



besoin de soins aussi fortement dosés, qui dessèchent et abiment la peau. Leur vie sociale ne leur permet plus d'accepter les traitements lourds qu'un adolescent doit subir. Enfin, elles ne veulent pas abandonner sensorialité et parfums agréables, y compris dans des produits spécifiques, et leur peau, même si elle se dérègle, est souvent beaucoup moins grasse que celle des adolescents. Les soins les plus compétents ? Ceux qui matifient et traitent avec un principe actif kératolytique facilement toléré (souvent un acide de fruit ou de l'acide salicylique) et un régulateur de sébum comme le zinc, très efficace. Autre piste : le rétinol qui a l'avantage de combattre excès de sébum et rides en même temps. Une véritable aubaine à partir de 30 ans ! Les produits bio sont aussi très performants pour assainir sans décaper.

J'adopte les bons gestes

Fondamental, nettoyer son visage deux fois par jour avec des produits doux : soins lavants sans alcool ni savon, enrichis en agents hydratants et anti-inflammatoires, gels

moussants ou eaux micellaires. Ensuite, on applique le soin matifiant matin et soir sans surcharger sa peau d'une crème de nuit. Comme sur la peau des adolescents, il ne faut jamais manipuler les comédons. Cela favorise irritation et inflammation avec le risque majeur de laisser des traces, à un âge, justement, où la peau commence à cicatriser moins vite. **Impératif pour éviter la prolifération des boutons, laver ses pinces de maquillage une fois par semaine minimum.** C'est certes contraignant mais capital quand la peau est grasse car le sébum déposé sur les petits outils est un terrain de choix pour les bactéries. Mais si l'acné est sévère et ne s'améliore pas avec ces mesures simples après deux à trois mois, il faut évidemment consulter un dermatologue. Celui-ci dispose de tout un arsenal thérapeutique pour en venir à bout. Attention, si on est fumeuse, il faut savoir que le tabac est un facteur aggravant, car il favorise l'acné et le rend même plus difficile à soigner.

Par Sophie Goldfarb.
Natures mortes Claire Bourreau.

* GfK Europanel Beauty Care Women 2012.
** Société française de dermatologie 2014.

2 EN 1

Ce stick malin possède, d'un côté, une solution pour traiter les imperfections et, de l'autre, un correcteur pour les camoufler. *Bi-Stick, Hyséac, Uriage, 9,95 €.*

PRÉCIS

Une ou deux gouttes permettent d'affiner le grain de peau et les pores trop visibles. A utiliser le soir uniquement. *A22, Acide Salicylique 2 %, Etat Pur, 14,20 € les 15 ml.*

ÉTONNANTE

Elle utilise un acide aminé qui capte l'énergie positive de la lumière et élimine les toxines en profondeur. *Eau Moussante Nettoyante, Photo-Pure, Talika, 19,90 € les 150 ml.*

DOUCE

Cette lotion micellaire bio allie des extraits d'algue et du zinc à un micro-organisme marin. Ils régulent le sébum et empêchent ainsi l'obstruction des pores. *Lotion Micellaire Rééquilibrante, Ondée Merveilleuse, Cattier, 10,95 € les 200 ml.*

Acide salicylique 2%

Boutons, points noirs

A22

TALIKA

Photo-Pure