

beauté INSPIRATION

Encore au soleil ou déjà rentrée ? Il est toujours temps d'adopter les bonnes associations de produits pour prolonger votre hâle et préserver les reflets mordorés de vos cheveux.

PAR VIRGINIE MARCHAND

Les duos pour jouer l'été indien



C'EST PERMIS !

Sachez qu'à votre retour de vacances, votre hâle vous autorise à vous exposer 15 à 20 minutes (maximum !) sans protection et sans créer de dommage cellulaire. Si vous adoptez ce rythme tous les 2 ou 3 jours, vous stimulerez suffisamment vos mélanocytes pour gagner 2 à 3 semaines de bronzage supplémentaires.

Un après-soleil booster + un soin corps fermeté

Pourquoi ça marche ? Les après-soleil sont gorgés d'actifs apaisants et nourrissants. Les nouvelles générations contiennent en plus des ingrédients riches en acides gras insaturés ou des actifs de synthèse comme la pro-mélanine, qui prolongent le hâle jusqu'à un mois après votre dernière exposition. La bonne idée ? Les associer à un lait ou une huile aux vertus raffermissantes. Le soleil ayant un effet sur la dégradation de l'élastine, vous contribuez avec ce genre de formules à lisser votre épiderme et à le remettre sous tension.



A l'aloë vera, Après-soleil Sublimateur corps, Bio Beauté by Nuxe, 17,05 € + Stimulant, Lait corps raffermissant & hydratant Actibody, Lysedia, 32 €.



Parfumée, Huile Après-soleil & Après Vacances, coton, monoi et lin, Ambre Solaire, Garnier, 9,20 € + Exotique, Huile Phyto-tonique, Cinq Mondes, 49 €.

Une peau repulpée est plus lumineuse, et vos couleurs seront sublimes.

Le bon rituel Vous pouvez utiliser votre après-soleil booster comme une crème hydratante classique (après la douche, par exemple), et le soin fermeté le soir avant de vous coucher, en insistant sur le ventre, les cuisses et le décolleté.

Merci à Olivier Doucet, vice-président de la Recherche & Développement Lancaster, et à Dominique Rist, directrice formation et développement soins spa Clarins.

3 QUESTIONS À NOTRE EXPERTE



Isabelle Benoit

Directrice de l'Innovation scientifique Esthederm.

« Hydrater pour magnifier »

La préparation de la peau améliore-t-elle la durée du bronzage ?
C'est primordial en effet, car cela permet à l'épiderme d'arriver au soleil mieux « armé », de moins souffrir lors des premières expositions et de limiter les risques de coup de soleil, mais aussi le stress oxydatif qui donne une couleur moins lumineuse au hâle.

Combien de temps met-on à débronzer ?

Entre 3 et 6 semaines, en général. Mais cela dépend de deux facteurs. Un, l'exfoliation naturelle de la peau a tendance à ralentir avec l'âge : plus les années passent, plus le bronzage a tendance à durer, mais il est globalement bien moins uniforme, et surtout moins lumineux. Deux, le phototype joue : les cellules « peaux foncées » sont « programmées » pour dégrader moins vite la mélanine et gardent donc leur couleur plus longtemps.

L'hydratation change-t-elle la donne ?

Oui, car une peau bien hydratée est aussi plus lisse : elle capte et reflète mieux la lumière, ce qui magnifie l'éclat du bronzage. Mais une bonne hydratation est également garante d'une exfoliation progressive, homogène. Le bronzage est plus rémanent et le débronzage, harmonieux.