

Beauté totale

# COLLAGÈNE

## Star de l'anti-âge!

Le collagène présent dans notre corps diminue avec les années. D'où l'intérêt d'en trouver ailleurs, car c'est un champion de l'anti-âge qui nous aide à paraître visiblement plus jeune et à garder nos os et nos articulations souples.

### ÉLASTICITÉ ET RÉGÉNÉRATION DES TISSUS

Le collagène est une protéine naturelle. Environ un quart de la masse protéique d'un organisme humain, est due au collagène.

C'est la protéine structurale majeure qui forme des armatures, renforçant les structures telles que les tendons, la peau et les organes internes. Dans les os et les dents, le collagène (ou plutôt les collagènes, car on en dénombre

plus de 25 sortes) forme un matériau composite avec les sels minéraux. Il détermine l'élasticité de l'épiderme et favorise la régénération des tissus. Le souci, c'est que sa production n'est pas continue.

### EN DIMINUTION AVEC L'ÂGE

La capacité de production du collagène diminue avec l'âge. **Notre peau en perd en moyenne 1% chaque année** et cela dès l'âge de 30 ans, et parfois

## 3 TYPES DE COLLAGÈNE

La protéine de collagène est classifiée sous différents types :

- **Le collagène de type I**, le plus abondant, se trouve dans la peau, les tendons, et beaucoup dans le tissu osseux ;
- **Le collagène de type II** se trouve dans les cartilages ;
- **Le collagène de type III** dans les muscles et les parois des vaisseaux.

même avant pour certaines personnes. Au-delà de facteurs tels que l'âge, le soleil ou la génétique, plusieurs mécanismes internes peuvent être responsables de la diminution de sa production : baisse de l'activité des cellules productrices de cette protéine, diminution des enzymes et activation avec l'âge, ou par l'action des rayons UV, des enzymes qui dégradent cette protéine. À cause de cela, l'épiderme se

## 8 ALIMENTS RICHES EN COLLAGÈNE

- Le saumon (le zinc active les protéines nécessaires à la synthèse du collagène).
- Les légumes verts.
- L'avocat.
- Les œufs.
- L'ail.
- Les fruits rouges.
- Le bouillon d'os.
- Les kiwis.

fragilise, se flétrit et perd de sa fermeté. Les soins et produits à base de cette protéine permettent donc de maintenir la beauté et la jeunesse de la peau.

### SOUS DIFFÉRENTES FORMES

#### ■ En crème

Les crèmes anti-âge à base de collagène vont hydrater la peau et agir sur les rides. On retrouve notamment le collagène dans la gamme au micro-collagène vectorisé de *Resultime*.

#### ■ En gélules et en poudre

Le collagène marin est disponible en cosmétique sous forme de crème, ou en gélules dans les compléments alimentaires. Mais il existe également sous la forme d'un ingrédient en poudre neutre de peptides hydrolysés à ajouter aux préparations, boissons et aliments de votre choix pour les enrichir en collagène.

#### ■ En injection

Le collagène peut être injecté directement dans la peau à l'aide d'une aiguille pour une action immédiate sur les rides. Un procédé qui a ses détracteurs et doit être très bien maîtrisé pour des résultats naturels et durables (6 à 9 mois).



#### ■ A boire

Selon les entreprises qui commercialisent le collagène à boire, un shot agirait à un niveau plus profond qu'une crème pour que le corps profite pleinement des bénéfices de la protéine. Le collagène liquide proposé à la vente est issu, en général, des bovins, car leur collagène est proche de celui de l'humain. Attention cependant : comme pour toute consommation de viande par exemple, il peut donc y avoir un risque au niveau de la qualité du collagène proposé à la consommation. N'achetez pas n'importe quoi !



### ET LE COLLAGÈNE MARIN ?

Il est extrait de peaux, d'arêtes ou d'écaillés qui représentent 30% des coproduits issus de la transformation des produits de la mer. Disponible sous la forme de peptides hydrolysés de collagène marin de faible poids moléculaire, il a une action très efficace sur le développement cellulaire et la régénération des tissus, une excellente biocompatibilité et biodégradabilité. Vous pouvez donc le privilégier en cures, plusieurs fois dans l'année. ■ E.d.B.

## 6 ACTIONS CHAMPIONNES

- Pour une peau lisse, jeune et presque sans rides
- Pour des os et des cartilages lisses
- Pour améliorer son métabolisme
- Pour renforcer ses muscles
- Pour déclarer la guerre à la cellulite
- Pour retrouver une silhouette ferme.

### C'EST AU TOP

#### « Chouchou » de la rédaction !

*Resultime* a mis au point et breveté un actif, le micro-collagène vectorisé, qui isole des micro-fragments actifs de collagène pour les intégrer dans une structure qui les transporte jusqu'au cœur de la peau. Dans toute la gamme proposée, ce gel-sérum exceptionnel associe les collagènes repulpants à un actif stimulateur de collagène pour un effet « Nouvelle Peau », visible en quelques jours (Gel-Sérum Collagène, *Resultime*, 59,90 € les 50 ml).



