

Cold cream, urée, glycérine sont des actifs nourrissants

Hydratez bien votre peau en hiver, sans oublier les mains.



9 Neutraliser les dartres

C'est un signe de sécheresse cutanée, mais pas seulement. Pour s'en débarrasser, la solution est d'abord cosmétique.

La réponse dermato

« Les dartres sont à mi-chemin entre la sécheresse cutanée et l'eczéma, explique le Dr Amgar. Il s'agit d'une peau sèche avec une petite réaction inflammatoire localisée. Les dartres sont capricieuses, mystérieuses, et pas forcément faciles à gérer. Les personnes qui en souffrent en hiver ont tendance à utiliser des soins ultra-nourrissants, qui s'avèrent souvent efficaces. »

Côté naturopathie

En aromathérapie : choisissez une huile végétale de nigelle (aussi appelée cumin noir), et massez doucement les dartres avec l'équivalent d'une ou deux gouttes tous les jours jusqu'à amélioration.

• **Shopping cosméto**
à utiliser en touche sur les dartres ou sur tout le visage dès que la peau est sèche et demande du confort.

A tout faire : Embryolisse Baume Riche, 14,50 € les 40 ml, en pharmacies.

SOS : Miss Ferling Bon Secours Soins de réconfort immédiat, 24,90 € les 90 ml sur www.missferling.fr

Esprit marin : Daniel Jouvance Omegaceane Crème Nutrition anti-tiraillements, 25 € les 40 ml, en VPC.



10 Soigner ses mains

L'ennemi des jolies mains, ce sont les UV en été et le froid en hiver. Il faut les protéger car elles sont sans cesse exposées.

La réponse dermato

« Les mains sont concernées par les taches et la sécheresse cutanée. S'il s'agit de taches, le peeling ou la lumière pulsée sont efficaces. Je n'utilise pas l'azote, que je trouve moins précis et plus agressif. Je conseille de traiter simultanément le décolleté, lui aussi concerné par les taches et souvent oublié », explique le Dr Amgar.

Côté naturopathie

Recette naturelle : un gommage doux avec du sucre blanc et de l'huile de noix (une cuillerée à soupe de chaque). Pensez à bien hydrater ensuite.

• Shopping cosméto

Des indispensables de l'hiver, efficaces et à petit prix !

Mains et Ongles : Mixa Crème Mains Nutritive à l'huile d'abricot bio, 3,75 €, les 100 ml, en GMS.

Aux baies polaires : So'BioEtic Crème mains idéale protectrice, 5,60 €, les 100 ml, en GMS.

Action longue durée : Nivea Baume Mains SOS Repair & Care, 3,19 € les 50 ml, en GMS. ●



3^{ÈME} REFLEXE POUR CONSERVER UNE PEAU JEUNE

STIMULER LA RÉGÉNÉRATION DES CELLULES

« Pour entretenir la jeunesse de sa peau, il faut lui apporter les éléments essentiels à son renouvellement naturel ! »

→ **LA SOLUTION BIODERMA :**

Matriciane, la 1^{ère} gamme anti-âge au **MATRICIUM®**

(Brevet mondial issu de 14 années de recherche en biologie cutanée)

Le brevet MATRICIUM®, présent dans tous les soins Matriciane, recrée un micro-environnement biomimétique qui apporte les éléments essentiels au renouvellement cellulaire et à la régénération des tissus.

BIODERMA
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

Mixa



LAIT CORPS RÉPARATEUR MIXA N°1 DES LAITS HYDRATANTS*

Riche en **allantoïne**, il **soulage**, **répare** et **nourrit** les peaux abîmées ou très desséchées.

Non gras, il pénètre instantanément et agit durablement.

+ 95% d'hydratation - 67% de sécheresse** + 87% de souplesse****

**Hydratation des couches supérieures de l'épiderme - Étude cosméto-clinique sur 30 personnes.
***Autoévaluation sous contrôle médical.

FORMULÉ SOUS CONTRÔLE MÉDICAL - BREVET DÉPOSÉ

Le soin des peaux sèches ou abîmées, c'est Mixa

*Marché Hydratants Corps Total France, HM+SM au CCP10/11, Pdm val et val



Mixa est une marque de L'Oréal Paris. © 2011 L'Oréal Paris. Tous droits réservés. L'Oréal Paris, le logo L'Oréal Paris, les couleurs L'Oréal Paris et le design sont des marques déposées de L'Oréal Paris.