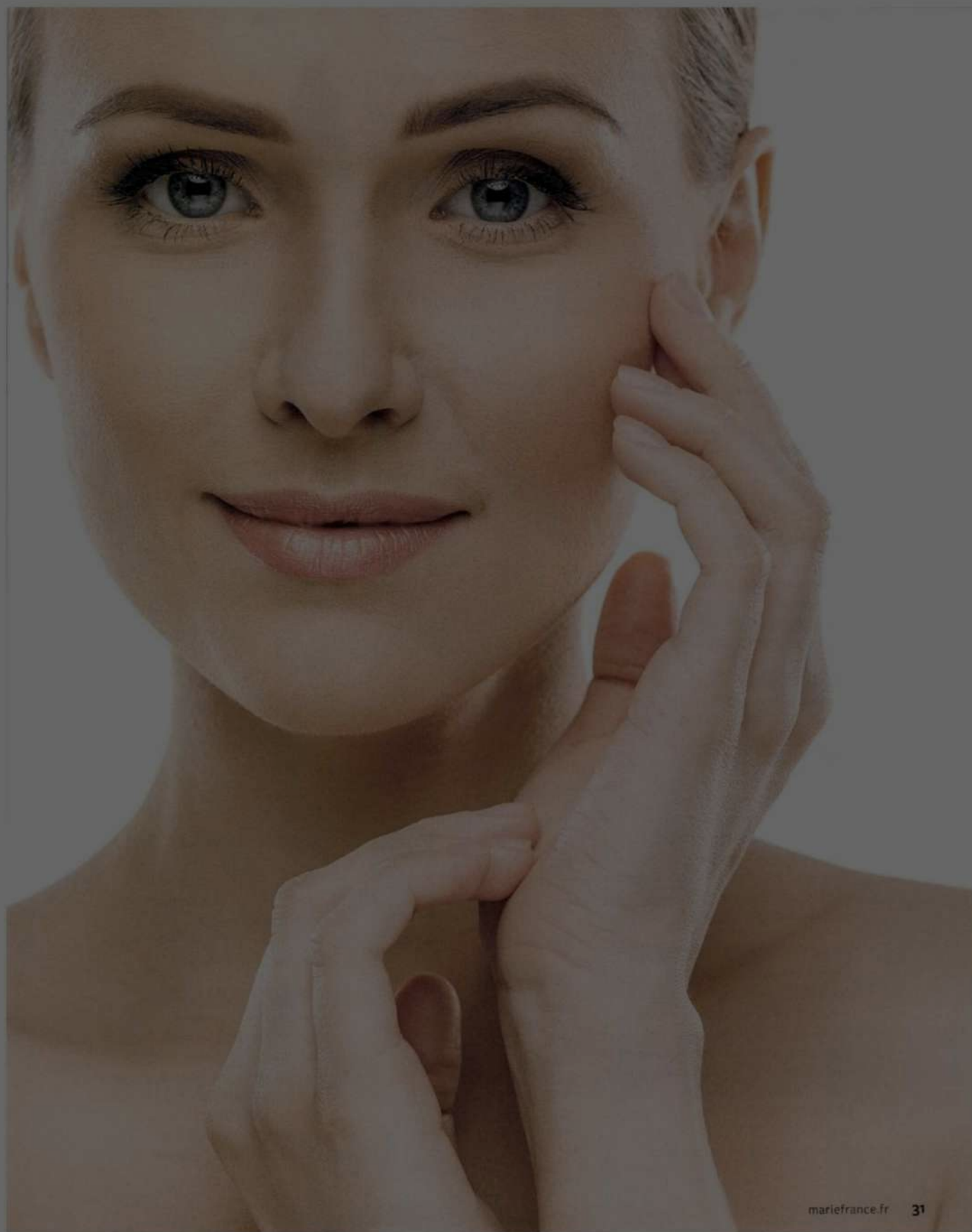


dossier **BEAUTÉ**

par ÂGE

NOS ASTUCES ANTI-VIEILLISSEMENT
APPORTER À SA PEAU CE DONT ELLE A BESOIN AU BON MOMENT, RIEN DE TEL POUR AVOIR UN JOLI TEINT ET CONSERVER UN MAXIMUM D'ÉCLAT, DE FRAÎCHEUR ET DE VITALITÉ DE 20 À 99 ANS. NOTRE ORDONNANCE BEAUTÉ POUR ATTÉNUER LES EFFETS DU TEMPS, STEP BY STEP.
PAR YASMINE MEURISSE



