



BEAUTÉ

# LA VIE, C'EST MIEUX SOUS ACIDE\*

**\*mais non, pas celui-là enfin!**

Ne bâillez pas : ces actifs très anciens sont toujours parmi les plus performants pour rénover la peau, à condition les utiliser correctement.

PAR VALENTINE PÉTRY

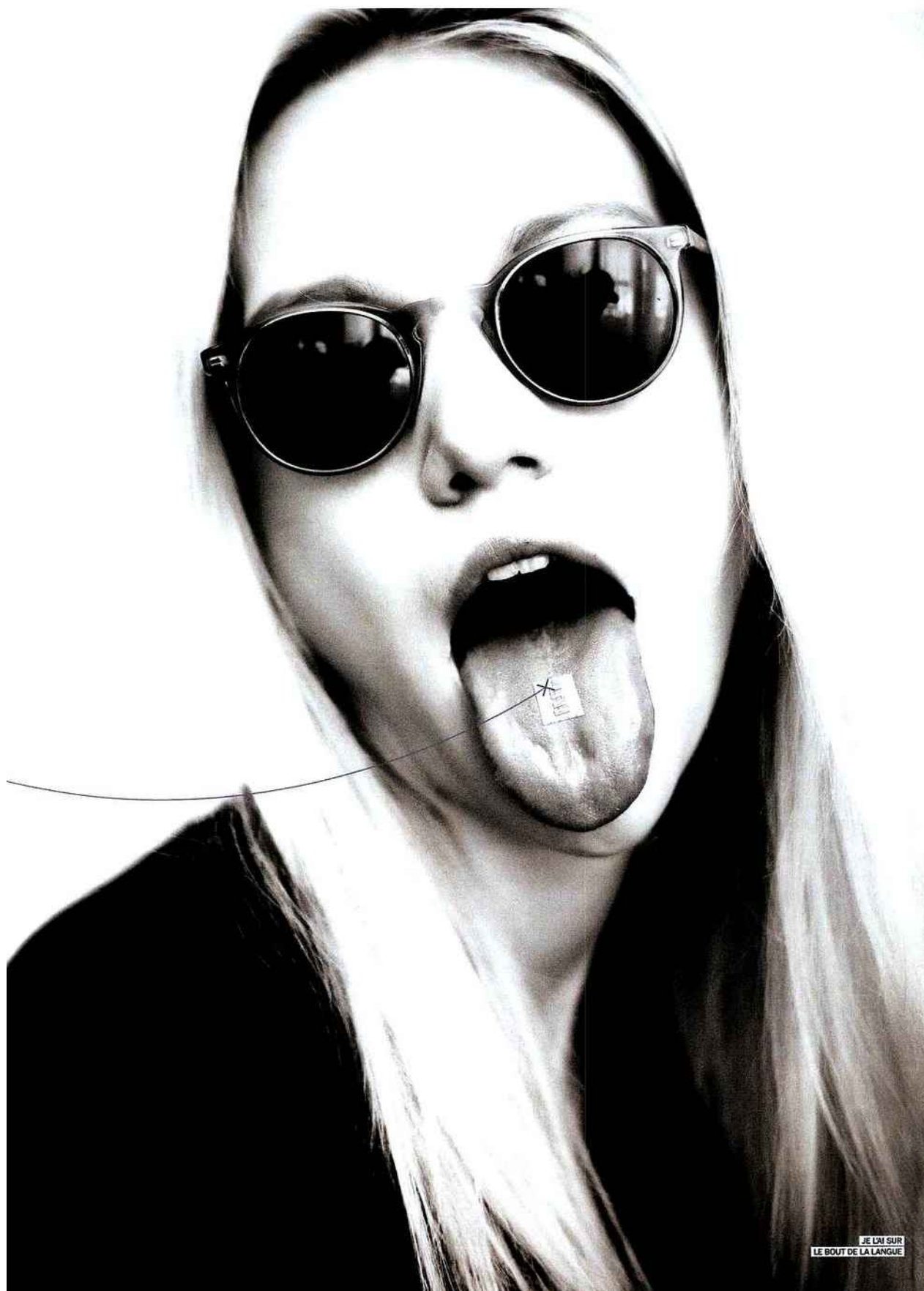
**V**ous connaissez sûrement une fille qui, tous les automnes, ressort un vieux trench quasiment pas défraîchi, comme si c'était le seul uniforme de confiance pour affronter la vie. Pour faire court, les acides sont à peu de chose près l'équivalent de cette pièce de mi-saison pour la peau. L'allié intemporel. Ceci pourrait être la pire accroche de papier cosmétique de tous les temps, mais non, un chiffre est là pour tout rattraper : d'après Grand View Research, en Europe, la demande d'acide salicylique (pour traiter l'acné, en particulier) devrait atteindre les 42 000 tonnes d'ici 2020. Les dermatologues utilisent les acides depuis très longtemps – comprendre : avant

