

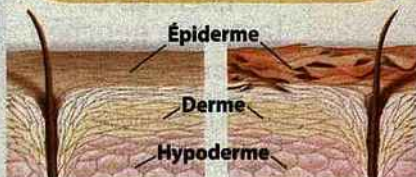


BEAUTÉ

Au secours, j'ai la peau sèche!

Les premiers frimas arrivent et votre peau devient plus sèche et tiraille. Pour apaiser cet inconfort, misez sur les crèmes et les baumes.

Sophie Goldfarb



PEAU MIXTE
Elle produit du sébum en quantité parfois importante (front, nez, menton), d'où cet aspect brillant et gras.

PEAU SÈCHE
Son aspect rugueux vient d'un manque d'eau et de lipides. Le film hydrolipidique qui la protège est donc plus fragile.

Une peau sèche se distingue par un manque de souplesse et des tiraillements. Et cette sensation d'inconfort va s'accroître avec le froid.

L'origine de la sécheresse

Cette sécheresse structurelle s'explique par un manque d'eau dans le derme, qui se répercute à tous les niveaux cutanés et donne en surface un aspect rugueux. Cette déshydratation s'accompagne d'une faiblesse en sébum, indispensable à la constitution du film hydrolipidique. Cette sécrétion grasse évite à l'eau contenue dans la peau de s'évaporer trop vite.

Comment y remédier ?

Hydrater n'est qu'une étape, il faut reconstituer le film hydrolipidique en nourrissant la peau.

Le matin, stimulez les aquaporines, ces canaux qui conduisent l'eau jusque dans les cellules et permettent à la peau d'être uniformément hydratée. Optez pour le baume nutrition intense Aqua-Précis (Uriage, 19,50 €) ①, dont la texture onctueuse renforce le film hydrolipidique et donne un aspect velouté.

Notre conseil: en période de grand froid, n'hésitez pas à glisser sous votre crème de jour une

Comment savoir si j'ai la peau sèche?
Placez un mouchoir en papier en fin de journée sur les ailes de votre nez. S'il n'y a aucun résidu gras, c'est que votre peau est sèche. Par contre, s'il y a la moindre trace huileuse, c'est que votre peau est mixte.

huile de soin comme Flamenco, fluide de jour réconfortant (Douces Angevines, 26 €) ②. À base de plantes (bourrache, calendula d'Anjou...), sa texture pénètre vite, apaise et protège du froid.

Le soir, nourrissez la peau intensément avec du beurre de karité ou de l'huile d'onagre ou d'argan et des oméga 6 et 9 avec la crème

me confort infini Argane (Galénic, 33,50 €) ③, dont la texture cocoon apaise les tiraillements. Contre les darts, utilisez le soir un baume apaisant réparateur comme la célèbre Eight Hour Cream (Elizabeth Arden, 21,90 €) ④. Grasse et très odorante, elle répare la peau et évite la formation des darts.

Notre conseil: déposez sur votre peau démaquillée quelques gouttes d'Huile de jojoba (Melvita, 11,90 €) et faites pénétrer en massant ⑤. Sa texture huileuse régénère et nourrit l'épiderme en profondeur. ●

