



BEAUTÉ





Bien nettoyer sa peau, **C'EST ESSENTIEL !**

Les dermatologues s'accordent sur un point : pour prendre soin de son épiderme, il est nécessaire de le débarrasser des impuretés chaque soir avant de se coucher. Revue des bons gestes.

PAR KARINE SILBERFELD. PHOTOS ÉRIC MATHERON-BALAY.

Il y a celles qui ne se couchent pas sans un parfait démaquillage, même à 4 heures du matin ; celles qui se savonnent le visage sous la douche le soir et/ou le matin ; celles qui, sous prétexte qu'elles ne se maquillent pas, ne voient pas pourquoi elles devraient utiliser du démaquillant... Mais, quelles que soient les habitudes (vie urbaine, tabac, déplacements à vélo), et même si la peau ne paraît pas sale, il est indispensable de la débarrasser de toutes les impuretés accumulées pendant la journée. C'est même la condition sine qua non pour conserver un épiderme sain et lumineux, qui ne vieillira pas trop vite. Pour rendre ce moment plus agréable, les produits récents sont à la fois efficaces, doux et respectueux du microbiome cutané mais aussi plus naturels et souvent écoconçus. Autant de raisons pour (re)prendre de bonnes habitudes...

© ÉRIC MATHERON-BALAY

ÉVITE-T-ON L'EAU SUR UNE PEAU SÈCHE ?

Tout dépend si on la supporte. Sur une peau mature et sèche, on préférera utiliser un lait, une huile ou un baume démaquillant, qui nettoient parfaitement tout en apportant du confort. À rincer ensuite à l'eau ou à la lotion. Sur une peau normale à sèche, gel nettoyant ou mousse et eau tiède sont possibles s'ils ne contiennent pas de savon et ne tiraillent pas après le rinçage.

FAUT-IL CHANGER DE PRODUIT SELON LA SAISON ?

C'est une question de goût. Quand il fait chaud, on apprécie davantage un nettoyage à l'eau fraîche ou à l'eau micellaire plutôt qu'au lait onctueux. Les formules récentes s'adaptent à nos envies en proposant dans une même gamme plusieurs galéniques : lait, mousse, eau texturée ou micellaire, huile, crème ou baume et même, de plus en plus, nettoyants solides en version écologique. Le choix est large, ce qui permet de transformer ce moment contraignant en parenthèse de plaisir.

QUELLE TEXTURE ADOPTER POUR LE DÉMAQUILLAGE DES YEUX ?

Pour les yeux sensibles, choisir un soin spécifique doux et doté d'une texture adaptée (gélifiée ou lactée), des actifs apaisants (le bleuet, la camomille) ou des micelles qui nettoient efficacement sans agresser. Si l'on n'a pas de problème particulier, on peut démaquiller cette zone avec le même produit que le visage. Le lait et l'huile ôtent parfaitement le mascara et les ombres à paupières tenaces. En revanche, l'eau micellaire peut manquer d'efficacité et irriter les paupières si l'on frotte trop.

EST-CE QU'UNE HUILE DÉMAQUILLANTE CONVIENT AUX PEAUX GRASSES ?

Oui, à condition de choisir une huile non comédogène, celle de jojoba, par exemple – mais on évitera l'huile de coco –, de bien la rincer et de veiller à ce qu'elle ne laisse pas de film gras sur la peau. Elle nettoie et dissout parfaitement les excès de sébum propres à ce type de peau. Toutefois, en cas de boutons, mieux vaut utiliser un gel moussant spécifique doté d'actifs purifiants. On peut parfaire le rituel en terminant avec une lotion douce et rééquilibrante, et appliquer ensuite un soin hydratant.

**BEAUTE****QU'EST-CE QUI SUPPRIME LE MIEUX LES FARDS LONGUE TENUE ?**

Pour venir à bout de ces fards très pigmentés, résistants ou waterproof, les démaquillants biphasés sont la solution la plus efficace pour les yeux et les lèvres. Ils sont adaptés aux paupières fragiles, car leur formule permet de limiter les frottements. L'huile démaquillante fonctionne également très bien, de même que l'huile de coco naturelle.

QUELLES SONT LES RECOMMANDATIONS SUR UNE PEAU SENSIBLE ?

D'abord, choisir un produit spécialement conçu pour ces épidermes, doux, avec un pH neutre. Se laver le visage avec les mains plutôt qu'avec un coton ou un carré démaquillant lavable. Ne pas frotter pour limiter les irritations. On peut, par exemple, masser un lait ou une huile, l'émulsionner à l'eau tiède, puis vaporiser sur le visage une eau thermale apaisante.

FINIR PAR UNE PULVÉRISATION D'EAU THERMALE, EST-CE VRAIMENT UTILE ?

Oui, pour plusieurs raisons. D'abord, pour le côté agréable de la vaporisation sur la peau ! Ensuite, parce que ces eaux infusent des éléments (minéraux et oligoéléments) essentiels à la bonne santé de l'épiderme. Selon leur composition, elles peuvent être anti-âge, anti-inflammatoires, rééquilibrantes... Elles permettent de « rincer » le produit démaquillant et de restreindre les effets desséchants de l'eau du robinet. Sécher son visage dans la foulée, sauf s'il s'agit d'une eau isotonique, comme celles de Jonzac et d'Uriage. Grâce à leur parfaite affinité avec l'épiderme, ces eaux n'ont pas besoin d'être essuyées.



1. APAISANTE Une eau à 99 % d'origine naturelle. Eau Micellaire Purifiante AC, Topicrem, 9 € les 200 ml.
2. COMPLETE Une huile à masser pour le visage et les yeux. Huile Démaquillante Micellaire Anti-Pollution, Dr Pierre Ricaud, 17 € les 120 ml.
3. RÉGÉNÉRANTE Elle convient idéalement aux épidermes sensibles. Eau Thermale Pure, Eau Thermale Jonzac, 7,60 € les 300 ml.



4. BIPHASÉ Une formule fraîche, bio et vegan. 2in1 Micellar Make-Up Remover, Lavera, 7,60 € les 100 ml.
5. MOELLEUSE Une crème fondante pour peaux sèches et mûres. Crème Micellaire Démaquillante Jeunesse Nue, Payot, 27 € les 150 ml.
6. LÉGER Il se transforme en mousse onctueuse. Gel Nettoyant Concentré Edelweiss, The Body Shop, 16 € les 100 ml.



7. RICHE A base de beurre de karité, il se transforme en huile, puis en lait. Baume Expert Démaquillant, LPG, 39 € les 100 ml.
8. BASIQUE Une formule bio avec pleur ingrédients, dont l'aloë vera. Eau Micellaire Douceur, Melvita, 9,90 € les 300 ml.
9. PROTECTEUR Un nettoyant biphasé détoxifiant. Le Démaquillant Yeux et Lèvres au Nymphéa Purifiant, Dior, 36,50 € les 125 ml.