

Prévenir le vieillissement cutané

Commençons par la bonne nouvelle : plus des deux tiers des causes du vieillissement cutané ne sont pas génétiques. Vous avez donc le pouvoir de prévenir et ralentir efficacement le vieillissement cutané. Sentez-vous jeune et en bonne santé en faisant de votre peau un étendard visible de tous!

Une protection solaire efficace est essentielle



Les rayons UV et IR n'endommagent pas notre peau uniquement en été et au soleil. Notre corps, en particulier nos mains et notre visage, est exposé aux rayons invisibles du soleil toute l'année, même par temps nuageux ou en hiver. Pour lutter efficacement contre le vieillissement cutané, une protection solaire sur mesure est très importante... 365 jours par an !

La protection contre les rayons UVA et IR est souvent négligée



Le facteur de protection solaire (FPS) mentionné sur les produits solaires est une mesure de la protection contre le rayonnement UVB. Il en va de même pour les produits cosmétiques de jour mentionnant un FPS. Ce sont toutefois les rayons UVA qui sont responsables du vieillissement cutané (photovieillissement), ainsi que les rayons IR, comme le montrent de récentes découvertes. Ceux-ci pénètrent plus profondément dans notre peau et peuvent causer des dommages permanents au derme, un tissu conjonctif.

Lors de l'achat d'une protection solaire, vérifiez la présence de la mention « Anti-UVA »



Seuls les produits de protection solaire portant la mention « Anti-UVA » protègent contre les rayons UVA. Selon les recommandations de la Commission européenne, un produit portant la mention « Anti-UVA » doit présenter un facteur de protection solaire contre les UVA équivalent à au moins 1/3 du facteur de protection solaire.

Protection contre le rayonnement IR



Dans les couches plus profondes de la peau, le rayonnement thermique peut contribuer à la formation de radicaux libres et ainsi au vieillissement cutané.

Les antioxydants – Une protection contre les radicaux libres



Les radicaux libres sont essentiellement responsables du processus de vieillissement cutané. Les antioxydants sont ce que l'on appelle des capteurs de radicaux qui neutralisent les radicaux libres et préviennent les lésions cellulaires. Ils sont présents dans une peau saine sous la forme de diverses substances, comme la vitamine E ou la vitamine C. Cependant, un rayonnement UV et IR régulier augmente le nombre de radicaux libres dans la peau; la protection naturelle peut alors devenir insuffisante. Par conséquent, il est conseillé d'utiliser des produits de protection solaire contenant des ingrédients à effet antioxydant, notamment pour les soins quotidiens de la peau contre le vieillissement cutané du visage.

Tolérance testée dermatologiquement pour une protection quotidienne contre le vieillissement cutané



Vous devez toujours choisir des produits testés dermatologiquement pour une utilisation quotidienne afin de prévenir le vieillissement cutané. Ces produits sont bien tolérés par la peau, même les peaux (hyper)sensibles, n'obstruent pas les pores (ne sont pas comédogènes), sont exempts de graisse et d'émulsifiants et résistent à la transpiration et à l'eau.

Les autres mesures que vous pouvez prendre

