

# Soins S.O.S. peaux sèches

Un concentré de douceur et d'efficacité, c'est ce que demande, en priorité, l'hydratation des épidermes sensibles aux agressions extérieures.

**A**ttention, grande sensible, car le paradoxe de la peau noire est d'être à la fois hyperprotégée et très délicate. Les carnations foncées nécessitent donc, toute l'année, des soins d'hiver plutôt riches, très nourrissants de la tête aux pieds: ciblez des formules bourrées de lipides et des textures baumes, huiles et crèmes, dès la douche.

## La douche, aussi un soin

Bannissez, autant que possible, les sulfates (sodium lauryl sulfate, sodium laureth sulfate, ammonium lauryl sulfate). Le produit idéal est un gel douche

surgras ou une huile contenant des agents nettoyants non agressifs pour la peau comme les tensioactifs dérivés du sucre ou de la coco. Grâce à des actifs soins, glycérine ou karité, il laissera un film hydratant et protecteur sur la peau. Un bémol: «douche hydratante» sur le flacon ne veut pas dire zapper l'étape hydratation, obligatoire si on possède ce type de peau et plus encore en présence de l'eau calcaire des villes! Utilisez peu de produit et une eau pas trop chaude afin de ne pas dessécher la peau. Préférez les douches aux bains, car les moussants pour le bain contiennent des tensioactifs agressifs. Et pour vous sécher, tamponnez la peau avec une serviette douce, sans frotter.

## Le gommage, le plus doux possible

Limitez-vous à un gommage toutes les deux semaines, pas davantage, et oubliez les produits exfoliants avec un scrub: le sel, le sucre, le sable sont des particules grossières et irrégulières, donc agressives pour l'épiderme. Pourquoi vous arracher la peau et irriter votre épiderme inutilement? Sélectionnez, au contraire, des formules douceur sous la forme de petites billes rondes (jojoba) ou de grains extrêmement fins et réguliers qui roulent sous la peau sans l'abîmer.

Choisissez une émulsion grasse comme une huile, un lait ou une crème afin de nourrir et de bien faire glisser le produit sur la peau avec de l'eau (ne faites surtout pas de gommage à sec). La bonne idée? Le savon noir, qui est déjà une exfoliation en soi. Appliquez-le sur une peau humide et ramollie par la chaleur et frottez, non pas avec un gant en crin ou même une éponge, mais avec un gant en fibre synthétique ultrafine (comme la Mini serviette exfoliante pour le corps, The Body Shop, 6€), donc très doux pour la peau, en accompagnant vos gestes de mouvements circulaires souples et légers sur le corps.

Ce qu'il me faut



1. Elle revitalise l'épiderme malmené par les agressions extérieures. Douche apaisante au Baobab bio, Soil, chez Cosmétiques du Monde, 14,90€. 2. Elle contient du beurre de karité et de l'eau thermale apaisante, Crème lavante Surgras, Jonzac, 7,30€. 3. Ce lavant s'adapte à tous types de peaux, car ses tensioactifs possèdent des propriétés hydratantes. Crème de douche lait de miel, Aroma-Zone, 5,50€.

Ce qu'il me faut



1. Effet peeling grâce à des particules exfoliantes douces et des acides de fruits. Osmoclean exfoliant doux pour la douche, Esthederm, 25,80€. 2. Dans un gel douceur sans savon, des billes de jojoba éliminent les cellules mortes. Gommage douceur visage & corps Topicrem 13,40€. 3. Exfoliant, ce savon 100% végétal est émoullent et hydratant. Savon noir «noir d'olives», Les Sens de Marrakech, 25€.