



J'ai la peau sèche et des ridules

Le profil peau. C'est logique. Comme le film hydro-lipidique est altéré (peau sèche de nature ou desséchée), il protège moins bien l'épiderme qui perd beaucoup d'eau et marque plus. **Le problème.** Certaines textures anti-âge ne sont pas assez hydratantes, donc la peau tiraille toujours malgré l'application de la crème matin et soir. **Il me faut.** Bonne nouvelle, l'actif star des soins anti-âge, l'acide hyaluronique, est également hydratant et réparateur. Et comme il est naturellement présent dans l'épiderme, il est généralement très bien toléré. On opte sans hésiter pour un soin qui en contient. Bien aussi, les formules riches en lipides, qui viennent reconstruire la barrière de la peau. **Ma routine beauté.** On évite les produits au savon et on privilégie les gels lavants surgras, qui nettoient sans enlever le film hydro-lipidique, ou les eaux micellaires spéciales peaux sèches. On peut utiliser un sérum + un contour de l'œil (la zone est très sensible) + un masque, lorsque la peau tiraille. Et on n'oublie pas le baume à lèvres.

Le bon shopping. **1. Légère.** Cette crème parfumée à l'orchidée vanille booste les capacités de régénération de l'épiderme. Sublimage la Crème Texture Fine, Chanel, 280 €. **2. Confort.** De l'acide hyaluronique dans une texture cocon (huile d'avocat + beurre de karité). Crème Redensifiante, Topicrem 20 €. **3. Antioxydant.** Acide hyaluronique + vitamine C dans une texture confort. Complexe Anti-Âge, Hadali, 110 €.

Et moi? Je n'ai pas de problème...

Le Dr Catherine Braeken l'explique : la peau « normale », celle qui n'a pas de gros soucis, c'est presque une peau mixte, puisque c'est normal d'avoir une zone T qui sécrète plus de sébum. On la nettoie matin et soir avec une eau micellaire ou un gel nettoyant. On l'hydrate en choisissant la texture selon ses envies et on vérifie qu'elle contient si possible un filtre solaire. Une fois par semaine, on pose un masque éclat pour booster la luminosité du teint. Et en cas de petit bouton, on utilise localement un stick asséchant aux huiles essentielles.

J'ai le teint terne et la mine brouillée

Le profil peau. Tous les épidermes peuvent être concernés par un souci de peau terne. Plusieurs facteurs sont en cause : l'alimentation (trop grasse ou trop acide), le stress, les UV et surtout le tabac (la nicotine provoque une vasoconstriction qui diminue l'afflux sanguin, et donc la quantité d'oxygène apportée aux cellules). **Le problème.** On pense qu'un teint terne est déshydraté, donc on a tendance à prendre des soins riches, alors que l'épiderme n'en a pas besoin. Pire, en la nourrissant trop, on risque de la faire briller, or une peau qui brille renvoie moins bien la lumière... **Il me faut.** Pour apporter de l'éclat à la peau, on opte pour des soins riches en actifs anti-oxydants (vitamine A, C et E, acides glycolique, salicylique, coenzyme Q10...) qui viennent contrer les radicaux libres qui ternissent le teint. On adapte la texture selon les besoins. **Ma routine beauté.** On booste l'effet du soin avec un sérum antioxydant. Bien aussi, le gommage enzymatique pour se débarrasser des cellules mortes qui brouillent le teint (tous les 2 ou 3 jours). Après la crème, on pense au filtre UV, également antioxydant.

Le bon shopping. **1. Léger.** Délicatement irisé, le soin est riche en extrait d'hibiscus, qui aide à protéger la peau des radicaux libres. Crème Bienfaisante Gelée Éclat, Garnier, 4,80 €. **2. Anti-âge.** Au cœur de la formule, des polyphénols de raisin (anti-radicaux) et de l'acide hyaluronique. Premier Cru La Crème, Caudalie, 89 €. **3. Énergisant.** La formule contient de l'extrait de baies de goji, un puissant antioxydant. Crème d'Énergie Q10+, Nivea, 12,25 €.

