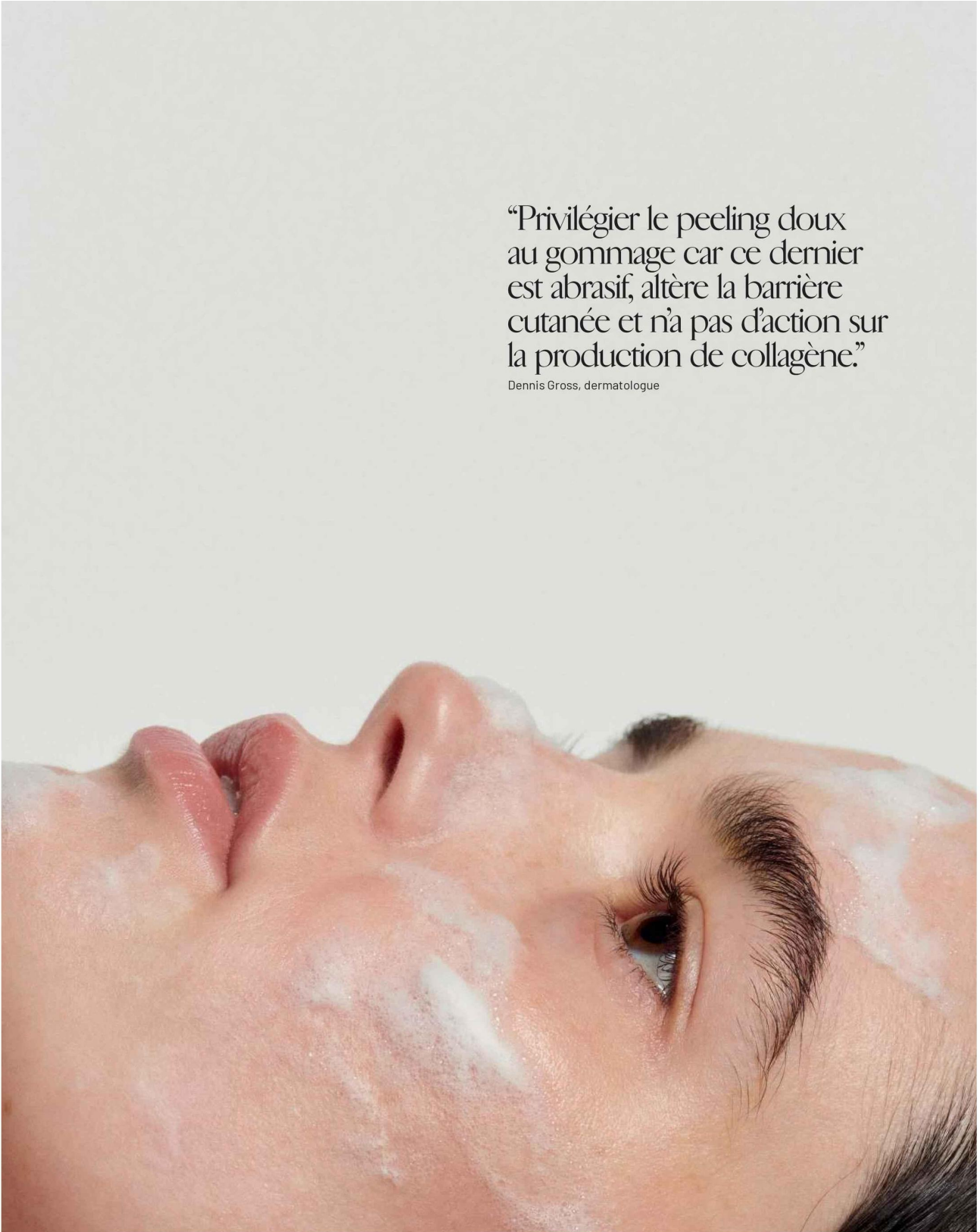
la médecine esthétique offre souvent un bon complément avec ses techniques express pour améliorer la qualité de peau de façon immédiate. « Le soin Hollywood Peel, par exemple, peut être une solution. C'est un masque au charbon, qui se désintègre sous l'impulsion du laser pour traiter l'éclat du teint, les pores dilatés », souligne la Dre Christina Shanouda, médecin référent chez Lazeo.



- 1 Rénovateur Peeling Marin Sérums Resurfaçant Intensif Nuit de Thalgo, 79 € les 30 ml.
- 2 Lissant Sérums Nuit Rénovateur au Rétinol de Payot, 57 € les 15 ml.
- 3 Régénérante Retinol + HPR Ceramide Aqua-Crème Régénérante d'Elizabeth Arden, 92 € les 50 ml.
- 4 Antioxydante Plant Stem Cell Retinol Alternative Moisturizer de Kora Organics, 66 € les 50 ml.
- 5 Polyvalent Concentré Beauté Vitamine C de Paoma, 105 € les 30 ml.