**L'OUTIL MALIN**

Celui qui met les « fibroblastes » au sport, les cellules clés de la peau qui fabriquent le collagène notamment. Avec un gua sha ou un roller, par exemple, cinq à six minutes, trois à quatre fois par semaine.

LES ACTIFS UTILES

La vitamine A (rétinol) ou le bakuchiol qui densifie la B3 (niacinamide), apaise et restaure la barrière cutanée. Les peptides, qui boostent la synthèse de collagène, et les ingrédients anti-lumière bleue pour parer aux taches brunes.

LES SOLUTIONS ESTHÉTIQUES

La luminothérapie. Les Led de couleur rouge notamment participent à la production de fibres d'élastine et de collagène. Les injections d'acide botulique (botox) contribuent à lisser les rides du front (à réaliser tous les neuf mois).

LE TIPS

L'ATOUT MAKE-UP :
L'ANTICERNES,
À APPLIQUER
AU PINCEAU

**INJECTIONS ABUSIVES,
UNE NOUVELLE RÉGLEMENTATION**

Lors du Congrès mondial de l'esthétique médicale de l'IMCAS, qui s'est tenu en juin dernier à Paris, le docteur Benjamin Ascher, chirurgien esthétique et président fondateur de cet événement, a signalé les restrictions en cours afin que seuls les médecins soient autorisés à effectuer des injections. Et ce, en réponse aux nombreuses dérives et trafics via Internet et les réseaux sociaux.

7. *Lightinderm*, NuSkin, 260 €.

8. *Contour de l'œil génifique yeux Light Pearl*, Lancôme, 64 € les 100 ml.

9. *Rétinol B3 concentré antirides régénérant et resurfaçant*, La Roche-Posay, 35 € les 30 ml.

10. *Sérum Niacinamide*, Dr Barbara Sturm, 125 € les 30 ml chez Sephora.

11. *Gel-Crème anti-taches peptides + vitamine C Diem*, Antipodes, 42 € les 60 ml.

12. *Time-Filler 5XP*, Filorga, 65,90 € les 50 ml.

50 ANS RAFFERMIR ET UNIFIER UN NOUVEAU DÉPART

LE CONSTAT En France, 13 à 14 millions de femmes sont concernées par la ménopause (dont 2,5 millions en préménopause). Entre 50 et 55 ans, l'arrêt progressif des œstrogènes se manifeste surtout par un relâchement de l'ovale du visage et du cou.

LES BONNES HABITUDES

S'offrir une crème de nuit de qualité afin d'apporter à l'épiderme ce dont il a besoin pour s'autoréparer pendant le sommeil et inciter les « usines » de la peau à fabriquer un tissu de soutien plus musclé.

L'OUTIL MALIN

Un massage profond de la peau avec le kobido, en institut ou avec la Wellbox, à la maison (Endermologie).

LES ACTIFS UTILES

Oui aux oméga 3, 6, 9 qui fortifient la barrière cutanée, hydratent et assouplissent la peau; aux ingrédients qui boostent les fonctions d'autoprotection naturelle face aux agressions extérieures comme le CBD. Oui, enfin, aux vitamines A, E, et B3 (niacinamide), aux peptides, aux molécules régénérantes issues des plantes telles que l'ajonc, l'aneth, le lin ou le pin, obtenues par biotechnologies parmi lesquelles l'uvaxine.