



VOTRE BEAUTÉ

novembre 2015

le sucre
un poison
pour le cerveau

cheveux
ce qui leur donne
de l'épaisseur

de 25
à 60 ans
vos questions,
les réponses
des pros

**COUP
DE FRAIS**

rajeunir son visage
en méthode douce





**LES FIBROBLASTES
SONT SENSIBLES AUX
FORCES MÉCANIQUES
ET À LA LUMIÈRE DES LED.
GRÂCE À CES "OUTILS
DE BEAUTÉ", LA PEAU
GARDE OU RETROUVE
SON ÉLASTICITÉ
ET SON REBONDI.**

contre le relâchement. À conseiller, en cure de choc, aux épidermes fatigués. **Le produit:** Sérums Suprême Jeunesse Concentré de Payot.

LE VISAGE EN ENTIER

Quand on cherche de vraies solutions pour retendre l'ensemble de ses traits, c'est le moment d'en appeler aux plus récentes découvertes de la science.

L'actif star: la protéine FOXO. «Située au cœur de la cellule, elle permet de maintenir la bonne fonction des cellules souches, tant du derme que de l'épiderme, malgré l'âge», explique Amélie Thépot-Duranton, responsable de la Banque des tissus et cellules à l'hôpital Édouard-Herriot (Lyon). Les labos Lierac ont reproduit dans le Complexe Premium Cellular® l'action de cette protéine afin de contrecarrer les signes de vieillissement. D'où un effet *plumping* et *push-up*. Pour plus d'efficacité encore, un terpénoïde (molécule présente dans l'organisme pour qu'il s'autorégénère) relance la réparation de la peau, et des extraits de fleurs noires hydratantes, antioxydantes assurent la bonne élasticité de l'épiderme. **Le produit:** La Crème Voluptueuse Anti-Âge Absolu, Premium de Lierac.

L'actif star: le pro-rétinol avancé. La célèbre formule de Revitalift va plus loin cet automne en s'attaquant aux rides les plus difficiles: les verticales. Son secret? Un nouveau rétinol à libération prolongée. Il se convertit dans la peau grâce à des enzymes qu'elle produit elle-même pour une régénération de l'épiderme. Associé à des phytosphingosines, qui améliorent la cohésion cellulaire, et à des peptides protecteurs des fibroblastes, il lutte efficacement contre l'affaissement des traits. Pour celles qui ne peuvent se passer du soleil, il existe avec un SPF30. **Le produit:** Soin Hydratant Anti-Rides + Extra Fermeté, Pro Retinol Avancé + Fibrelastyl, Revitalift de L'Oréal Paris. / M.-F. D.

HOME DEVICES

Nos *beauty routines* incluent désormais un geste quotidien de stimulation à l'aide d'«outils» qui boostent la jeunesse de notre peau et augmentent l'efficacité des crèmes. Un investissement financier, parfois, mais ça marche! Mécanostimulation, LED, électrostimulation... choisissez votre *skin coach*.

LA STIMULATION CUTANÉE

On dit merci à ce bon D^r Jacquet qui, au début du XX^e siècle, a eu l'idée de traiter les cicatrices des blessés de guerre en effectuant des pincements rapides pour en améliorer l'aspect. Car toutes les techniques et technologies dermatologiques actuelles, *home devices* compris, s'en inspirent. À l'époque, on ne faisait pas de biopsie de la peau pour savoir ce qui se passait au niveau des cellules, mais les générations d'esthéticiennes qui ont pratiqué et réalisé encore les pincements Jacquet savent bien qu'il n'y a rien de plus efficace et de plus naturel pour lisser les rides et raffermir l'ovale du visage. La bonne nouvelle, c'est que ces observations empiriques sur les bénéfices anti-âge de la stimulation cutanée sont désormais objectivées et validées par de nombreuses études scientifiques.

«Rappelons d'abord que notre peau vieillit parce que les cellules qui fabriquent le collagène, l'acide hyaluronique et les fibres élastiques (les fibroblastes) deviennent paresseuses: on commence à perdre du collagène dès la fin de la croissance! Un phénomène accéléré et accentué par les conditions de vie, certains médicaments, le soleil, et par les modifications hormonales dues à la ménopause», explique le D^r Jean-Michel Mazer, dermatologue et lasériste. Et c'est précisément sur ces cellules que l'on peut agir pour que la peau garde ou retrouve du rebondi, de l'épaisseur, de la tonicité et de l'élasticité. «En étudiant les mécanismes de cicatrisation des tissus cutanés, on a vérifié que les fibroblastes pouvaient synthétiser du collagène à chaque fois que c'était nécessaire, en particulier lorsque la peau a besoin d'être réparée. Or, les fibroblastes sont des cellules sensibles aux forces mécaniques.