les années 80 – et les emploient toujours car ils sont efficaces pour améliorer l'ensemble des paramètres de la peau : uniformité du teint, lissage des rides, éclat, diminution de la taille des pores ou des cicatrices d'acné... Bref, ils garantissent un teint plus clair, avec des résultats visibles très rapidement. Une sorte de rehab de la peau, intense mais efficace. Les médecins ajustent concentration, pH, type d'acide et temps de pause pour obtenir l'effet voulu. En langage de la vraie vie, ça veut dire que non, votre visage ne va pas se transformer en pièces détachées. Comme sur beaucoup de choses, vous avez des a priori assez tenaces quant au fait de plonger votre tête dans un bain d'acide. On vous comprend mais on doit vous le dire : payer un trip à votre routine, ça peut rapporter gros.

STYLIST

Pays : France  
Périodicité : Hebdomadaire  
OJD : 412367

Date : 24 NOV 16  
Journaliste : Valentine Pétry



**A priori N°1**  
C'EST HYPER-CHIMIQUE !  
CE QU'ON EN DIT  
OUI NON BAH D'ACCORD...

Rappelez-vous que les acides sont des molécules naturelles – eh oui, il y a de l'acide lactique dans le lait et de l'acide citrique dans le citron, la vie est simple, parfois. Les plantes les utilisent pour se protéger contre les insectes, les infections parasitaires et les mauvaises bactéries. Aujourd'hui, ils sont principalement obtenus par synthèse, grâce aux biotechnologies : les labos cultivent des bactéries qui les produisent. L'évolution du développement est permanente. Le producteur de matières premières Alban Muller a annoncé cet été qu'il venait de créer le premier acide salicylique 100 % naturel obtenu à partir de wintergreen (un arbuste nommé en français « gaulthérie couchée », c'est beau), pour satisfaire la demande croissante de cosmétiques green et efficaces. Bref, comme Catherine Deneuve, ils nous accompagneront tout au long de notre vie. Quel bonheur.

**A priori N°2**  
ENSEMBLE, ON EST PLUS FORT.  
CE QU'ON EN DIT  
OUI.

Cette généralité cheesy comme un message de fortune cookie ne marche pas tout le temps (vous en famille pour les fêtes de Noël, vous en famille pour les vacances de Pâques, vous... C'est bon, on a compris) mais se révèle très vraie dans ce cadre. En salon, les dermatologues privilégient des associations. Pour un simple coup de frais – réduire l'apparence des pores et éclairer le teint – ils peuvent combiner l'acide glycolique (très puissant), mandélique (plus doux) et citrique (astringent. Imaginez une goutte de citron sur du blanc d'œuf : il rétrécit). Pour clarifier les peaux acnéiques et grasses, ils cumulent 30 % d'acide mandélique et d'acide citrique. « On augmente la concentration en acide glycolique, de 20 % jusqu'à 50 %, pour traiter des peaux qui présentent plusieurs problèmes : de l'épaisseur, des rides fines et des irrégularités de pigmentation. Les concentrations plus élevées peuvent aussi traiter des cicatrices d'acné », explique Martin Wade, dermatologue à la London Skin & Hair Clinic. Bref, du sur-mesure, du plus superficiel (vous sortez du cabinet sans faire peur aux enfants) au plus profond, qui

**FOURNISSEURS  
OFFICIELS  
DE BONNE MINE**

*On espère que votre mère ne vous a jamais dit ça mais un acide, c'est comme tout, ça ne se choisit pas à la légère.*

**SUR UNE PEAU SÈCHE**

L'acide lactique, qui relance la synthèse de céramides.

**SUR UNE PEAU ACNÉIQUE**

L'acide salicylique, ou son dérivé le LHA, pour ses propriétés anti-inflammatoires, anti-bactériennes, apaisantes et secouesuses de renouvellement cellulaire.

