



La vérité sur les UV

VOUS SAVEZ QUE LE SOLEIL PEUT ÊTRE DANGEREUX ET POURTANT, DÈS QUE SES RAYONS VIENNENT NOUS LÉCHER LA PEAU, VOUS NE POUVEZ HÉLAS PAS RÉSISTER À L'ENVIE DE VOUS EXPOSER SANS PASSER PAR LA CASE TARTINAGE. ON VOUS DIT TOUT SUR LES UV, SES DANGERS ET SURTOUT LES MOYENS DE S'EN PROTÉGER SANS STRESSER.

QUE VOUS AYEZ la peau laiteuse, mate, sensible, réactive ou sèche, vous devriez toutes trouver une crème, huile, brume ou un baume solaire adapté à votre peau. Et justement, à coups de formules ultra sophistiquées, d'acronymes compliqués (coucou les UVA, salut les SPF et les UVB) et de produits de protection toujours plus performants et innovants, vous ne savez plus quoi vous étaler pour ne pas cramer. On compatit, vraiment. Chaque année, les labos et les géants mondiaux de la cosmétique se donnent le mot pour sortir, chacun

leur tour, ce qu'ils estiment être « une révolution » de la protection. On a fait pour vous le tour des nouveautés, pour vous expliquer précisément qui protège de quoi. Pour célébrer son 70^e anniversaire, le Laboratoire Lancaster a révélé une vérité jusque-là inconnue : l'ensemble du spectre solaire est nocif pour notre peau. On le sait, les UVB sont responsables des coups de soleil. Les UVA accélèrent le vieillissement cutané et dérèglent l'équilibre cellulaire. Les infrarouges détériorent les fibres dermiques de collagène et d'élastine, ce qui entraîne une diminution

de la fermeté et de l'élasticité de la peau. En revanche, la lumière visible était passée entre les mailles du filet. Pendant plusieurs années, nous pensions qu'elle n'avait pas d'effet néfaste pour la peau. Créatrice de radicaux libres, elle engendre pourtant un dysfonctionnement des cellules jusque dans les couches profondes de la peau, participant à l'accélération du vieillissement cutané. Pour y remédier, Lancaster a sorti une nouvelle génération de protection solaire qui cible dorénavant l'ensemble des rayons lumineux (UVA+UVB+VISIBLE

LIGHT+INFRARED), soit 100 % du spectre solaire connu. C'est ce qu'ils appellent la « Technologie Full Light¹ ».

Sable, eau, make-up, plus d'excuses. Tandis que Garnier joue aussi la carte de la protection anti UV et infrarouges, le labo propose une brume sèche anti-sable² pour se débarrasser des grains qui grattent et collent sur la peau et du gommage gratos qui va avec. Biotherm innove à son tour avec un fluide solaire *Wet Or Dry Skin*³ qui protège la peau sèche ou mouillée. Grâce à sa technologie qui chasse l'eau, plus besoin d'attendre de sécher au soleil avant de se tartiner. Pour les feignasses, Bioderma a conçu une brume très haute protection (SPF50+)⁴ « sans les mains » qui n'a pas besoin d'être étalée et qui fonctionne même sur peau mouillée. Formule 100 % transparente, la brume dépose un voile invisible sur la peau, apporte une sensation de fraîcheur et est très résistante à l'eau. Banco ! Autre petite révolution, Lancaster a pensé aux coquettes qui ne veulent pas choisir entre protection et maquillage. En ville ou sur la plage, on peut maintenant dégainer un fond de teint Sun Compact SPF 30⁵ qui nous protège des rayons du soleil, de la pollution et du stress. Il faut avouer que l'idée est sexy. Si vous avez suivi, vous comprendrez que vous n'avez plus d'excuses pour cramer.

Patch anti coups de soleil.

Autre labo incontournable dans

le domaine, La Roche-Posay lance cet été *My UV Patch*⁶, un capteur UV électronique flexible. Cette innovation technologique se présente comme « un guide quotidien de la sécurité au soleil encourageant la prise de conscience du rayonnement et une conduite responsable. » Traduction : le patch est en fait un capteur d'UV d'environ 2,5 cm, à porter sur la peau et résistant à l'eau, qui peut être gardé jusqu'à cinq jours. Intégrant des colorants photosensibles qui changent de couleur selon la dose d'UV reçue, il vous prévient quand vous avez trop pris le soleil et que cela commence à devenir dangereux pour votre peau. Avec votre smartphone, via une application dédiée (*My UV Patch*), il ne vous reste plus qu'à prendre le patch en photo et, magie, en fonction de la couleur et du degré d'exposition de votre type de peau, on vous dévoile le bon type de protection solaire à appliquer.

Changer ses habitudes.

D'après une étude Ipsos menée dans 23 pays par La Roche-Posay, une personne sur cinq estime que l'on peut s'exposer au soleil sans protection lorsque l'on est déjà bronzé. Une erreur grave quand on sait que selon l'Organisation Mondiale de la Santé, un cancer cutané, et que 200 000 nouveaux cas sont diagnostiqués dans le monde tous les ans. Malgré une conscience globale des dangers des UV, l'étude a révélé plusieurs comportements à risque face

au soleil. Ainsi, 80 % des sondés ne s'abritent pas à l'ombre et 66 % considèrent que les crèmes solaires avec un indice de protection élevé ne sont destinées qu'aux peaux à risque. Seulement 18 % d'entre nous protégeons régulièrement notre peau, c'est-à-dire toutes les deux heures. Alors, on vous l'accorde, personne ne met un chrono sur la plage pour penser à se réappliquer religieusement de la crème sur tout le corps (pieds, paupières et oreilles inclus), mais c'est pourtant le seul moyen de se protéger. Alors, avec toutes ces nouveautés, toutes plus inventives et pratiques les unes que les autres, vous devriez vous en sortir. Oui, vraiment, vous pouvez le faire ! Et ne lésinez pas sur les moyens : achetez de bons produits de protection (idéalement en pharmacie ou parapharmacie). On compte sur vous car on vous aime bronzées, pas cramées, et encore moins pelées. ♥

1. SPF50 Sun Beauty Huile Sèche Accélérateur De Bronzage, Lancaster, 35 €
2. Brume sèche anti-sable FPS 50+, Garnier, 12,50 €
3. Fluide Solaire Wet Or Dry Skin SPF15, Biotherm, 29,05 €
4. Photoderm MAX Brume solaire SPF 50 +/UVA 29, Bioderma, 15,90 €
5. Crème protecteur teint ensoleillé 365 Sun compact SPF30, Lancaster, 33 €
6. My UV Patch sera remis gracieusement par les dermatologues et les pharmaciens partenaires en juillet 2016.