BOOSTER LE NATUREL

Exercer un stimulus, c'est donner le signal à la peau de «cicatriser», explique le P^r Philippe Humbert, de l'hôpital Jean-Minjoz à Besançon: «Des études sur des fibroblastes stimulés pendant six semaines avec la technologie Endermolift (LPG) ont montré qu'ils devenaient beaucoup plus actifs



PEELING COMBINÉ À LA MÉSOThÉRAPIE, INJECTIONS DE TOXINE BOTULIQUE, LUMIÈRE INTENSE PULSÉE OU ULTRASON... CES TECHNIQUES ESTHÉTIQUES DOUCES FONT DES MERVEILLES!

et proliféraient davantage. Ils doublent quasiment leur fabrication d'acide hyaluronique (+ 80%) et accroissent la dégradation du vieux collagène au profit d'un neuf. Enfin, la production de fibres d'élastine est augmentée de 45%.» Plus étonnant encore, la biopsie de la peau étudiée au microscope électronique montre qu'un certain nombre de fibroblastes se transforment en myofibroblastes : ils ont acquis des filaments d'actine (présente dans les muscles) qui leur permet de se contracter. D'où l'effet «lift» observé sur l'ovale du visage.

Bien que bénéficiant de moins d'études, les technologies utilisant un courant électrique (de basse fréquence) semblent présenter autant d'intérêt car «toute stimulation régulière de la peau augmente l'activité des fibroblastes», rappelle le Pr Philippe Humbert. Des fibroblastes qui sont également sensibles à la lumière, aux LED précisément, ces diodes de couleurs différentes qui dopent l'activité cellulaire en agissant directement sur l'énergie des cellules. Les bonnes couleurs anti-âge que l'on trouve le plus souvent dans ces *beauty tools*? Le rouge, apaisant, cicatrisant, qui participe à la réduction des rides. Et le jaune, régénérant, qui améliore l'apparence des pores dilatés et la réduction des petites cicatrices. Même s'il est à noter que les *home devices* équipés de LED sont moins puissants que ceux utilisés chez le médecin pour des raisons de sécurité.

LES COACHS DE LA PEAU

La mécanostimulation et les LED peuvent être utilisées tous les jours, les appareils électriques, deux à trois fois par semaine. En suivant à la lettre les notices explicatives, on peut compter six semaines pour voir les premiers résultats...

Le roll-on. Long comme un stylo mais en métal lourd et équipé de deux roulettes, il s'utilise en

allers-retours énergiques sur le visage et le cou (5 à 10 minutes/jour) : Rouleau Fermeté Expert de Clarins (offert pour l'achat d'un Booster Firmness Solution associé à une Formule Essentielle).

La mécanostimulation. La version *home device* de l'endermologie permet de traiter le visage et le corps en associant tapotements et palper-rouler. Dans sa boîte en forme d'œuf, cette machine offre différentes pièces à main destinées à raffermir l'ovale du visage (6 minutes/jour) : Wellbox® de LPG (un accessoire repulpant pour les mains sortira en 2016).

Les LED. Cet appareil de photoréjuvenation, qui ressemble à une souris d'ordinateur, se déplace sur le visage en émettant trois ondes lumineuses différentes (8 minutes/jour) : LED-Booster® Lumitherapist de Filorga. Cet «Ovni», de la taille d'un galet, diffuse trois séquences lumineuses et des microvibrations. On le pose à plat sur la peau et on le déplace centimètre par centimètre par tranches de 5 minutes : Light Duo+ Programme Anti-Âge de Talika (chez Sephora).

L'électrostimulation. Cette pièce à main au look de brosse électrique est équipée de trois accessoires drainants et régénérants que l'on positionne sur les zones à traiter (3 minutes/jour) : VisaPure Advanced SC5340 de Philips. Dans cet électrostimulateur, qui ressemble à un casque audio, un courant basse tension circule via des électrodes (20 minutes/jour) : Slendertone Face de Slendertone. / Y. M.

MÉDECINE ESTHÉTIQUE

LE TEINT

Peau terne, réfléchissant mal la lumière? La solution : une bonne hygiène de vie et un protocole de médecine esthétique, non invasif, associant peeling et mésothérapie. Pour les épidermes fragiles, une technique plus «soft» : la lumière intense pulsée.

Le peeling & la mésothérapie. Les thérapies combinées permettent de potentialiser les effets de techniques qui, séparément, ont fait leurs preuves. Pour l'éclat du teint, l'action de la mésothérapie est optimisée, en amont, par un peeling superficiel à l'acide glycolique. **La séance.** Le praticien applique la solution du peeling qui reste posée une à deux minutes. Débarrassée de toutes les cellules mortes, la peau est alors prête pour se gorger du cocktail revitalisant (acide hyaluronique et actifs anti-âge musclés) introduit dans le derme par des micro-injections. Dès la fin de la séance, la mine