



beauté

Belle et bronzée, pas une ride sous le soleil

Rentrer la mine joliment dorée ? Bien sûr. Avec des rides en plus ? Certainement pas. Boucliers protecteurs, soins antioxydants, rituels oasis... Voici tous les bons réflexes à adopter zone par zone. *Par Virginie Marchand*

Des boucliers anti-âge pour le visage

En vacances

Misez sur des compléments alimentaires double effet A la fois préparateurs au soleil mais aussi anti-âge, avec du sélénium ou de la vitamine E, qui protègent les cellules du stress oxydatif ou encore de l'huile de bourrache ou des peptides qui contribuent à la fermeté de la peau. Débutez la cure au moins quinze jours avant le départ et continuez sur place. Au quotidien, pensez à appliquer votre soin solaire 20 minutes au moins avant de vous exposer. L'astuce en plus : certaines formules solaires anti-âge visage contiennent des flouteurs qui gommant les rides dès l'application ! Enfin, le soir, choisissez un soin anti-âge qui apporte en plus à la peau des actifs apaisants et réparateurs pour préserver le capital jeunesse pendant toute cette période.

Je pars avec Crème fondante visage haute protection, SPF 50, Nuxe, 18,95 € (1). Emulsion solaire visage FPS 50, Soleil Biafine, 12,07 € (2). Doriance Solaire et Anti-âge, 16 € (3). Soins après-soleil Anti-âge, Sothys, 45 €.



A la ville

Certes, vous ne bronzeriez pas derrière une vitre car les UVB ne la traversent pas, mais vous pouvez très bien y attraper des rides, car elles ne filtrent pas les UVA ! Le bon mix ? Un soin ultra-hydratant combiné avec du make-up contenant une protection solaire, tels certains fonds de teint ou poudres.

Dans ma trousse Crème légère hydratation dynamique, Aqualia Thermal, Vichy, 18,80 € (1). Le wrap d'eau, Qiriness, 37,90 € chez Marionnaud (2). Poudre solaire irisée SPF30, Sunific Lierac, 25,50 €, en deux teintes (3).



L'hydratation, l'alliée de la jeunesse de vos lèvres

En vacances

Ce qui leur faut ? Un maximum de gras car les lèvres n'ont pas cet apport de sébum naturel qui leur permet de rester hydratées et souples. Glissez, dans votre sac de plage ou votre sac à dos, un baume à lèvres à base de beurre de karité, par exemple, ou enrichi en actifs anti-soif comme l'Hydra Q. Sous le soleil, ne négligez pas la protection pour limiter l'accélération du vieillissement cellulaire. Enfin, pour éviter les gerçures, le soir, pensez à appliquer un baume pansement qui repulpera votre bouche pendant la nuit.

