

# Rides: restez diplomates!

**Il faut appeler un chat un chat. Cela dit, personne ne peut jeter à la figure d'un client que sa peau ressemble à une ceinture en cuir fendillé, à une steppe desséchée ou qu'elle brille comme la couenne du lard... Mieux vaut se montrer diplomate!**

Attablé devant une assiette de pâtes, vous vous emparez du fromage râpé et en saupoudrez abondamment vos spaghettis fumants. A quoi pensez-vous? Aux spaghettis faits maison ou à votre estomac qui crie famine? Ou alors à la peau sous votre bras qui s'agite au rythme du pot de fromage râpé? Amusé plus qu'attristé, vous vous promettez peut-être d'appliquer votre lotion corporelle aussi sur cette zone souvent oubliée. On n'y peut rien. Le corps est naturellement voué à la décadence... L'usure des organes tout comme l'allure de la peau nous le montrent. Cela dit, la peau est le seul organe à pouvoir montrer si bien comment nous vivons, ce que nous avons traversé et quel âge nous avons. Sa superficie d'1,8 mètres carrés en fait l'organe le plus grand de l'être humain et enveloppe ce dernier d'une protection très résistante. La peau régule l'hydratation et la chaleur du corps et perçoit les stimulations sensorielles comme le contact, le froid, la chaleur et la douleur. Pour empêcher les substances nocives ou allergènes de pénétrer dans la peau, cette dernière présente un pH constant, légèrement acide de 5,5 et est constituée de trois couches dont les fonctions se complètent à merveille.

- L'épiderme (couche supérieure) protège le corps des influences extérieures et empêche les agents pathogènes et les particules de saleté de pénétrer dans les tissus. Cette fonction de «barrière» est renforcée par une couche de protection acide propre à chaque peau. Sa surface est formée de cellules mortes kératinisées. D'une épaisseur de 0,03 à 0,05 mm, l'épiderme peut atteindre plusieurs millimètres d'épaisseur au niveau de la paume des mains et de la plante des pieds. Il est lui-même constitué de cinq couches (de l'extérieur vers l'intérieur): stratum corneum, stratum lucidum (paumes des mains et plantes des pieds uniquement), stratum granulosum, stratum spinosum, stratum basale.

- Sous l'épiderme, le derme veille à la tenue et à l'élasticité de la peau. Au niveau inférieur se trouvent les muscles et les vaisseaux sanguins – essentiels pour la régulation de la température. Les glandes sébacées et sudoripares sont également à ce niveau.

- Sous le derme, l'hypoderme est une couche d'isolation et de conservation. Essentiellement composé de graisse subcutanée, de tissus conjonctifs et d'eau, il donne à l'être humain la forme de son corps.

C'est là que se trouvent les cellules sensibles aux pressions exercées sur la peau.

Le corps a besoin d'un laps de temps d'environ quatre semaines pour que de nouvelles cellules apparaissent sur l'épiderme. Petit à petit, elles s'aplatissent, meurent et se détachent pour faire place à la relève.

## La beauté vient de l'intérieur

Un morceau de peau de la taille d'un timbre est composé d'environ trois millions de cellules, d'un mètre de vaisseaux sanguins, de trois mètres de nerfs et de plus de cent glandes sébacées et sudoripares. Bien que tous les êtres humains soient tous pourvus de la même manière sur ce plan, aucune peau ne ressemble à une autre et toutes racontent des histoires différentes. Tout dépend des dispositions héréditaires, des influences hormonales (puberté, ménopause, grossesse, contraception, etc.), de l'alimentation, du mode de vie, des produits de soins utilisés, des influences végétatives, des conditions météorologiques (climat, saison, humidité atmosphérique, UV) et du processus de vieillissement. Bon nombre de ces facteurs ne peuvent être contrôlés de l'extérieur. Mieux vaut donc d'autant plus fixer son attention sur les points sur lesquels on peut influencer activement: alimentation, mode de vie et soins de la peau. En raison de ses besoins élevés en nutriments, la peau est particulièrement sensible aux troubles liés à une alimentation déséquilibrée ou présentant des carences. Pour que la peau reste saine et ferme, elle a besoin de micronutriments – essentiels à la formation du collagène – comme la vitamine A, B6, C ou encore le zinc. La croissance des ongles et des cheveux dépend de l'apport en vitamine B12 et en acide folique. Ces deux nutriments sont essentiels pour faire baisser le taux d'homocystéine, cette dernière pouvant freiner la production de collagène si elle se trouve en grandes quantités dans le corps. Cela dit, c'est la teneur en humidité qui distingue avant tout la peau d'un enfant de celle de ses grands-parents. Les cellules d'un nourrisson sont remplies d'eau à ras bord, alors que celles des personnes âgées sont déshydratées. Pour que l'eau reste dans les cellules, la peau a besoin de graisses – qui rendent la peau souple et lient les particules d'eau pour ne pas qu'elles s'évaporent. Les

