



## Soleil et anti-âge

### Les actifs cosmétiques à éviter

Dès l'arrivée des beaux jours, il est intéressant de bien vérifier que les cosmétiques que vous avez l'habitude d'utiliser sont "compatibles" avec l'exposition solaire.

Certains agents, habituellement reconnus pour leurs vertus anti-âge, peuvent s'avérer néfastes sur une peau exposée au soleil de manière prolongée.

### Risques et photo-sensibilisation

#### Comprendre pour mieux prévenir

L'utilisation de certains cosmétiques en période estivale ou très ensoleillée peut entraîner une **fragilisation cutanée importante**.

Dans certains cas, on parle même de photosensibilisation.

Des produits non adaptés, utilisés avant, pendant et après l'exposition aux rayons UV (même artificiels) peuvent causer des réactions dermatologiques telles que :

- Irritation
- réaction allergique
- rougeurs
- brûlure.

Et ceci n'est pas sans risque sur le plan esthétique car **toute irritation de la peau peut causer des rides et l'apparition de taches brunes qui ne régressent pas forcément par la suite**.

Il est important de noter que **tous les types de peau et phototypes peuvent être concernés**, et surtout les peaux mates et foncées.

La prévention solaire est donc nécessaire pour tous.



On retrouve des agents photo-sensibilisants dans les cosmétiques mais aussi dans certains médicaments et produits chimiques industriels.

De nombreuses plantes produisent également des substances allergènes photo-sensibilisantes.

C'est pourquoi, certaines précautions sont à prendre dès l'arrivée des beaux jours.

## Adapter son protocole pour le soleil

### Les actifs à surveiller

En matière de cosmétiques anti-âge, voici les actifs à éviter ou à utiliser avec précaution en période ensoleillée :

#### **Le rétinol :**

Même si cet actif est un réel allié pour lutter contre les rides, lisser le grain de peau et illuminer le teint, l'association rétinol/soleil est particulièrement contre-indiquée.

Cet agent, potentiellement irritant selon son dosage, peut être photo-sensibilisant.

C'est pourquoi, il est en général conseillé de l'utiliser le soir uniquement ou le matin avec une protection solaire (non chimique) ensuite.

**> Mon conseil : interrompre l'application de cosmétique à base de rétinol durant les périodes de fort ensoleillement.**

#### **Les acides de fruits (acide glycolique, acide phytique, acide kojique) :**

Ce sont des agents exfoliants, éclaircissants et hydratants mais pouvant être irritants.

De manière générale, les soins à base d'acides de fruits sont préconisés le soir uniquement.



*> Mon conseil : selon son dosage, il peut être plus raisonnable d'arrêter temporairement un soin à base d'acide de fruit, le temps de vacances au soleil ou de la période estivale. Sauf, si celui-ci est utilisé le soir.*

Ce conseil est valable également pour les peelings ou gommages.

En effet, ces soins affinent la couche cornée de la peau qui est en fait, une protection naturelle contre les U.V.

La peau est alors plus sensible aux U.V.

*> Mon conseil : pas de peeling ni de gommage avant toute exposition solaire.*

### **Les huiles essentielles :**

Les huiles essentielles sont connues pour être potentiellement irritantes.

Par mesure de précaution, elles sont à éviter pures et en dosage important.

Attention également à leur utilisation dans des soins et remèdes "maison".

Leur utilisation suivie d'une exposition solaire est susceptible d'entraîner des brûlures et de favoriser l'apparition de taches brunes.

### **La vitamine C :**

Les cosmétiques hautement concentrés en vitamine C doivent être utilisés avec vigilance en période estivale car cette forte concentration en vitamine C peut causer des irritations sur les peaux ou les zones sensibles.



Il est conseillé d'appliquer une crème solaire après avoir mis son soin à la vitamine C ou de l'appliquer le soir.

## S'exposer en toute sérénité

### Nos recommandations

#### Choisir un solaire avec protection contre les UVA et UVB :

Une crème solaire avec indice 50 et + donne le maximum de chances d'être efficacement protégé contre les UVB (responsables des coups de soleil et des taches brunes).

Bien veiller à ce que la protection anti-UVA soit au moins le tiers de celle anti-UVB.

Les UVA étant responsables des cancers, taches, rides.

Appliquer une bonne couche de crème et la renouveler toutes les 2 heures.

> *Votre Centre d'Expertise Isa'Bella vous propose les produits solaire **nouvelle génération Midi 12***

#### Choisir des soins à base de vitamine E :

La vitamine E est un actif anti-âge multi fonctions qui présente des propriétés anti-radicalaires, renforce le film hydro-lipidique de la peau et la répare grâce à ses propriétés anti-inflammatoires.

Les soins enrichis en vitamine E vont aider à la réparation et à la cicatrisation de la peau

> *Votre Centre d'Expertise Isa'Bella vous propose la Crème Caviar de Thalac*



### **Préparer la peau au soleil :**

Nous vous conseillons l'utilisation de soins concentrés en antioxydants naturels pour préparer et réparer la peau face au stress oxydatif lié au soleil.

Ils préviendront le photo vieillissement et donneront un joli teint hâlé sans abuser du soleil.