



À CONSOMMER
de préférence

LE MAGAZINE QUI DONNE ENVIE DE MANGER
Une idée par jour pour changer vos ho

SUR UNE IDÉE ORIGINALE DE  & 

SOINS VISAGE ET CORPS

Soins anti-pollution: comment protéger sa peau des particules polluantes?

Par Esther Elbaz, publié le 05/03/2018 à 08:00 , mis à jour à 16:43

[Partager](#)[Epingler](#)


Styles

"Sur le long terme, la pollution déclenche toute une cascade de réactions qui provoquent des irritations cutanées." Getty Images/Westend61

Nous vous offrons cet article
Passez en illimité - 1 mois gratuit

Je m'abonne

détox pour aider notre peau ou nos cheveux à mieux respirer et à se préserver de la pollution. Mais ces soins sont-ils vraiment utiles? Décryptage.

On connaît depuis longtemps les effets négatifs des rayons UV sur la peau. En revanche, on ne prenait pas vraiment en compte le danger de la pollution pour notre épiderme. Et notamment, concernant son vieillissement accéléré.

"Pendant de nombreuses années, on a considéré la pollution atmosphérique comme une souillure facile à éliminer par le simple lavage de la peau, note Jean-François Molina, Directeur marketing chez Solabia, fournisseur d'ingrédients et d'actifs cosmétiques. Progressivement, la prise de conscience de la nocivité des molécules polluantes est venue avec leur augmentation et avec les alertes des pouvoirs publics sur leurs conséquences pour la santé. On a ensuite fait le lien entre santé et beauté." En clair, si la pollution est mauvaise pour ma santé, elle l'est aussi pour ma peau.

ADVERTISING

l'express
Styles

inRead invented by Teads

LIRE AUSSI >> Stress, pollution, flore cutanée: comment protéger notre peau?

"Quelques marques ont fait des tentatives en lançant des soins anti-pollution ou détoxifiants, comme Clarins ou Biotherm avec sa gamme Skin Oxygen, précurseurs il y a de nombreuses années, explique Pascale Brousse fondatrice de l'agence Trend Sourcing qui décrypte les tendances de consommation, notamment dans le domaine de

dans les rayons cosmétiques. Et au même titre que l'alin
produits de beauté jouent aujourd'hui leur carte détox."

Partager

Epingler

1

Whatsapp

l'express
Styles

Pollution, la peau manque d'air

Chaque jour notre peau est mise à rude épreuve. Il y a la pollution urbaine avec les particules fines, mais aussi les gaz tels que le monoxyde de carbone ou l'ozone, sans parler de la pollution des maisons et des bureaux avec les solvants ou les micro-fibres.

"Sur le long terme, la pollution déclenche toute une cascade de réactions qui peuvent provoquer des irritations cutanées", ajoute Marie-Hélène Baudouin, dermatologue et directrice de la communication scientifique pour Clarins. En effet, les particules qui se déposent sur la peau viennent se fixer sur des récepteurs appelés AhR situés dans l'épiderme. Ainsi stimulés, ils déclenchent une série de réactions qui favorisent une inflammation de l'épiderme et des irritations.

La peau ne s'oxygène plus correctement, le teint se brouille et perd de sa souplesse. Pour certaines peaux, des sensations de démangeaison et des rougeurs apparaissent. Pour d'autres, la production de sébum augmente et les pores deviennent plus apparents.

LIRE AUSSI >> [Comment venir à bout des pores dilatés?](#)

Vieillesse cutané et pollution

"L'accumulation de particules polluantes risquent aussi d'accentuer les signes de l'âge", prévient le Dr Véronique Gassia, dermatologue. En effet, la pollution entraîne au niveau de la peau une surproduction de radicaux libres qui perturbe l'équilibre cutané et accélère le vieillissement. Tout comme les UV ou le tabac, la pollution est donc un facteur de risque supplémentaire.

"On ne sait pas à partir de quel seuil il y a un impact sur la peau, mais par exemple en

l'express
Styles

l'apparition des tâches brunes", ajoute-elle.

l'express
Styles

Pour préserver son épiderme plusieurs solutions existent. "Certaines crèmes anti-pollution forment un bouclier 'seconde peau' pour empêcher les polluants de pénétrer profondément", abonde Jean-François Molina. D'ailleurs, Clarins utilise "un extrait d'algues qui forme un film protecteur de surface pour empêcher les particules de se déposer", ajoute Marie-Hélène Lair.

La marque Garancia propose une brume Ma VAP Bien Aimée qui, grâce à un effet bouclier protège, en même temps, des dégâts causés par la pollution digitale liée aux écrans. Le Brume Hydra-Défense Anti-Pollution de Patyka -une marque parisienne de cosmétiques bio- ajoute à sa formulation de l'acide hyaluronique pour agir sur la déshydratation de la peau, en plus de former une protection urbaine. Uriage vient aussi de sortir toute la gamme Age Protect qui est à la fois anti-pollution et anti-lumière bleue.

l'express
Styles

D'autres soins anti-pollution agissent également au niveau des fameux récepteurs AhR pour les mettre en veille et limiter la réactivité de la peau. C'est le cas de la nouvelle gamme Aqua Urban de Galénic qui intègre dans ses formules le pissenlit, une plante

connue pour ses vertus détox et pour sa capacité à absorber les polluants de l'air. "Enfin, comme la pollution crée du stress oxydant au niveau de l'épiderme, tous les soins anti-oxydant sont intéressants pour minimiser l'impact des radicaux libres", conseille le Dr Véronique Gassia.