lipides issus de notre alimentation quotidienne influencent très fortement la peau, il faut donc veiller à consommer les «bonnes» graisses. Trop de graisses animales saturées et d'acides gras trans, associés à trop peu d'acides gras essentiels insaturés (acide linoléique et linoléique) issus des légumes, des fruits secs, des graines et du poisson, peuvent nuire à la formation des graisses de la peau. En effet, les produits métaboliques à base d'acide linoléique et linoléique (par exemple dans l'huile d'onagre) sont des constituants indispensables des lipides épidermiques. Ces graisses exigent une attention toute particulière en hiver. L'air froid et sec, le vent et l'air surchauffé des maisons abîment la peau en la desséchant. Pour y remédier, pensez à la vitamine E – qui protège les lipides de la peau et contribue à conserver son hydratation –, à l'huile d'onagre, de graines de lin, de sésame, de maïs ou de chardon. Une consommation excessive de sucre, les hydrates de carbone raffinés et l'alcool perturbent le métabolisme des acides gras dans la peau. Il en va de même pour les douches trop longues ou l'eau des piscines imprégnée de chlore. Pour mieux prévenir encore la formation des rides, pensez aux antioxydants comme les vitamines A et C, le sélénium et la cystéine. Ils atténuent les dommages liés à l'oxydation que subit la peau lorsqu'elle est exposée au soleil, à l'air vicié ou enfumé. Les protéines issues des œufs, des poissons, des produits laitiers pauvres en graisses et de la viande maigre aident aussi les peaux vieillissantes – dont l'élasticité est mieux conservée grâce à la vitamine B.

## Dire les choses

Avant que les clients s'occupent de leur peau de l'intérieur, ils préfèrent souvent dépenser beaucoup d'argent pour des produits de soins onéreux. De leur point de vue, ces derniers représentent la mesure essentielle pour lutter contre les signes du temps. Une chose est sûre: pour bon nombre de personnes, le vieillissement est un problème qui les préoccupe quotidiennement. Notamment les femmes. Elle perdent confiance en elles, se sentent moins séduisantes, craignent de voir leur conjoint les quitter. Certaines d'entre elles ont même déjà connu les affres de la séparation et, en se regardant dans la glace jour après jour, se rendent compte que bon nombre de leurs rêves ne se réaliseront plus. Chez les ados aussi, la peau et ses impuretés causent bien des soucis. Ils ont le sentiment que leur entourage n'a d'yeux que pour leurs boutons. Certaines femmes ne sortent jamais sans leur boîte de poudre de peur que leur peau ne se mette soudain à briller... en faisant preuve de beaucoup de psychologie, vous pouvez, au moment de la vente, donner à ce genre de clientèle le sentiment qu'elle peut être belle et séduisante malgré cette «imperfection».

Un entretien professionnel nécessite des périphrases et des formulations positives. Une peau normale se distingue par son côté peu compliqué: ni trop sèche,

ni trop grasse, sa couche protectrice est intacte et les pores restent invisibles. En revanche, les peaux sèches se définissent comme très délicates, aux pores très fins et souffrant d'un manque d'hydratation; souvent, elles ne disposent que d'une pellicule hydrolipidique extrêmement fine, ce qui ne lui permet pas de remplir sa fonction de barrière.

Rares sont ceux qui montrent une mine réjouie quand ils s'entendent dire qu'ils ont la peau grasse. Le droguiste aura meilleur temps de faire remarquer que la peau brille beaucoup, que ses pores sont trop dilatés ou encore qu'elle est sujette aux boutons et aux impuretés.

Les peaux matures se distinguent par la prolifération des rides et ridules due au ralentissement de la production de nouvelles cellules et de leur régénération. Le collagène et les tissus conjonctifs se durcissent, la peau devient flasque et se déshydrate, devenant ainsi souvent très sèche. Les peaux impures sont liées à une production excessive de sébum (hyperséborrhée), provoquant l'obstruction de la glande sébacée et donc l'apparition de microcomédons. Les peaux sensibles présentent une nette tendance aux rougeurs et à la sécheresse; elles sont délicates et leurs pores quasi invisibles. Leur fonction de barrière est perturbée et n'offre qu'une protection limitée. Tiraillements, sensations de brûlure, ce type de peau s'irrite et rougit facilement. Quant aux peaux mixtes, elles se caractérisent par une zone T grasse (front, nez, menton) et une zone plus sèche au niveau des joues. La zone T a les pores dilatés et est sujette aux impuretés, tandis que la peau autour des tempes, des yeux et des joues reste sèche. Quelques idées en matière de conseils:

- Rappelez à votre cliente que le vieillissement de la peau est un processus tout à fait normal, qu'elle reste belle malgré cela et qu'elle améliorera son ressenti face à sa peau en utilisant correctement les bons soins.

- Déterminez ce que votre cliente veut vraiment, ce qu'elle est prête à faire, les produits de soins dont elle dispose à la maison et comment elle traitait sa peau jusqu'à ce jour. C'est ainsi que vous pourrez ensuite lui présenter le programme de soins qui lui convient le mieux.

- Après deux semaines, la cliente devrait revenir vous voir pour vous faire part de ses impressions face à ces nouveaux produits. Peut-être qu'une adaptation se révélera nécessaire, voire des possibilités d'amélioration.

- Prenez garde à votre langage. Ce qui ne signifie pas qu'il faille tourner autour du pot. Employez des concepts qui parlent aux sens de votre cliente: vitalité, élasticité, teint rosé, sensations, etc. Essayez de raconter une histoire plutôt que d'assener des faits.

- Ne parlez pas du problème, mais de la solution. Au lieu de mentionner la disparition des rides, des boutons, des surfaces brillantes et du teint terne, insistez fortement sur l'objectif: un teint régulier, une peau

souple, des cellules gorgées d'eau, une meilleure qualité de vie, une crème au parfum agréable.

- Faites de véritables compliments à votre clientèle, par exemple concernant son bon goût en matière de couleurs, sa coiffure, etc. Tout ce qui vous semble positif en elle.

Sabine Humi, trad: dg

## Sources et informations

[www.burgerstein.ch](http://www.burgerstein.ch)

[www.haut-wissen.ch](http://www.haut-wissen.ch)

[www.eucerin.com](http://www.eucerin.com)