**SUR UNE PEAU SENSIBLE**

Les PHA sont hydratants, antioxydants et avec leur grosse taille, ils ne pénètrent pas en profondeur.

**SUR DES IMPERFECTIONS  
RÉSIDUELLES**

L'acide glycolique pénètre profondément dans l'épiderme et relance la synthèse de collagène. Hydratant et cicatrisant, il dégomme les cicatrices, les irrégularités en relief, les rides fines.

**SUR UN TEINT TERNE**

Les acides de fruits, les fameux AHA (acides citrique, malique et mandélique, provenant du citron, de la pomme et de l'amande) exfolient les couches les plus superficielles de l'épiderme pour un bon coup d'éclat.

provoque une véritable brûlure douloureuse, fait rougir, peler, voire saigner et nécessite plusieurs jours de cicatrisation et plusieurs mois sans aucune exposition au soleil. Mais qui, d'un autre côté, vous permet de savoir qui sont vos vrais amis.

**A priori N°3**  
ILS FONT PELER.  
CE QU'ON EN DIT  
PAS VRAIMENT.

Vous avez déjà regardé des vidéos d'animaux en train de muer ? On ne vous juge pas, c'est étrangement apaisant. Quoi qu'il en soit, les acides ne provoquent pas ce genre d'effets. En les utilisant chez vous de manière régulière, vous ne constaterez pas de pelade.

Ça ne veut pas dire que ça ne marche pas. Vous verrez peut-être un cendrage sur des parties très localisées, là où la peau est très épaisse. Il suffit de retirer ces petits amas de peau morte.

**A priori N°4**  
TOUS LES ACIDES SE VALENT.  
CE QU'ON EN DIT  
NON.

Dermatologues et fabricants de cosmétiques les utilisent pour leurs propriétés kératolytiques : ils exfolient la couche superficielle de la peau. Chez le dermatologue, ils provoquent une brûlure (plus ou moins intense) mais ont également une action chimique : ils dissolvent le ciment entre les cellules. Pour obtenir les meilleurs effets sur la peau, les formulateurs les choisissent en fonction de leurs propriétés (chillax, on vous a fait une notice). Et là, malgré ce qu'on a pu vous dire, la taille compte. Oui, désolée. Elle est même décisive : plus les molécules sont petites, plus elles pénètrent profondément dans les couches superficielles de la peau. Pour obtenir un résultat très efficace, privilégiez donc de toutes petites molécules, comme l'acide glycolique, aux effets spectaculaires. Appliquez-le sur l'ensemble du visage, voire du décolleté pour défroisser un plissé soleil.

**A priori N°5**  
PLUS C'EST CONCENTRÉ,  
PLUS ÇA MARCHE.  
CE QU'ON EN DIT  
NON.

La teneur d'un produit en acide n'est pas le seul paramètre d'efficacité. « Le pH est très important puisque c'est lui qui détermine l'intensité de la brûlure que l'on inflige à la peau, explique Isabelle Benoit, directrice scientifique chez Institut Esthederm. Plus on le baisse, plus on se rapproche de la brûlure chimique. ». Dans les cosmétiques, il est en général situé entre 4 et 5 (alors que la peau est à 5,5). Au-delà, les soins sont simplement hydratants. La mauvaise nouvelle, c'est que peu de produits indiquent le pH de leur formule. L'indice pour juger leur efficacité ? La sensation sur la peau. Pendant les premiers jours, le produit doit piquer légèrement pendant moins d'une minute. Au bout de quelques applications, la sensation disparaît. Isolez le contour des lèvres, qui est une zone sensible, avec un baume surgras.

Si la peau pique plus longtemps et plus intensément, le produit n'est pas adapté. Désolé.

### A priori N°6

VOUS NE POUVEZ PAS, VOUS AVEZ LA PEAU MATE.

CE QU'ON EN DIT C'EST VRAI, DOMMAGE.

L'ensemble des dermatos déconseille les peelings en cabinet aux peaux olive et foncées car le risque d'hyperpigmentation post-intervention est important. Agressée, la peau réagit en produisant de la mélanine comme si demain n'existait pas. « Ceci dit, certains AHA doux conviennent à ces peaux, à condition de choisir un praticien expérimenté, tempère Stefanie Williams, dermatologue à l'European Dermatology London. Et chez soi, ils ne comportent pas de risques. » Tout n'est pas perdu.