Partager

Epingler

Whatsapp

l'express
Styles

Une routine beauté tout en douceur

Utiliser une crème anti-pollution aide à protéger la peau. Mais pour encore plus d'efficacité, il est conseillé d'adopter les bons gestes au quotidien. Notamment en nettoyant correctement son visage chaque soir. "Mais attention à ne pas décaper son épiderme pour autant, prévient le Dr Véronique Gassia. Car la peau est naturellement protégée des agressions extérieures par un film hydrolipidique. Optez pour une eau micellaire ou une huile nettoyante si vous avez la peau sèche. Et pour un gel nettoyant surgras pour les autres types de peaux."

Certains produits nettoyants se parent d'atouts pour mieux débarrasser la peau des résidus de pollution. Par exemple, Vichy et son Démaquillant intégral 3 en 1 Pureté thermale enrichi d'un dérivé de karité anti-pollution. De même, avec Aciana Botanica, Sanoflore propose des formules démaquillantes à l'hydrolysat de Bleuet Centaurea

Cyana qui renforce aussi la fonction barrière de la peau. protecteur, n'oubliez pas d'appliquer ensuite une crème

Partager

Epingler

Whatsapp



l'express
Styles

Si la peau est en première ligne face aux effets de la pollution, les cheveux sont également fragilisés. Les poussières, particules et autres polluants se déposent sur le cuir chevelu et sur les longueurs. Moins bien oxygénés, ils deviennent plus ternes et secs ou au contraire, ils ont tendance à se graisser plus rapidement. "Chaque soir, je les brosse pour éliminer au maximum les résidus de polluants et j'évite de les laver trop souvent", explique Rose, 34 ans. En effet, un shampoing tous les deux à trois jours suffit.

Vous pouvez appliquer des soins anti-pollution qui vont former un film protecteur autour de la fibre capillaire pour la protéger. On choisit un shampoing sans sulfates car trop agressif et sans silicone, pour préserver la fibre.

LIRE AUSSI >> [Pour avoir de beaux cheveux, prenez soin de votre cuir chevelu](#)

Autre solution, passer entre les mains d'Olivier Lebrun, qui met l'accent sur les soins. "Le but d'une détox capillaire est de revenir à l'état originel des cheveux, avant qu'ils ne soient soumis aux colorations, décolorations, produits agressifs ou pollution", nous explique-t-il. Aucune mèche n'échappe à son oeil d'expert. Le soin dure deux heures, un rituel qui comprend le temps d'application d'un soin à base de plantes et d'huiles végétales.

Partager

Epingler

Whatsapp

l'express
Styles

PLUS D'ACTUALITÉ SUR

Beauté: les rituels et les bons gestes au quotidien

Les produits fermentés sautent de l'assiette à la cosmétique

Comment dire adieu aux boutons, comédons, coups de soleil...

Des shooters de beauté à avaler et appliquer

AILLEURS SUR LE WEB

Contenu proposé par Taboola

Faites-vous l'erreur de prendre du curcuma ?

Laboratoire Cell'innov

Partager

Epingler

Whatsapp

La fatigue constante est un signe d'alerte - Voici la solution simple

Suppléments Biolifix

Ferney-voltaire : La douchette qui changent la vie des habitants

Ma Planète Verte

Paris - Pourquoi les Français sont fous de cette douchette révolutionnaire?

EcoShower SPA

Comment retrouver une âme sœur après 50 ans ?

Classement Sites de Rencontre

Des milliers de français s'arrachent les montres de cette Start-Up Suisse !

CODE41

par Taboola



SAINT MANDE

A LIRE AUSSI

Trois escales thalasso à trois heures de Paris

Stéphanie Penou, belle cambuse

Gagner votre ventre après 40 ans ? Profitez de -40% avec le code SLIMDOO40

Slimdoo-light.com

Contenus Sélectionnés

SERVICES PARTENAIRES

Offrez des apps, des jeux, de la musique, des films, des livres et plus

avec iTunes

Guide conseil : Comment bien définir son projet d'achat de maison ou d'appartement ?

Avec Nexity

Osez la gastronomie : jusqu'à 40% de réduction sur un large choix de tables d'exception !

Avec L'Express Codes Promo

par Taboola

NEWSLETTER **STYLES**

Recevez chaque jour le meilleur de L'Express Styles

Votre adresse e-mail

Ok

LES PARTAGÉS

1. "Être nez, ce n'est pas avoir un odorat exceptionnel"

235
partages

Découvrez l'offre 100% numérique

Profitez d'un mois gratuit

SHEIN



J'EN PROFITE ▶



L'EXPRESS

- Tous les contenus de la rédaction
- Le magazine au format numérique chaque mardi dès 20 h

Profitez d'un mois gratuit



LES SERVICES DE L'EXPRESS

- Tous nos dossiers
- Classement des lycées
- Budget 2018
- Coupe du monde 2018
- Bons de réductions avec l'Express
- Code promo Asos
- Code promo La Redoute
- Code promo Cdiscount
- Amazon Prime Day 2018
- Black Friday 2018

Les sites du réseau Groupe L'Express :

- Food avec Mycuisine.fr
- Célébrités avec PointdeVue.fr