



beauté TENDANCE

# S.O.S. hiver

## LES PARADES ANTI-FROID

Grisaille, thermomètre à zéro, fatigue mettent la peau, les cheveux et le moral à rude épreuve. On mise sur les bons cosmétiques pour retrouver le sourire et renouer avec l'éclat. **Par Aurélie Hermange**



**L**orsque le mercure dégringole, la peau aussi accuse le coup. La barrière cutanée devient plus poreuse, les lipides sont figés par le froid et l'eau en profite pour s'évaporer des cellules. Les mains et les lèvres peuvent souffrir de gerçures, le cuir chevelu s'irrite et les longueurs perdent leur brillance. Heureusement, il suffit d'une routine de soins adaptés pour se protéger efficacement de tous les petits maux de l'hiver.

### S.O.S. rougeurs

Soumise à de fortes variations de température entre intérieur et extérieur, la peau s'enflamme, car ses vaisseaux sanguins se dilatent excessivement. Les rougeurs diffuses apparaissent sur les joues et le front, et l'épiderme devient irritabile. Pour l'apaiser, deux solutions: limiter les pertes en eau et renforcer l'élasticité des vaisseaux avec des soins qui normalisent la microcirculation.

#### NOTRE SÉLECTION

**1. Rééquilibrante.** Crème anti-rougeurs Roséliane, Uriage, 12,50 €. **2. Naturelle.** Mon Huilette Sensitive, Les Huilettes, 45 €. **3. Calmante.** Emulsion apaisante Antirougeurs Unify, Avène, 19,90 €.



### ONGLES renforcés

1

Mélangez le jus d'un citron avec une cuillère à soupe de bicarbonate et faites chauffer 30 secondes au micro-ondes.

2

Trempez vos ongles 3 minutes dans la préparation.

3

Massez vos mains avec le produit avant de rincer soigneusement.

### S.O.S. mains déshydratées

Les extrémités sont très sensibles aux chutes de température. Avec le froid, le flux sanguin a tendance à ralentir et à moins les irriguer, ce qui favorise l'apparition de gerçures. Les mains possèdent par ailleurs peu de glandes sébacées et sont sans cesse exposées: sans barrière protectrice, elles subissent de plein fouet les agressions de l'hiver. Préservez-les en leur offrant des crèmes riches en urée, glycérine ou allantoiné, capables de les nourrir en profondeur.



#### NOTRE SÉLECTION

**1. Protectrice.** Crème jeunesse des mains au néroli, Clarins, 12 €. **2. Organique.** Crème mains hydratante, Royer Cosmétique, 13,90 €. **3. Réparatrice.** Crème mains nourrissante, Mercurochrome, 4,95 €.