### A priori N°7

VOUS NE POUVEZ PAS, VOUS NE METTEZ PAS DE SÉRUM.

CE QU'ON EN DIT HEIN ?!

Vous, vous avez vu le film *Urban Legend* en 1999 et depuis, vous croyez tout et n'importe quoi, c'est ça ? Les acides se trouvent principalement dans des sérums et des lotions liquides car ils sont plus faciles à formuler dans ces textures mais les crèmes qui en contiennent sont tout aussi efficaces. La galénique n'a aucune importance.

### A priori N°8

VOUS NE POUVEZ PAS, VOUS AVEZ LA PEAU SENSIBLE.

CE QU'ON EN DIT ÇA DÉPEND.

En cabinet, passez votre tour. « On ne recommande pas les peelings chimiques aux peaux sensibles, aux personnes qui ont de l'herpès ou à celles qui suivent un traitement anti-acné lourd de type Roaccutane, explique Martin Wade, une bonne clinique vous fera de toute façon un entretien préalable à un peeling chimique. » Pendant longtemps, les cosmétiques à l'acide glycolique et aux acides de fruits étaient proscrits aux peaux sensibles, qui les toléraient mal. « On arrive à formuler des produits qui possèdent une libération lente. Ils peuvent être utilisés au quotidien, ce qui est moins irritant qu'un masque plus puissant à appliquer une fois par semaine », rassure Isabelle Benoit. Les formules intègrent désormais des types bien tolérés, comme les PHA, qui conviennent à toutes les peaux.

### A priori N°9

ILS S'UTILISENT TOUT LE TEMPS.

CE QU'ON EN DIT NON.

Un acide, ce n'est pas un shiba-inu, ça ne peut pas vous accompagner partout. Les traitements anti-acné, qui comportent de l'acide glycolique, peuvent être utilisés non stop, à condition d'opter pour une très haute protection solaire. Les autres types

d'acides doivent être utilisés en cure d'un mois, trois à quatre fois par an, surtout au retour de l'été, en hiver et au printemps, loin des expositions intenses au soleil. Plus longtemps, la peau devient très fine et parfois translucide. Non, ce n'est pas joli et en plus ça la fragilise.

### A priori N°10

ILS TRAITENT LES RIDES PROFONDES.

CE QU'ON EN DIT NON, MAIS...

Par effet de trompe-l'œil, ils désépaississent la couche superficielle de l'ensemble du visage et donc atténuent la profondeur des rides.

### A priori N°11

ILS SONT PLUS EFFICACES QUE LE LASER.

CE QU'ON EN DIT OUI ET NON.

Déjà, désolé pour cette réponse qui ressemble à celle d'un candidat en campagne. Ensuite, un peeling bien dosé sera aussi efficace, voire plus, qu'un laser fractionné sur des rides superficielles. Les résultats seront surtout plus rapides. « Visibles au bout d'un mois contre quatre à six avec le laser », précise Isabelle Benoit. En revanche, sur une ride profonde, il faut lasériser. Cependant, l'un n'exclut pas l'autre : « ils sont souvent complémentaires, particulièrement pour traiter la pigmentation et les cicatrices », explique Martin Wade. Le champ des possibles est infini.

## LA SHORT LIST BIEN TRIPÉE



1- Soins correcteurs acné et anti-imperfections Dermatologist Solutions, Kiehl's, 31€, [kiehls.fr](http://kiehls.fr) 2- Soins Elixir Refiner, Payot, 46€, [payot.com](http://payot.com) 3- Soins Effaclar Duo (+) Unifiant, La Roche-Posay, 15,60€, [laroche-posay.fr](http://laroche-posay.fr) 4- Acide citrique AHA, État Pur, 16€, [etatpur.com](http://etatpur.com) 5- Sérums correcteurs, Hydraflore, 35€, [boutique-centella.com](http://boutique-centella.com) 6- Soins anti-rides et anti-imperfections, Blemish + Age Defense, SkinCeuticals, 80€, [skinceuticals.fr](http://skinceuticals.fr) 7- Masque resurfaçant fondamental Progressif néomorphose, Carita, 75€, [carita.fr](http://carita.fr) 8- Sérums concentrés intensive AHA peel, Esthederm, 69€, [esthederm.com](http://esthederm.com)