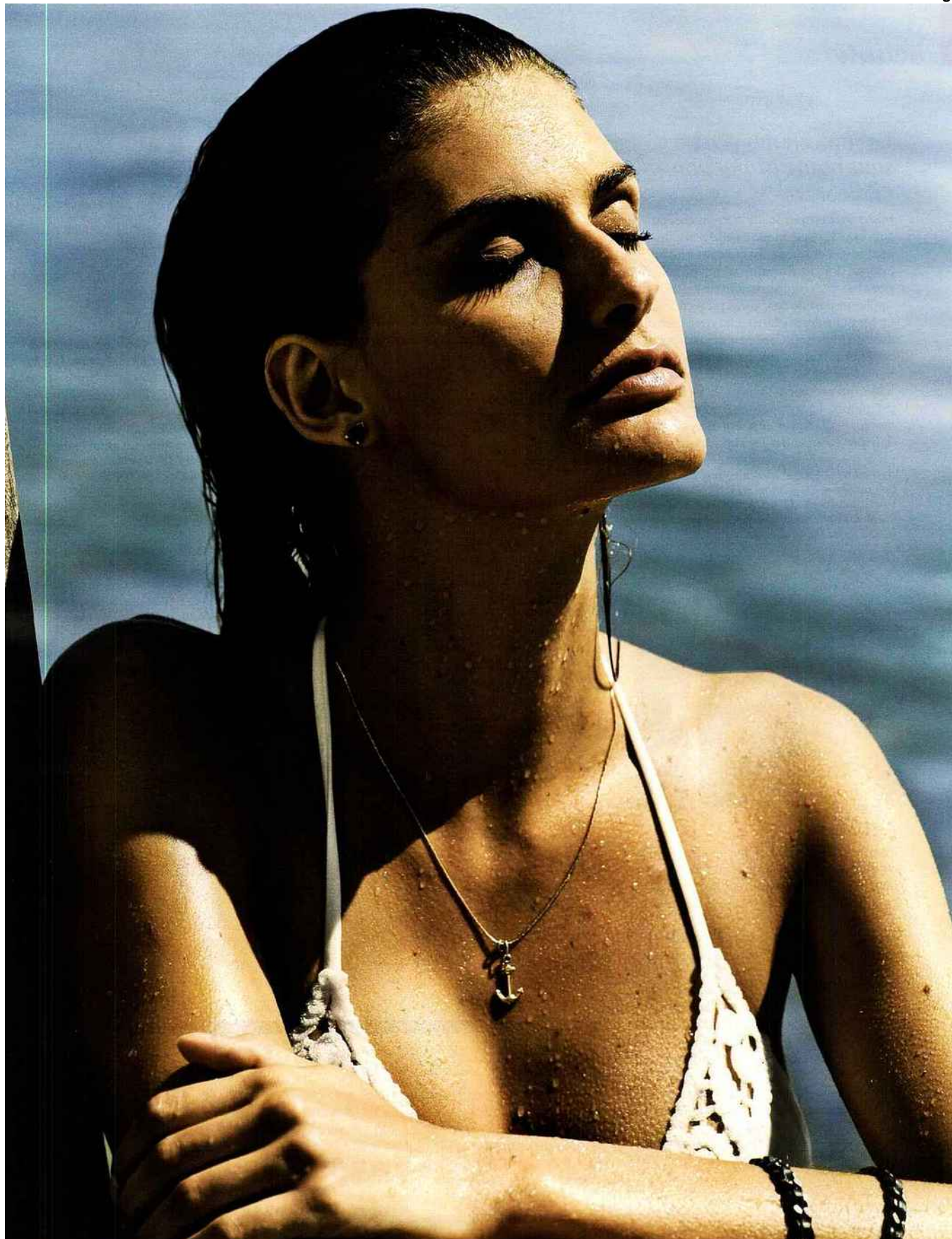
Je pars avec Stick solaire SPF 50, Zones protection prioritaire, Mixa, 11,65 € (1). Fruity Shine, Watermelon, Labello, 2,25 € (2). Baume apaisant réparateur, Crème de Huit Heures, Elizabeth Arden, 36,50 €.



A la ville

Si vous êtes très très exposée à la pollution, misez sur des soins hydratants renfermant de la vitamine E, impec' pour réduire les dommages cellulaires. A tapoter sur les lèvres juste avant de mettre son rouge. Côté SPF, un indice moyen (15/25) suffit largement sur le macadam. Le top : les gloss subtilement colorés ou les rouges à lèvres qui intègrent des protections solaires.

Dans ma trousse Lip Gloss SPF 25, Island Berry, Hawaiian Tropic, 4 € (3). Rouge à lèvres, Ultra glossy stylo, Kiko, SPF 15, 4,90 €. Baume lèvres réparateur Sur-Hydratant, Rexaline, 16,90 € chez Sephora.



Le contour des yeux sous haute protection

En vacances

Misez sur la superposition Première étape, un soin anti-âge spécifique à cette zone, appliqué aux doigts et massé du coin interne au coin externe. Top, les formules sérum ou gel-crème vite absorbées, qui apportent un coup de frais. Appliquez ensuite dessus une protection solaire. Optez pour des sticks spéciaux zones sensibles, avec un indice 50. Ces formules possèdent des actifs apaisants et très hydratants comme le beurre de karité, mais aussi des antiradicaux qui protègent la peau du vieillissement prématuré. Le soir, pensez à poser des patchs repulpants. Les pros ne jurent que par eux pour défriper et regonfler les ridules qui auraient pu se marquer dans la journée.

