

BEAUTÉ

A chaque âge Les meilleurs boosters de collagène

Parce qu'on perd la moitié de cette pump protéine au fil des années, un programme de coaching s'impose pour garder une peau ferme et tonique.



ANNE HATHAWAY

30 ans On équilibre

Situé dans le derme et organisé en fibres, le collagène est le ressort de la peau. Elle lui doit sa souplesse, sa fermeté, mais sa production ralentit dès l'âge de 25 ans. Sur une peau fine, cela ne se voit pas encore, mais c'est le moment de protéger son capital.

Collagène. 44 €, 28 sachets, L.P.G.



Contour des Yeux. 36,90 €, 15 ml, Novexpert.

LE CONSEIL
Prenez en complément de la vitamine C. Elle stimule l'assimilation des autres ingrédients et aidera à conserver le bon équilibre.



SHAKIRA

40 ans On compense

Pour maintenir à flot son taux de collagène, on doit manger des protéines et se supplémenter avec une cure de collagène marin. La bonne dose : 10 mg par jour. À réserver seulement aux non-véganes car le collagène végétal n'existe pas.



Elixir de collagène marin. 44,90 €, 14 sticks, Absolute Collagen.

Collagen Boost. 4,99 €, 10 ml, laCabine.

LE RÉFLEXE
Pincements Jacquet. Étirements au qua sha... Masser son visage, c'est suivre une gym faciale remodelante qui stimule sa production.



SANDRINE KIBERLAIN

50 ans On stimule

À la ménopause, il faut réactiver le capital densité avec des soins remodelants. Préférez des formules qui ont aussi une action anti-glycation car lorsque le sucre se fixe sur les protéines, cela engendre une rigidification des fibres et une perte d'élasticité.

Collagen Vital Power. 39,80 €, 15 sachets, Vita Recherche.



Sérum Activateur Anti-Rides. 65 €, 30 ml, Dr. Pierre Ricaud.

L'ASTUCE
Opérez une petite détox de la peau en amont avec un sauna facial. Ses effets se répercutent sur le milieu cellulaire plus fluide, plus sain.



INÈS DE LA FRESSANGE

60 ans On rattrape

Pour redessiner les contours et stopper le relâchement, optez pour des soins au dosage augmenté, ou si vous êtes tentée par la médecine esthétique. Certains injectables restaurent par rappage les volumes et améliorent la qualité de la peau.

Masque de Nuit Redensifiant Age Absolu. 39,90 €, 50 ml, Uriage.



Oxyprolane Dermic. 34,99 €, 60 gélules, Bio-Recherche.

LE BOOST
Le bon combo cosmétique : appliquez un sérum gainant le matin et une crème nourrissante le soir pour doubler ses effets.

Réalisation : Catherine Jazdzewski