



BEAUTÉ/SOINS

L'abécédaire de l'anti-âge

Quelles sont les **propriétés des molécules cosmétiques** et les **avantages des techniques anti-vieillessement** ?
Voici un **lexique pratique** qui vous explique tout, pour vous aider à faire les bons choix. PAR VIRGINIE MARCHAND

BEAUTÉ/SOINS



Céramides

C'est quoi? Ce sont des molécules huileuses qui font partie des composants essentiels de la peau, dont ils représentent 40% des lipides.

Quels bénéfices pour la peau? Ils lui permettent de maintenir l'efficacité de la fonction barrière pour limiter la perte en eau. En clair, ils aident votre peau à rester hydratée, donc en bonne santé, et à mieux se défendre au quotidien. Il servent aussi à souder les cellules entre elles, c'est pourquoi on utilise souvent le terme de « ciment » lorsque l'on parle d'eux. Avec l'âge, leur nombre diminue. Les laboratoires les incluent régulièrement dans leurs formules sous forme naturelle, comme les céramides végétales de blés, qui permettent à la peau de retrouver son équilibre hydrolipidique. Mais parfois également sous forme synthétique pour limiter les réactions allergiques.



JE LES TROUVE OÙ ?
Protecteur Soins Riche Re-fortifiant FPS15, Age Perfect Golden Age, L'Oréal Paris, 15,90 € (1). **Doux Crème Lissante 1^{ère} Rides, Hydraflores**, 39,90 € (2). **Préventif** Onguent de Jeunesse, Cinq Mondes, 69 € (3). **Noctambule** Anti-Rides Nuit, Lift Effect, Dermatoline Cosmetic, 31,90 € (4).