“Privilégier le peeling doux  
au gommage car ce dernier  
est abrasif, altère la barrière  
cutanée et n'a pas d'action sur  
la production de collagène.”

Dennis Gross, dermatologue





Assistante stylisme  
Manon Baltazard.  
Mannequin Sarah  
Hart/Oui Management.  
Casting Arthur  
Méjean. Coiffure Mayu  
Morimoto/Artists Unit.  
Maquillage Asami  
Kawai/Artists Unit.  
Manucure Huberte  
Cesarion/Airport  
Agency. Production  
Anne-Sophie Krissi/  
Mezo, avec Christophe  
Lomenech.

Chemise Charvet,  
T-Shirt Uniqlo.

## Estomper les taches brunes

L'exposition répétée et prolongée aux UVA, à la pollution et aux radicaux libres favorise l'apparition des taches brunes. Le teint manque alors d'uniformité et ne révèle plus tout son éclat. Pour lui redonner de l'homogénéité, il faut agir à trois niveaux. « Il est essentiel de ralentir les

mélanocytes surstimulés avec des actifs comme la vitamine C ou le niacinamide. Il faut également favoriser le renouvellement cellulaire pour éliminer les cellules pigmentées en surface. Enfin, il faut se protéger des UVA pour prévenir la réapparition des taches », préconise Ingrid Longuet Pernet, directrice de la formation et de la communication scientifique du Laboratoire Nuxe. Si les taches sont trop importantes, il faudra passer par

le laser. « Les lasers type Fraxel ou CO2 fractionné agissent jusque dans le derme pour les imperfections plus profondes. Ils renouvellent le collagène et l'élastine et effacent les taches. En revanche, il faut accepter quelques rougeurs et croûtelles dans les jours qui suivent, mais elles sont camouflables par le maquillage », précise la Dre Christina Shanouda, médecin référent chez Lazeo. Les effets sont visibles après trois ou quatre séances.

- 1 Unifiant Nuxuriance Ultra Le Sérum Correcteur de Taches de Nuxe, 65,90 € les 30 ml.
- 2 Multi-action Crème SPF30 Densitium de SVR, 46,50 € les 50 ml.
- 3 Apaisant Dépiderm Sérum Anti-taches Booster Éclat d'Uriage, 33 € les 30 ml.
- 4 Évanescent Luminous630 Sérum Correcteur Anti-taches Cellular de Nivea, 19,90 € les 30 ml.
- 5 Concentré Vitamin Activ Cg Sérum Correcteur Éclat d'Avène, 36 € les 30 ml.
- 6 Précis Soins Ciblés Correcteur de Taches de Novexpert, 19,95 € les 2 ml.
- 7 Rosé Hyaluron-Filler + Elasticity SPF30 d'Eucerin, 44,15 € les 50 ml.



## Optimiser avec les Led (éclat, densité...)

Utilisées dans tous les protocoles de médecine esthétique, en institut et disponibles dans des outils de « beauty tech » à domicile, ces lumières ont de nombreuses vertus pour la peau. Laetitia Fontanel, cofondatrice d'Isis Group (fabricant de machines esthétiques, notamment à base de Led) et créatrice de la Méthode Laetitia Fontanel, les utilise dans ses rituels de soin au LovelySpa. Elle explique : « Les Led ont le pouvoir de recharger les mitochondries (les batteries de la cellule). Elle se remet alors à fabriquer du collagène, de l'élastine, se réoxygène. » À terme, ces effets sont visibles sur la peau qui gagne en éclat, « plump », densité, se débarasse des imperfections. « Chaque couleur a une longueur d'onde différente, et donc une interaction avec la cellule », rappelle l'experte. Les bleus agissent en

surface, pour un effet bactéricide. Les jaunes ciblent le derme superficiel, elles ont un rôle sur la densité, la cicatrisation, les mélanocytes. Les rouges travaillent sur la structure du derme, elles ont un impact anti-âge global. Enfin, les infrarouges stimulent le tout. Comme pour tout protocole, il faut bien respecter la fréquence et la durée d'utilisation, qui varient selon chaque appareil. ●

- 1 Intégral Masque Led Le Professionnel de Nooance, 599 €.
- 2 Pro MyLedMask de My Blend, prix sur demande.
- 3 Translucide Masque Led de Foreo, 529 €, aux Galeries Lafayette.
- 4 Duo Masque Led visage et masque Led cou et décolleté de CurrentBody, 349 € et 319 €.

• COMMENT ILLUMINER SON TEINT SANS MAQUILLAGE ? À DÉCOUVRIR SUR [MARIECLAIRE.FR](https://www.marieclaire.fr)