Cosméto

# S.O.S. contour des yeux !



Dès 30 ans, il est capital de soigner particulièrement la zone très sensible du contour des yeux qui a tendance à marquer de plus en plus avec les années. Voici un plan d'action ciblé.

### UNE ZONE TRÈS FRAGILE

La zone du regard, du contour de l'œil et des paupières est particulièrement fragile avec une peau très fine, richement vascularisée et pauvre en collagène, ce qui favorise l'apparition rapide des signes du vieillissement. A partir de la trentaine, certaines rides d'expression (ride du lion, pattes d'oie) restent visibles même lorsque le visage est au repos et la queue du sourcil s'affaisse légèrement. A partir de 40 ans, des cernes et parfois des poches se creusent en-dessous des yeux donnant un air fatigué. Et cela ne s'améliore pas avec les années !

### DES INNOVATIONS CIBLÉES

Il convient donc déjà d'utiliser, matin et soir, de bonnes crèmes de soins pour rendre et lisser les traits, les rides, les ridules et les paupières, affiner le contour, effacer les cernes et les poches sous les yeux. Les laboratoires cosmétiques rivalisent d'intelligence et d'innovation pour proposer aujourd'hui des soins très précis pour toute la zone du contour des yeux.

### DES ACTIONS COMPLÉMENTAIRES

#### En roll-on

Particulièrement fragile, la zone du contour des yeux est sensible aux agressions du temps et de l'environnement et mérite



toute notre attention. Les actifs des Marais salants hydratent, protègent la peau et apportent un effet liftant contre les signes de fatigue. (27,50 € le sérum & soin contour des yeux de Guérande).

#### En crème

Le *Regard de Reine* concentre le meilleur de l'Ayurveda dans une formule inédite, composée d'actifs naturels rares et précieux et d'actifs anti-âge puissants (Acide Hyaluronique, Collagène, Elastine). Léger et non gras, ce soin d'exception, cet anti-âge absolu, lift et redéfinit le contour des yeux et des lèvres (44,90 € sur [taaj.fr](http://taaj.fr)).



#### En soin

Ce soin yeux défatigant, anti-cernes, anti-poches de Guinot diminue l'apparence des cernes et des poches, tonifie le contour de l'œil, illumine et défatigue instantanément le regard (Eye-Fresh sur [guinot.com](http://guinot.com))

#### En patch

Faciles à utiliser et inspirés des rituels de beauté asiatiques, les patchs tissus yeux Sephora offrent une solution efficace à chaque problématique ciblée. Ils épousent parfaitement le contour de l'œil pour une meilleure interaction des actifs avec la peau (1 € sur [sephora.fr](http://sephora.fr))



#### En masque

Enrichi en fibres d'oxyde de cuivre Cupron, le Masque pour les yeux régénérant d'Illuminate lutte contre les rides les yeux fermés la nuit pour un réveil en beauté. Il réduit visiblement les signes de l'âge, notamment l'apparition des ridules et des pattes d'oie, en seulement 4 semaines (29,95 € sur [lokkfantastic.fr](http://lokkfantastic.fr)).

#### En injections

Il existe également des solutions non invasives et non chirurgicales de médecine esthétique de pointe pour cette zone particulièrement sensible. Certaines injections permettent de bloquer les muscles d'expression au niveau du regard et de renouveler le collagène que la peau ne fabrique plus en quantité suffisante pour lui garder une apparence lisse. Pour cela, privilégiez les injections de toxine botulique et le laser Fraxel. Pour remédier plus particulièrement aux cernes, on utilise des traitements à base d'acide hyaluronique qui hydratent en profondeur et commencent à agir également sur la fermeté cutanée : soit des injections de *Perlane*, soit des injections de *Restylane Skinbooster*.

#### En massages

Avec la pulpe des quatre doigts, effectuez un mouvement rotatif sur le contour des paupières, de l'intérieur vers l'extérieur. Puis, placez deux doigts (votre index collé à votre majeur) de chaque main le long de l'arrête de votre nez, à la naissance des cernes. Partez de cet endroit et déplacez vos doigts le long de vos paupières, vers l'extérieur et en remontant vers les tempes, en appuyant légèrement. Répétez ce massage une dizaine de fois. ■ E.d.B.



Produits

# Une rentrée en douceur !

### Huile démaquillante

Premier geste essentiel pour une peau saine et confortable, cette innovation *Oden* dévoile une huile fluide et délicate qui dissout intégralement le maquillage et les traces de pollution.

Grâce à sa formule 2-en-1, la peau est à la fois démaquillée et nettoyée, souple et hydratée. Son finish ne laisse aucun film gras sur la peau et n'obstrue pas les pores (Huile Démaquillante et Nettoyante *Oden*, 34 € les 100 ml sur [oden.fr](http://oden.fr)).



