

Une peau belle et lisse

Certes, on ne peut pas stopper le processus de vieillissement de la peau. Il existe cependant des astuces cosmétiques parfaitement légales pour atténuer les signes visibles du temps qui passe.

Lorsque, face à leur miroir, les femmes aperçoivent pour la première fois une ride, peut-être à la racine du nez ou au coin des yeux (les fameuses pattes d'oies), et que ce pli disgracieux ne disparaît pas les jours suivants, elles commencent sérieusement à penser aux produits anti-âge.

Scientifiquement, cela a lieu vers 25 ans – âge où le vieillissement de la peau commence. Un processus qu'il est impossible de stopper. Il est cependant déconseillé de soigner la peau avec des produits anti-âge dès cet âge. C'est évidemment beaucoup trop tôt. La plupart des fabricants de cosmétiques proposent des lignes anti-âge pour les femmes dès 30 ans.

Facteurs internes et extérieurs de vieillissement

Tout le monde connaît les signes visibles du vieillissement. Il n'y a pas seulement les rides qui se creusent, de plus en plus nombreuses, sur le visage. La peau perd aussi son hydratation et son élasticité naturelles, elle ne semble plus aussi ferme qu'avant et se couvre de taches pigmentaires. Tous ces changements sont provoqués par des facteurs internes et extérieurs. Dans ce contexte, on peut signaler une autre différence, petite mais subtile: le vieillissement «interne» ou biologique de la peau et le vieillissement «extérieur» de la peau. Le vieillissement «interne» est essentiellement dirigé par nos gènes. Ce sont eux qui déterminent la vitesse de cicatrisation de la peau ou ses capacités à emmagasiner de l'eau pour assurer son hydratation. Les gènes déterminent ainsi quand la peau commence à vieillir.

Les facteurs extérieurs comprennent tout notre environnement, et en particulier les effets des rayons du soleil. Les rayons UV peuvent avoir une influence très négative sur le processus de vieillissement des cellules cutanées. Les personnes qui s'exposent longtemps sans protection au soleil doivent savoir que cela ne sera pas sans conséquence sur leur peau: perte d'élasticité avec formation de rides, problèmes de pigmentation. La dilatation de petits vaisseaux sanguins à la surface de l'épiderme, la télangiectasie, peut aussi être une conséquence visible d'une exposition excessive au soleil.

L'excès de soleil nuit à long terme

La peau n'oublie rien, surtout pas les effets nocifs des rayons solaires. Ce qu'on appelle le vieillissement cutané photo-induit, autrement dit provoqué par les

rayons solaires, augmente sensiblement après des bains de soleil prolongés ou des séances de solarium. Bon à savoir: le tabagisme provoque également un vieillissement cutané prématuré et des rides. Il suffit d'ailleurs d'un coup d'œil à une esthéticienne expérimentée pour savoir si une cliente fume ou non.

Même si l'on dit souvent gentiment des rides qu'elles sont d'expression et que l'on prétend qu'elles soulignent la personnalité du visage, tout le monde préfère évidemment limiter au maximum la formation de ces plis expressifs. Heureusement, il y a l'industrie cosmétique et ses nombreux développements novateurs. Les produits ne peuvent certes pas stopper le vieillissement cutané, mais ils peuvent protéger la peau des effets négatifs des éléments extérieurs. Utilisés régulièrement, ils améliorent effectivement l'aspect de la peau et freinent donc les signes visibles du temps qui passe.

La palette des produits anti-âge est très vaste. Le terme anti-âge n'est pas protégé et peut donc être utilisé par tous les fabricants de produits cosmétiques. Si l'on fait le tour du secteur cosmétique d'une droguerie, on pourrait rapidement remplir un panier avec tous les produits qui portent la mention «anti-âge». L'offre la plus importante concerne les crèmes pour le visage. La plupart des crèmes de soin contiennent les principes actifs anti-âge classiques, à savoir la vitamine C, la vitamine A (rétinol), le collagène, le co-enzyme Q10 ou l'acide hyaluronique. Certaines crèmes renferment aussi des principes actifs plus luxueux, comme de l'extrait de caviar, des particules d'or, des extraits de champagne ou encore des perles.

Les personnes qui ne veulent pas se contenter des substances contenues dans les crèmes ou les lotions et préfèrent les variantes plus concentrées peuvent opter pour des sérums ou des ampoules. Ces formules contiennent des substances puissantes – souvent combinées – et fortement concentrées qui s'utilisent de préférence sous forme de cure.

Comme elles sont fortement concentrées, elles agissent plus efficacement que les crèmes. La cure consiste à les appliquer pendant une à deux semaines sur la peau, préalablement nettoyée.

