

un mois pour...

# Maîtriser le peeling

Le grand nettoyage de printemps, c'est maintenant ! Le dernier mois, avant l'été, pour se débarrasser en profondeur des cellules cutanées et s'offrir un teint tout neuf en 8 étapes.

Par Emmanuelle Lannes, avec Zineb Sabbar

**1<sup>er</sup> avril**  
Aujourd'hui, go, on se lance en vue de notre rendez-vous avec le dermato. Du lundi au vendredi, on applique un liquide peeling sur le visage (Peelfoliant, Dermalogica), sauf contour des yeux, pendant 7 min, avant de se coucher. Autre option : des crèmes ou lotions peeling, qui se gardent toute la nuit. Le but : préparer la peau aux concentrations plus élevées à venir chez le pro.

**8 avril**  
Chez le dermato : le peeling chimique entre en scène avec des concentrations plus poussées d'AHA. Généralement, la texture gélifiée se travaille avec des gazes médicales appliquées en lissage. C'est parti, avec le produit préparateur, on supporte les picotements ? 2<sup>e</sup> couche, puis 3<sup>e</sup>... en ne dépassant jamais 5 couches et 20 min de temps de pose. Ensuite, rinçage à l'eau fraîche, masque et Leds rouges pour apaiser.

**9 avril**  
Après l'effervescence du peeling, le calme s'impose. Pas de sport pour éviter d'activer la circulation sanguine et donc d'augmenter les sensations d'inconfort.

**10 11-12 avril**  
On offre quelques jours de douceur à la peau : application d'un soin Cica ou d'une crème super hydratante. Surtout, à compter de maintenant, SPF 50 obligatoire dès qu'on met un pied dehors. Côté nettoyage, un gel doux matin et soir, en faisant mousser au creux des mains avant d'appliquer. Une astuce ? Changer la taie d'oreiller (en soie de préférence) tous les soirs.

## Post-it



### Made in Genève

Ce soin de nuit et de précision combine 15 % d'acide glycolique et de l'acide hyaluronique résilient RHA, pour contrebalancer les effets. À appliquer un soir sur deux.



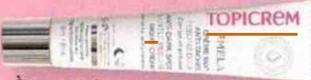
### Toujours plus

On connaît l'icône 2 % BHA pour un grain de peau instagrammable. Voici sa petite sœur, synergie d'acides mandélique et lactique, greffée à de l'arginine. Lotion Exfoliante, AHA, Paula's Choice, 39 €.



### Sur mesure

Aux US, ce masque fait un tabac : 12 % d'AHA-PHA, rééquilibrés par des extraits d'algues réparateurs, pour estomper les taches en 15 min sur 5 jours. Power Bright, Dark Spot Gel Peel, Dermalogica, 95 €.



### À tout âge

Des ados aux femmes enceintes, sa double exfoliation (chimique et enzymatique) et sa douceur permettent d'affiner et d'illuminer le grain de peau. Crème Peeling Nuit, Mela, Topicrem, 27 €.



### Nuit et jour

Ce soin lisse le microrelief et freine les irrégularités grâce à un cocktail d'AHA et AKA, sans compter l'extrait de réglisse éclaircissant. Crème Resurfaçante, Nova-peel, Ericson, 69 €.

**15 avril**  
On desquame légèrement, on peut rougir aussi, c'est normal. On évite de se maquiller pendant cette période, et on privilégie une crème réparatrice teintée pour ne pas obstruer le grain de peau.

**15 avril**  
C'est bon, on a passé le cap ! Pour prolonger les effets glowy du peeling pro, on teste un soir sur deux une poudre exfoliante hyper douce à base d'avoine (Daily Milkfoliant, Dermalogica), afin d'éviter de nouveau l'accumulation des cellules cutanées.

**20 avril**  
Teint ultra-lumineux, pores resserrés, taches éclaircies, voire évanouies, ridules lissées... C'est le moment de prendre de bonnes résolutions en évitant alcool, café non-stop et sodas, au profit d'aliments antioxydants. Une astuce ? Cette eau détox : dans 2 litres d'eau, ajouter gingembre + concombre + citron + menthe fraîche, laisser infuser toute la nuit, filtrer l'eau, siroter toute la journée. Bien aussi, un demi-verre de sève de bouleau (Sève), à jeun au réveil.

**26 avril**  
Interdiction de refaire un peeling jusqu'à l'automne. Alors, pour garder ce teint éclatant, on mise sur le double nettoyage : à l'huile, pour capturer make-up et filtres solaires, puis au gel doux, pour se débarrasser du sébum et des cellules mortes. Il ne reste plus qu'à profiter ! ★

Merci à Anne Chalon, directrice de formation de la marque Dermalogica. 06

