

# Un nouveau REGARD

Une paupière relâchée, une patte-d'oie creusée, un œil cerné et c'est tout le visage qui semble vieilli, même si on ne présente pas encore l'ombre d'une ride. Nos stratégies et conseils de pros pour un regard tout neuf! *Aurélia Hermange*

Dossier

Beauté

Nos expertes



**Dr Maryline Plasqui**  
médecin esthétique



**Nolwenn Quintin**  
maquilleuse



**Dr Marie-Estelle Roux**  
dermatologue

Avec 15 000 battements de cils par jour, le contour de l'œil est une zone hyperactive... et fragile. La peau y est cinq fois plus fine que sur le reste du visage, elle contient peu de fibres de soutien et sa circulation (sanguine et lymphatique) fonctionne au ralenti. Sensible et vulnérable, elle trahit sans ménagement l'état de santé général et le vieillissement cutané: tous nos conseils pour en prendre soin et conserver un regard jeune et frais.

## ÉCLAIRCIR *ses cernes*

Le contour de l'œil est toujours le premier à marquer quand on accumule fatigue et excès. Parmi les dommages collatéraux qui impactent la zone: les cernes, qui prennent une apparence plus ou moins foncée selon les phototypes. «L'hypoderme est très fin à cet endroit, explique la Dr Marie-Estelle Roux, dermatologue. Au fil du temps, le matelas de collagène et d'acide hyaluronique s'y appauvrit et laisse apparaître le réseau veineux. Parallèlement, le réseau de microvaisseaux capillaires qui irriguent le contour de l'œil peut se dilater sous l'effet de la chaleur, de l'alcool ou de la fatigue. Ils coagulent alors sous la région péri-orbitaire et les globules rouges traversent la membrane.»

### L'ASTUCE

les cernes bleutés sont liés à des problèmes de microcirculation et vont souvent de pair avec des jambes lourdes. Un traitement veinieux de fond améliorera donc aussi leur aspect!

S'ils sont bruns, il faut les traiter avec des soins dépigmentants. Coup de pouce: feintez avec un soin intégrant des micronacres pour illuminer le regard par effet optique.

### LE BON GESTE

Tapotez votre soin gorgé d'escine, d'arnica ou de ruscus circulatoires sur la paupière inférieure du bout des doigts puis remontez du coin interne au coin externe pour un massage drainant express. Pour optimiser l'efficacité du soin, placez-le au frigo: le froid va booster son action décongestionnante.



**Beauté**  
**Dossier**

**\* L'acte de médecine esthétique**

« Si le cerne est d'origine vasculaire (violet), on préconise d'abord une détox du foie et une bonne protection anti-UV pour lui éviter de foncer, explique la Dr Maryline Plasqui, médecin esthétique. Ensuite, quelques séances de carboxythérapie, qui consiste à injecter du gaz carbonique dans la paupière inférieure, permettent d'obtenir de bons résultats (compter 100 à 150 € la séance). « S'il est marron, un peeling dépigmentant peut s'avérer efficace après quelques mois d'utilisation de soins dépigmentants. » (Compter 300 € à 400 € le peeling).



**Vivifiant.** Le pouvoir éclaircissant de la chlorelle associé à l'action décongestionnante de l'extrait de myrtilles. Contour des yeux Fraicheur de l'Aube. L'Odaités, 57 € les 15 ml. [instituts et lodaites.com](http://instituts-et-lodaites.com)



**DÉGONFLER** *ses poches*

Les poches sont généralement lymphatiques et causées par une circulation sanguine paresseuse. « Quand elles disparaissent au cours de la journée, c'est qu'elles sont dues à un problème de drainage, souligne la Dr Roux. Sinon, elles sont lipidiques et résultent d'un glissement des amas graisseux situés derrière l'œil. Pour les faire disparaître, il faut opérer et réparer parallèlement la membrane, comme pour une hernie. » **Pour se débarrasser des poches lymphatiques, on préconise des soins décongestionnants riches en lierre, petit houx ou marron d'Inde, qui permettent d'éliminer les déchets cellulaires tout en tonifiant les fibres de soutien.**

**L'ASTUCE**

**Les poches étant constitutionnelles,** pour empêcher leur apparition, limitez les facteurs aggravants comme les somnifères ou l'alcool qui ralentissent les mouvements du globe oculaire pendant la nuit, et donc le drainage...

**LE BON GESTE**

**Pour éliminer la rétention d'eau,** réduisez votre consommation de sel et dormez la tête légèrement surélevée. Oreiller ergonomique ou dictionnaire glissé sous le matelas, à vous de voir!