### Anti peau d'orange

L'huile de massage *Circul'aroma* de *Salvia* est spécifiquement formulée à base d'huile végétale et d'huiles essentielles drainantes telles que le cyprès, le pin ou le santal, reconnues pour drainer la lymphe, décongestionner, resserrer et resserrer et tonifier les tissus et lisser la peau (19,50 € les 30 ml).



### Innovation anti-âge

*Uriage* s'inspire des injections de comblement et des traitements de réjuvenation pour proposer le 1<sup>er</sup> soin capable de corriger les signes de l'âge, préserver la peau de l'exposome, tout en offrant un effet perfecteur visible dès la première utilisation. Destiné aux femmes qui recherchent un produit cosmétique à utiliser en relai des traitements en cabinet, le Soin Combleur Multi-Corrections Instantané lisse, repulpe, unifie et protège parfaitement la peau, qui rayonne de jeunesse (32 € les 40 ml, disponible dès octobre 2019 en pharmacies).



### SOS peau parfaite !

Dès la rentrée, il est important de prendre soin de sa peau après les vacances au soleil. Galenic propose aux femmes le kit parfait pour retrouver une peau parfaitement nettoyée, purifiée et éclatante de beauté avec 3 masques : chaud détox, froid purifiant et désaltérant hydratant (Kit SOS peau parfaite, 35 € les 3 pots de 15 ml). ■



### Fraîcheur assurée

Cette formule extrêmement efficace pour les peaux les plus sensibles offre une protection 24h grâce à des actifs naturels (Argent & Terre de Diatomée) qui régulent le processus naturel de transpiration et luttent contre le développement des bactéries responsables des mauvaises odeurs. A leurs côtés, une poudre végétale absorbante (amidon de Maïs) réduit la sensation d'humidité par son effet matifiant. Ce déodorant douceur se veut également rafraîchissant grâce à l'eau florale de menthe poivrée et à l'extrait de thé vert (déodorant douceur Acorelle, 10,90 € le stick de 45g). ■



### Soin végétal lumineux

La peau a besoin d'être parfaitement hydratée pour se défendre face aux agressions extérieures, mais il faut pour cela privilégier des textures ultra-légères, presque aériennes même, afin qu'elle reste matifiée tout au long de la journée. C'est justement toute la promesse de ce gel satin qui dépose sur le visage un délicat voile d'hydratation et procure un maximum d'éclat. Au cœur de sa recette végétale, rien que des ingrédients rigoureusement sélectionnés, de véritables trésors de la nature à l'instar de l'extrait de graine de Lin adoucissant, de l'Algue Brune Padine qui augmente l'élasticité et la souplesse de la peau, ou bien encore du Figuier de Barbarie (Gel satin lumière de D'Âme Nature, 18 € le tube de 50 ml). ■



### Petits petons masqués !

Destiné aux pieds très secs, ce soin au parfum extrêmement relaxant intègre à sa formule de pointe les actifs végétaux les plus réputés pour leur pouvoir hydratant : beurre de Karité, huile de Jojoba, extraits de Pêche et de Carotte, vitamine E antiradicalaire... Riche mais non grasse, sa texture voit son efficacité accrue par le port de chaussettes, qui permettront de préserver notre parure de lit préférée ! (Masque de nuit Akiléine pour pieds secs, 9 € les 100 ml). ■



### Sublimer corps & cheveux

L'huile de Moringa bio Emma Noël est 100% d'origine naturelle et possède des propriétés hydratantes et apaisantes. Très nourrissante, elle est idéale pour les peaux et cheveux secs ou après une exposition au soleil. Riche en tocophérols (vitamine E), elle agit comme un puissant antioxydant et participe également à la régénération de la peau grâce à sa teneur en acide oléique (65%). Conditionnée en flacon de 50 ml et munie d'un bouchon doseur très pratique, elle s'applique quotidiennement en massages légers sur le corps et les cheveux (13 € le flacon-pompe). ■



### Après-soleil anti piqûres

Dernier né de la gamme Para'kito, le tout nouveau spray huile sèche anti-moustiques et anti-tiques est l'allié idéal des dernières soirées d'été ! En plus d'assurer une protection efficace de 6h contre le moustique tigre et les tiques, la formule du spray huile sèche apporte hydratation, douceur et réconfort à la peau. Water-résistante, elle est sans effet gras ni collant, au parfum doux de coco (14,90 € les 75 ml). ■



### Eclat anti tache

Idéal pour les personnes ayant des problèmes de rougeurs ou de taches d'hyperpigmentation, ce sérum s'inspire des soins cosmétiques indiens ayurvédiques. Le sérum éclaircissant Kerala de TAAJ est le parfait allié pour unifier, lisser et sublimer l'éclat du teint. En effet celui-ci offre un véritable traitement efficace qui permet d'atténuer jour après jour tous les types de taches et de retrouver un teint lumineux (37,90 € les 30 ml). ■ E.d.B.