Principes actifs transportés sur place

Les produits de soin actuels doivent vraiment savoir tout faire. Ils ne doivent pas seulement agir de manière optimale, mais également être bien tolérés par la peau. En effet, vu l'augmentation des nuisances

environnementales, les réactions allergiques sont de plus en plus fréquentes. Par ailleurs, les différentes bases galéniques sont aussi importantes que les principes actifs utilisés. En effet, même la substance la plus efficace ne servira à rien si elle ne peut pas déployer ses effets de manière ciblée dans les couches de l'épiderme. Pour amener les principes actifs là où ils doivent agir, on utilise des systèmes de transport, par exemple à base de liposomes. Outre ces classiques qui ont fait leurs preuves, les fabricants utilisent de plus en plus souvent des nanoémulsions. Comme les liposomes, elles favorisent la pénétration des principes actifs dans la peau. Simplement, elles le font de manière plus efficace. Les nanosomes, grâce à leurs effets cosmétiques, deviennent donc de plus en plus importants. Enfin, en permettant la pénétration de certains lipides, les nanoémulsions améliorent aussi la fonction de barrière de la peau. On les utilise notamment pour transporter des vitamines, de la lécithine et des céramides.

Principes actifs classiques pour lutter contre les outrages du temps

En cosmétique, les vitamines sont les alliées classiques de la peau. La vitamine A favorise la division cellulaire et donc le renouvellement des couches cutanées. La vitamine A pure figure sous la mention rétinol sur les emballages.

Le Q10 est un co-enzyme qui ressemble à une vitamine. Il fournit de l'énergie pour le renouvellement cellulaire. Le corps en produit lui-même; mais de moins en moins au fil des ans. C'est pourquoi on l'ajoute aux produits anti-âge.

La vitamine E stabilise la vitamine A, favorise l'aspect lisse de la peau et améliore l'hydratation de la peau. Elle stimule en outre l'activité enzymatique dans les couches profondes de la peau et donc le métabolisme. La vitamine E agissant de manière préventive contre les lésions cutanées, on la retrouve dans de nombreux produits de protection solaire.

La vitamine C améliore la synthèse des microprotéines et du collagène dans les tissus. Elle combat les radicaux libres – ces molécules agressives qui accélèrent le processus de vieillissement – et améliore la vascularisation de la peau. Jusqu'à présent, il était difficile d'intégrer de la vitamine C dans les produits cosmétiques car elle est très sensible à l'air et à l'eau. De nouveaux processus de fabrication permettent désormais de la stabiliser jusqu'à ce qu'elle arrive dans la peau où elle peut déployer tous ses effets.

Autre substance qui a fait ses preuves en cosmétique: l'acide hyaluronique. Il protège, lisse et raffermi la peau, stimule le renouvellement cellulaire et agit contre les effets nocifs de la pollution.

Enfin, le collagène est un autre classique anti-âge. Ce principe actif aux multiples vertus améliore l'hydratation de la peau et ses capacités à lier l'eau. Il raffermi et lisse également la peau.

Des cellules souches végétales au venin de poison

Depuis peu, on trouve aussi un nouveau principe actif dans les produits anti-âge: l'ectoïne. Il protégerait la peau des effets nocifs de l'environnement tout en activant les fonctions cellulaires, améliorant l'hydratation de l'épiderme et renforçant les défenses immunitaires de la peau.

Avec le temps, les effets des œstrogènes sur les cellules diminuent. La peau perd alors de son élasticité. Pour prévenir cela, on recourt volontiers aux phyto-œstrogènes, lesquels, contrairement aux œstrogènes, ne sont pas soumis à ordonnance et peuvent donc être utilisés en cosmétique. Les phyto-œstrogènes sont un groupe de substances d'origine végétale parmi lesquelles figurent les isoflavones. On les trouve notamment dans le soja, le thé vert et le ginseng.

Les cellules souches végétales ont également réussi à s'introduire dans les petits pots de crèmes. Une ancienne espèce de pomme sauvage suisse, la «Uttwiler Spätlauber», fournit la base de ce principe actif anti-âge plutôt exceptionnel. Les cellules souches extraites des boutons de fleur protègent et renforcent le cycle de vie des cellules cutanées.

Pour ne plus avoir la moindre ride sur le front, nul besoin de recourir aux injections de Botox. Il existe désormais des crèmes qui contiennent des principes actifs similaires au Botox. Qu'elles renferment du venin de serpent ou de l'argireline, elles sont censées détendre les contractions des muscles du visage et donc produire un effet lissant.

