

12

Secret de crèmes pour homme averti

MESSIEURS, SAVEZ-VOUS À QUOI SERVENT LE RÉTINOL, L'ACIDE GLYCOLIQUE, LES PEPTIDES, LES ANTIOXYDANTS? CES INGRÉDIENTS QUE CONTIENNENT CRÈMES ET LOTIONS DE BEAUTÉ SONT LÀ POUR VOUS AIDER À ÉLIMINER LES RIDES ET VOTRE MAUVAISE MINE. COMMENT LES RECONNAÎTRE? LE DERMATOLOGUE ARI DEMIRJIAN FAIT LE POINT.

LOUISE LABRECQUE
COLLABORATION SPÉCIALE

« **T**out d'abord, il faut comprendre que la peau des hommes est différente de celle des femmes. Elle est plus épaisse et moins lisse à cause de la présence des hormones mâles, les androgènes. Elle demande donc des soins plus spécifiques », dit le dermatologue. Alors que certaines crèmes sont unisexes, que d'autres sont conçues avant tout pour répondre leurs besoins.

Car la peau masculine produit davantage de sébum et de sueur. Elle est donc plus grasse et plus acide. Les pores sont plus apparents et propices aux boutons. Le rasage quotidien, l'exposition au soleil sans protection ainsi que les habitudes de vie - nourriture grasse, fumée, alcool - endommagent également la peau.

En plus, la peau de monsieur vieillit différemment. « Comme la peau est plus épaisse et plus grasse, elle contient davantage de collagène, la protéine qui constitue les tissus de la peau. Elle ride donc moins vite que la peau féminine », précise le spécialiste. Mais ces chanceux ne sont pas en reste. Car lorsque le taux de collagène diminue avec l'âge, la peau se marque encore plus profondément. Elle perd ainsi

de sa fermeté et subit la loi de la pesanteur. Résultat? Les sillons se creusent, les joues s'alourdissent, le menton se dédouble, le cou s'élargit.

Pour ralentir ce processus naturel du vieillissement, les crèmes anti-âge renferment aujourd'hui des ingrédients actifs. Testés en laboratoire et approuvés par les dermatologues, ces produits, qu'on appelle cosméceutiques, doivent être choisis avec soin, car ils modifient la structure de la peau. Tandis que les produits cosmétiques améliorent superficiellement la peau en l'hydratant et la nourrissant.

Le rétinol et la trétinoïde

Jusqu'à ce jour, la trétinoïde est le seul produit reconnu pour ses effets anti-âge par Santé Canada, dit le dermatologue. Ce produit médicamenté vendu sous prescription seulement est un dérivé de la vitamine A. Il exfolie la peau de l'épiderme et stimule le renouvellement cellulaire. Très performant, il régularise la transformation de l'épiderme, élimine les cellules irrégulières, active la formation de collagène, diminuant considérablement les ridules et les taches pigmentaires. Il doit être administré sous la supervision d'un dermatologue.

On offre en vente libre un dérivé de la trétinoïde, appelé le rétinol. Plus doux, il contribue également au renouvellement cellulaire. « Une fois dans la peau, le rétinol se transforme en trétinoïde. Il atténue ainsi les rides et les ridules. Bien entendu, il n'est pas aussi puissant, mais son efficacité est reconnue par les dermatologues. »

L'acide glycolique ou les AHA

On connaît l'acide glycolique sous l'appellation AHA (acide alpha-hydroxyde) ou acide de fruits. En fait, il s'agit bien d'acides, à effet plus ou moins corrosif, dont l'application sur la peau provoque l'élimination des cellules mortes en surface. Débarassée de ses impuretés, la peau devient lisse et le teint lumineux. Pas conséquent, les rides et les ridules s'atténuent.

Pour être vraiment efficaces, les crèmes à base d'acides de fruits doivent afficher une concentration en AHA entre 4 et 15 %. Ces crèmes sont en vente libre en pharmacie, mais peuvent également être prescrites par un dermatologue.

L'acide hyaluronique

C'est une substance que l'on retrouve naturellement dans l'épiderme. Elle sert principalement à retenir l'eau et les nutriments de

la peau. Elle contribue à lui donner du volume. Certains se font injecter cet acide afin de combler les rides superficielles. D'autres préfèrent une méthode douce, soit l'application d'une crème à base d'acide hyaluronique. Cette molécule lisse la peau et restaure son hydratation.

Les peptides

Ces molécules sont suffisamment petites et pénètrent bien dans la peau. Elles stimulent la production de collagène et favorisent la réparation des tissus. Les peptides, connus aussi sous le nom de Matrixyl, réduisent ainsi les ridules et améliorent la fermeté de la peau.

Le silicium

La peau contient naturellement du silicium. Cet élément est indispensable à la synthèse du collagène et des fibres d'élastine du derme. Avec l'âge, la quantité de silicium diminue de 80%. Il en résulte une perte notable de fermeté de la peau. Les produits à base de silicium sont tout indiqués pour lui redonner du tonus.