Je pars avec Soin et masque yeux Fleurs de Lumières, L'Occitane, 35 € (1). Stick solaire zones sensibles SPF 50, Académie, 20 € (2). Patch contour des yeux, Once Upon a Time, 6,90 € chez Marionnaud.



A la ville

Pensez anti-oxydants. Optez pour un soin qui combine une protection contre le stress oxydatif avec des ingrédients comme les polyphénols ou de la vitamine C, et des boosteurs de synthèse de collagène, pour lutter plus efficacement contre le vieillissement cutané. Appliquez-le le matin une fois votre peau nettoyée. Le soir, troquez votre démaquillant habituel pour une formule anti-âge afin de débarrasser le visage des résidus de maquillage mais aussi de pollution tout en dopant l'activité des fibroblastes. Et si vous trouvez vos pattes-d'oie bien marquées, appliquez un sérum liftant, avec des actifs tenseurs comme des extraits de gomme d'acacia. Laissez-le poser 5 minutes avant de retirer l'excédent avec un mouchoir. Dans ma trousse Crème lèvres et yeux anti-rides, Caudalie, 24,30 € (3). Sérum défroissant yeux, Phyt's, 44 €. Solution micellaire anti-âge, Florga, 19,90 €.



Ca marche !!!

MAINS: ATTENTION AUX TACHES!

Le problème avec les mains, c'est que les taches déjà présentes peuvent foncer davantage, et d'autres apparaître. Pourquoi? L'été, les mélanocytes, ces cellules à l'origine des taches pigmentaires, subissent une double stimulation. Directe par les UV, indirecte par les taches déjà présentes en surface, qui amplifient ce phénomène. La parade: des solaires spécifiques qui diminuent le nombre et la pigmentation des taches avec des ingrédients comme le lys de mer.

Le bon produit Crème solaire protectrice taches, signes de l'âge, Phytomer, 36,15 €.

Décolleté: opération pulpy

En vacances

L'objectif? Eviter à tout prix le plissé soleil. Pour le protéger, misez plutôt sur les formules visage, plutôt que sur les produits corps. Car la constitution de la peau à cet endroit en est plus proche. L'après-soleil sera crucial. Emportez un masque visage gorgé d'actifs repulpants ou un soin spécifique cou et décolleté. Appliquez-le en couche épaisse et laissez poser 10 minutes avant de masser l'excédent.

Je pars avec Crème bronzante anti-rides, Bronze Repair, Institut Esthederm, 66 € (1). Soleil Protection 50+, Roc, 15,45 € (2). Crème masque réparatrice visage et décolleté, SPF 50+, Thalgo, 21 € (3). Liftant cou et décolleté, Dr Pierre Ricaud, 20 € (4).

A la ville

Le matin, appliquez votre soin de jour pour le visage jusqu'au cou et sur le décolleté pour que ces zones puissent aussi bénéficier de ses ingrédients anti-âge et, le cas échéant, d'une légère protection solaire. La bonne idée: le sublimer avec des huiles ou de la poudre de soleil contenant un SPF. Balayez-la du creux de la poitrine vers les épaules. Et si, le soir, vous trouvez votre décolleté moins lisse, optez pour un baume ultra-hydratant que vous appliquerez généreusement avant de vous coucher. Dans ma trousse Spray solaire Huile embellissante SPF 30, Clarins, 27,50 € (1). Soin intense hydra-éclat. Baume d'Eau, Cellularose, By Terry, 76 € (2). Disque de lumière, Bronzer Poudre, SPF 15, Nocibé, 13,90 € (3).



Et pour mon corps?

Lui aussi peut bénéficier de formules anti-âge solaires qui limitent le relâchement cutané. Leurs secrets: des complexes antioxydants qui dopent aussi la barrière cutanée en stimulant la synthèse de collagène. **Gardes du corps** Spray protecteur anti-âge, SPF 30, Sun Sensi, Payot, 29 € (1). Crème anti-âge avant et après-soleil, Nouvelle jeunesse «Soleil» Corps, Mary Cohr, 38 € (2).