Bien se protéger pour vieillir sereinement

Les produits anti-âge modernes ne protègent pas seulement la peau de la pollution environnementale, en particulier le rayonnement UV, ils réparent également les dégâts causés à l'ADN. Grâce aux enzymes de réparation de l'ADN.

La dermocosmétique est une autre tendance à la mode. Cette cosmétique dermatologique, élaborée sur des bases scientifiques, répond aux besoins individuels de la peau tout en la ménageant – autrement dit, en renonçant par exemple aux colorants, aux parabènes et aux parfums. Elle tient en outre compte de points dermatologiques et pharmaceutiques. Cela signifie par exemple que lorsque la peau est sèche elle ne manque pas seulement d'hydratation et de lipides mais qu'il faut aussi améliorer sa fonction de barrière. En fonction de leur composition, ces produits répondent à des critères d'efficacité et de tolérance, fixés dans les lignes directrices de la dermocosmétique contre le vieillissement de la peau («Leitlinie Dermakosmetik gegen Hautalterung» en Allemagne).

Se sentir bien

Malgré tous les effets positifs vantés par les fabricants, les produits ne sont toujours pas à même de stopper le vieillissement cutané. Mais leur utilisation

régulière peut néanmoins atténuer les signes visibles du temps qui passe.

Il faut un microscope ou un processus spécial de mesure pour constater la diminution de la profondeur des rides due à une crème. Lorsque le produit mentionne «diminution de 30 % de la profondeur des rides», cela signifie qu'une ride qui mesurait environ 3 millimètres de profond, n'aura après une certaine durée d'application du produit plus que 2 millimètres. Mais il y a les faits d'un côté et les sensations de l'autre. On se sent tout simplement «bien dans sa peau» quand on la soigne tous les jours. Et cela se voit. Les soins quotidiens sont donc devenus un rituel apprécié de bien des gens.

L'essentiel pour un produit est d'apporter suffisamment d'hydratation et de lipides à la peau afin qu'elle ait un aspect lisse et soigné. On y ajoute ensuite des principes actifs novateurs, notamment pour stimuler les mécanismes de réparation naturels de la peau et donc l'aider à s'aider elle-même.

L'ennemi n°1 de la peau: l'abus de soleil

Voici encore un sujet important concernant le thème de la prévention du vieillissement: la protection solaire. Alors qu'en Europe on a longtemps considéré que le bronzage était synonyme de beauté, les femmes asiatiques cherchent plutôt à atteindre un idéal de blancheur. Elles évitent strictement toute exposition au soleil. Effet secondaire évident: leur peau reste souvent lisse et sans ride jusqu'à un âge avancé. Au fil du temps, les Européennes ont aussi pris conscience des effets négatifs des bains de soleil prolongés et les produits de protection solaire affichant un indice de protection élevé sont de plus en plus demandés. De nombreux produits solaires – principalement disponibles en droguerie et en parfumerie – contiennent maintenant aussi des principes actifs anti-âge. Pour une double efficacité.

De nombreuses lignes anti-âge proposent des crèmes de jour avec protection UV ou, depuis peu, des

concentrés anti-UV à appliquer, si besoin, en plus de la crème de jour habituelle.

La technologie moderne

Pour un résultat visible et durable, on peut, en plus de l'utilisation régulière de cosmétiques ciblés, essayer un des nombreux nouveaux traitements proposés dans les instituts esthétiques ou les centres médicaux de wellness. Les nouvelles méthodes hautement technologiques devraient permettre d'améliorer sensiblement l'aspect de la peau. La microdermabrasion, par exemple, consiste à éliminer la couche superficielle de l'épiderme au moyen de particules abrasives. Résultat: les petites ridules, les cicatrices superficielles et les défauts de surface s'estompent et le renouvellement cellulaire s'accélère. La peau est plus lisse et plus fine, le teint plus régulier. Le traitement aux ultrasons et la iontophorèse consistent à introduire des principes actifs dans les couches plus profondes de la peau où ils peuvent déployer tous leurs effets. Les traitements qui associent méthodes technologiques et soins traitants sont encore plus ciblés. Non seulement parce qu'après traitement ad hoc la peau est durablement plus belle. Mais aussi parce qu'ils stimulent les fonctions de la peau et ses capacités d'autoréparation. Ces méthodes conviennent donc particulièrement au traitement pré et postopératoire de la chirurgie esthétique et plastique.

Très à la mode, outre les traitements aux ultrasons, on trouve les traitements aux ondes radios. Ces dernières peuvent, dans certaines fréquences, activer les molécules dont les mouvements chauffent les tissus. Un phénomène qui stimule la production de collagène et d'élastine. Au final, les tissus sont plus fermes.

Franka Hänig, SPA inside / trad: cs