Les écrans solaires

Ils sont indispensables! «Qu'importe une crème antirides, si au départ on ne protège pas sa peau contre les rayons du soleil?» dit le dermatologue, qui traite plusieurs cas de cancer de la peau. Lorsqu'on sait que le plus grand responsable du vieillissement cutané est le soleil, il importe de se protéger contre ses rayons. «Si la crème de jour ne contient pas de protection solaire, il vaut mieux appliquer la crème traitante au coucher, puis mettre un écran solaire le matin», conseille-t-il.

La vitamine C

On connaît ses bienfaits dans l'alimentation. Mais cette vitamine fait aussi des merveilles pour la peau. Elle agit comme un protecteur contre les radicaux libres que la peau fabrique pour se protéger du soleil par exemple, explique notre expert. La vitamine C, qu'on appelle aussi la vitamine «coup d'éclat», stimule donc le collagène, raffermi la peau, atténue les rides et éclaircit le teint.

Toutefois, cette vitamine est sensible. Elle se dégrade rapide-

ment. On conserve donc les produits à l'abri de la lumière et on referme bien le flacon.

La vitamine E

Antioxydant essentiel à l'organisme, la vitamine E aide à prévenir le vieillissement des cellules et réduit la fatigue en approvisionnant le sang en oxygène. Appliquée sur la peau, elle n'a pas d'effet sur le collagène, précise le dermatologue, mais elle protège la peau contre les radicaux libres. En plus de la restaurer, elle l'adoucit.

La vitamine B5

Cette vitamine se retrouve dans la fève de soja. Son arrivée dans l'univers des cosméceutiques est récente, tout comme l'isoflavone, un dérivé de la plante. Cette molécule et vitamine du soja possède des vertus hydratantes et apaisantes très bénéfiques pour la peau masculine. «Le soja a des propriétés éclaircissantes et hydratantes pour la peau. Il améliore ainsi sa texture et atténue les rougeurs.» Ce produit est donc idéal pour les peaux sèches et sensibles.

ADRESSES:

- > Anthony: chez Ogilvy exclusivement
- > Clarins men: en pharmacie.
- > Décléor: chez Ogilvy
- > Isseo homme: chez Ogilvy exclusivement
- > Kiehl's: chez Ogilvy exclusivement
- > LAB Séries: chez Holt Renfrew exclusivement
- > La Roche Posay: en pharmacie
- > L'Oréal men expert: en pharmacie
- > Nickel: chez Jean Coutu, Sears et Ogilvy
- > Polaar: chez Sears et Ogilvy
- > Reversa: en pharmacie
- > Shiseido men: chez Ogilvy
- > SK-II: chez Holt Renfrew exclusivement
- > Sothys homme: dans les instituts Sohy's / 450-688-0123
- > Vichy homme: en pharmacie

(pages 2 et 3):

- > Boutique Michel Brisson: 1012, avenue Laurier Ouest, 514-270-1012
- > Boutique Philippe Dubuc: 4451, rue Saint-Denis 514-282-1465
- > Browns: dans tous ses magasins
- > Harry Rosen: Centre Rockland 514-735-6227 et Les cours Mont-Royal 514-284-3315
- > Holt Renfrew: 514-842-5111
- > Lunette Diesel: chez les professionnels de la vue
- > Maison Simons: 514-282-1840
- > M0851: Complexe Les ailes 514-842-2563 / 3526, boul. Saint-Laurant 514-849-9759

INGRÉDIENT	PRODUIT	MARQUE	PRIX
Rétinol et dérivés	> Soin Actif anti-rides	Sothys homme	67,75\$
	> Vita Lift	L'Oréal men expert	14,95\$
	> Contre temps	Decléor	49\$
	> Coup de Gueule	Nickel	43\$
Peptides	> Anti-âge intégral	Polaar	48\$
Acide hyluronique	> Redermic	La Roche Posay	45\$
Écran solaire	> Baume hydratant SPF 15	LAB Séries	54\$
	> Fluide anti-rides 8%	Reversa	31\$
Vitamine C	> Sérums antifatigue	Isseo homme	54\$
	> Crème anticernes contour des yeux	L'Oréal men expert	14,95\$
	> Facial moisturizer	Anthony	42\$
	> Redermic	La Roche Posay	45\$
	> Coup de Gueule	Nickel	43\$
	> Facial Fuel	Kiehl's	29,50\$
Vitamine E	> Revitalisant Total	Shiseido men	80\$
	> Antirides Intégral	Clarins men	46\$
	> Advanced signs treatment	SK-II	190\$
Silicium	> Soin régénérant raffermissant	Vichy homme	32\$
Vitamine B5	> Advanced signs treatment	SK-II	190\$
Acide glycolique	> Fluide Antirides 8%	Reversa	31\$
	> Facial moisturizer	Anthony	42\$