Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2010)
Heft: 13

Artikel: Cherche potion miracle pour ma peau mature!
Autor: Zirilli, Anne
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-832086

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 08.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Cherche potion miracle pour **ma peau mature!**

Les crèmes anti-âge, ça marche... parfois. Mais comment choisir? Balade dans la jungle parfumée de l'industrie cosmétique, en compagnie du Dr André Zurn, dermatologue FMH spécialisé en médecine esthétique.

Que de promesses! Chaque marque prétend avoir trouvé au terme de longues recherches le «complexe» exclusif et multibreveté capable de rajeunir la «peau mature» en profondeur. Sous son action bénéfique, le doux matelas qui supporte l'épiderme (le derme) est supposé se raffermir: les fibres de collagènes et d'élastine se régénèrent, «les rides se comblent de l'intérieur», le visage, ainsi «repulpé», retrouve des contours nets. «Vous gagnerez dix ans en quatre semaines», peut-on lire sur le site de Biotherm, qui se targue d'avoir créé «le premier soin capable de désactiver le vieillissement». Rien que ça!

Suivent des explications à donner la migraine à qui n'a pas son doctorat en chimie. Le miraculeux ingrédient inhibe la synthèse des produits terminaux de glycation, stimule celle des glycoamino-glycans ou réactive des gènes aux noms barbares.

Ce marketing qui se perd dans un charabia pseudoscientifique n'est pas fait pour rassurer. Et pourtant, la cosmétique anti-âge n'est pas dénuée de vertus. «La recherche progresse, certains produits sont efficaces», note le Dr André Zurn, dermatologue lausannois.

Le trio de choc

Ce ne sont pas les dernières trouvailles issues des laboratoires cosmétiques qui l'enthousiasment, mais des substances utilisées depuis des années: la vitamine A et ses dérivés, les acides de fruits et les antioxydants.

Championne toutes catégories, la vitamine A, utilisée primitivement sous forme de dérivé contre l'acné et le psoriasis, s'est révélée un puissant antirides lorsqu'on a eu l'idée de l'incorporer à une crème. «C'est le principal actif capable de relancer la synthèse des fibres de collagène dans le derme, note le Dr Zurn. Le seul dont les propriétés soient scientifiquement établies». Reste à choisir entre la crème médicale à la vitamine A acide (acide rétinoïque ou trétinoïne) ou sa variante douce grand public à base de vitamine A naturelle (rétinol). La première, délivrée sur prescription, est plus efficace, mais entraîne des effets indésirables, dont une sensibilité accrue aux rayons UV. Les dermatologues s'en servent volontiers sur leur personne, mais conseillent plutôt à leurs patientes la crème à la vitamine naturelle, plus facile à utiliser.

Les deux autres familles d'actifs antirides reconnus sont les acides de fruits (AHA) et les antioxydants. A forte dose, les premiers font office de peelings. A faible dose, leurs propriétés exfoliantes rajeunissent l'épiderme en évacuant les cellules mortes de la couche cornée. Les ridules s'atténuent, le visage prend un coup d'éclat.

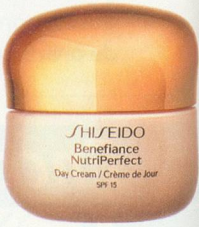
Gare aux ultraviolets

Quant aux anti-oxydants, ils protègent les cellules de l'épiderme contre les dégâts commis par les radicaux libres, ces molécules qui redoublent d'agressivité sous l'influence des rayons ultraviolets. La liste des antioxydants s'allonge chaque année. Aux vitamines E (tocophérol) et C et aux minéraux (sélénium, manganèse, silicium, zinc), s'ajoutent désor-

◀ **ISOLIFT D'URIAGE** Acides de fruits et rétinol, deux anti-rides éprouvés, acides hyaluroniques pour hydrater. 42 fr. (30 ml) en pharmacie.

◀ **VISAGE VITAL DE NIVEA** Du soja dans l'espoir de compenser le déficit hormonal et la vitamine E comme antioxydant. 22 fr. 90 (50 ml).

▶ **BENEFIANCE NUTRIPERFECT DE SHISEIDO** Vitamines et carnosine, un dipeptide pour protéger le collagène. 151 fr. (50 ml).



Luca di Filippo

mais les polyphénols et flavonoïdes tirés des végétaux.

Imitations et innovations

Mais alors, que penser des dernières nouveautés annoncées à grand tapage par les maisons de cosmétiques? Il ne s'agit pas toujours d'innovations spectaculaires, note le Dr Zurn: «La cosmétique surfe avec plus ou moins de bonheur sur les succès de la médecine esthétique. Les injections de collagène et d'acide hyaluronique au creux des rides donnent de bons résultats? La cosmétique s'empare de ces substances pour en enrichir ses crèmes anti-âge. Mais l'effet n'est pas le même. Le collagène a déçu, l'acide hyaluronique s'est révélé un simple hydratant.»

La cosmétique a également tenté de mimer les effets du botox, dont on sait qu'il parvient, en injection, à calmer les muscles à l'origine des rides d'expression. Mais les crèmes botox-like ne contiennent pas de toxine botulique et leurs principes actifs ne peuvent en aucun cas se frayer un chemin jusqu'aux muscles tapis sous la couche profonde de la peau (hypoderme).

Nouvelles tendances

Exit donc les crèmes à effet botox, place aux isoflavones et aux peptides! Les isoflavones sont des molécules végétales oestrogènes-like, souvent à base de soja, que les phytothérapeutes prescrivent sous forme de gélules aux femmes ménopausées depuis que la substitution hormonale leur est déconseillée en raison du risque de cancer du sein. Très tendance, les peptides (des chaînes d'acides aminés) sont supposés stimuler l'activité du derme, en raison de leur affinité avec les cellules cutanées. Mais leur présumé effet regonflant s'expliquerait plutôt par une légère réaction inflammatoire de la peau.

Le conseil du spécialiste

Relativement sceptique devant ces nouveautés, le Dr Zurn préconise d'en rester à la bonne vieille formule. Il préconise une crème au rétinol et aux antioxydants pour la nuit, à choisir de préférence dans les marques vendues en pharmacie*, assortie d'une crème de jour hydratante avec filtres solaires. «La crème ne fait pas tout, conclut le dermatologue. Il est plus important encore de se protéger du soleil, de cesser de fumer et de manger équilibré: des fruits et légumes, du thé vert, des protéines de qualité, viande rouge et poisson sauvage. Les anti-rides sont aussi dans notre assiette…»

Anne Zirilli

* Avène, Vichy, La Roche-Posay, Roc, Uriage

▶ RESILIENCE LIFT EXTREME D'ESTÉE LAUDER
Des peptides à gogo et un antioxydant végétal.
115 fr. la crème de jour (50 ml).

▶ AGE REPERFECT, DE L'ORÉAL PARIS Riche en vitamine D (Pro-Calcium) et en gelée royale.
29 fr.90 (50 ml)