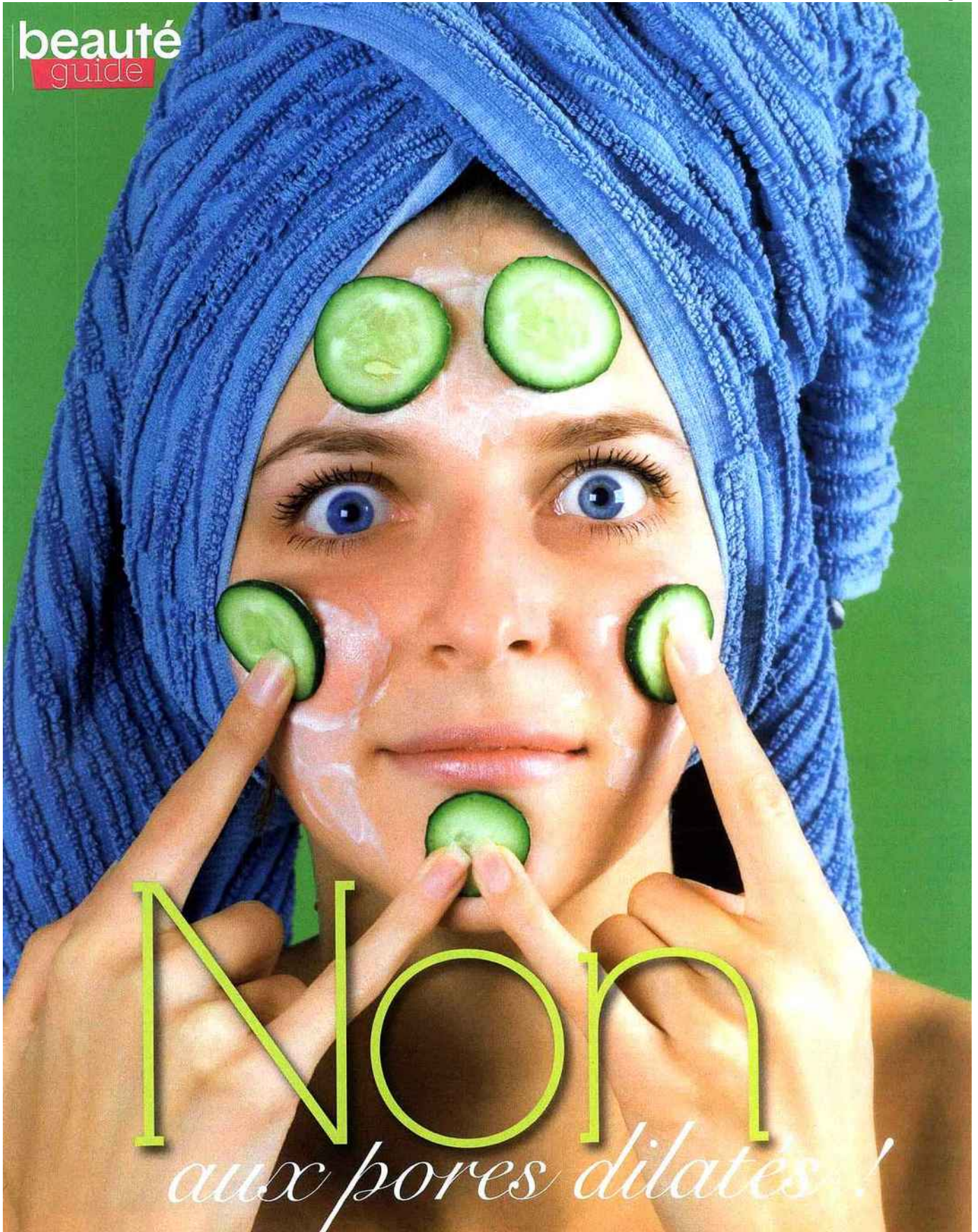


beauté
guide



Parce que ce n'est pas joli, que les boutons peuvent y être associés, que l'on dit d'une peau qu'elle est belle parce que son teint est uniforme, son grain fin et régulier sur l'ensemble du visage, on se concentre ici sur la dilatation des pores de la peau et on reprend son histoire depuis le début afin d'agir ciblé.

Véronique Caron

Au cœur de la peau, une vie ! Celle du pore.

Ce minuscule orifice plus ou moins visible héberge le poil et constitue le canal d'évacuation des sécrétions de la glande sébacée, c'est à dire du sébum. Comme le souligne Isabelle Catoni, dermatologue* « pas de poil pas de

pore ! Et inversement, même s'il est invisible à l'œil nu comme c'est le cas chez le nourrisson couvert de lanugo », ce duvet non pigmenté quasi transparent qui possède tout autant de pores imperceptibles. Seules exceptions, sur la voute plantaire ou dans la paume de la main où les pores en concentration plus importante sont microscopiques et reliés à une glande sudoripare eccrine.

Comme des ados

Alors que chez l'enfant, la peau est tonique, pulpeuse, au grain fin et au teint uniforme, la transformation est nette à l'adolescence. La production de sébum apparaît avec la puberté et la production de testostérone qui en est l'instigatrice. Les pores n'en font qu'à leur tête et pas seulement sur la zone médiane qui concentre naturellement plus de glandes sébacées. Ils s'élargissent et peuvent aller jusqu'à se boucher avec la surproduction de sébum. Le nez, siège des points noirs voit la concurrence pointer sur les joues avec l'apparition de boutons disgracieux et une luisance sur le front et le menton en guise de compagnie. La crise d'ado de la peau cesse à la fin de la puberté où généralement elle trouve alors son équilibre. Certaines d'entre-elles auront la chance de traverser ni vu ni connu cette phase tourmentée. Pour les autres le traitement de faveur s'impose.

Le temps de la stabilisation

L'entrée dans l'âge adulte, signe la stabilisation du type de peau. Le plus souvent, elle est dite « normale » mais pour certains, question de génétique, elle aura tendance à être sèche, avec des pores très resserrés et une faible production de sébum et pour d'autres, elle sera de type « grasse », brillante sur la zone médiane, avec des pores plus dilatés sur l'ensemble du visage ou mixte. « En cause, une enzyme, la 5-alpha réductase qui agit sur la testostérone au niveau d'une liaison biochimique avec production de dihydrotestostérone, explique le docteur Isabelle Catoni. Le taux de testostérone peut être normal mais l'hyperactivité de cette enzyme va accroître considérablement la production de sébum au niveau du follicule pileux. »

Quels pores pour quelle peau ?

Selon la partie du corps ou du visage, la nature de la peau, la génétique et l'âge, les pores sont plus ou moins dilatés et donc visibles. En effet, au fil de la vie, le processus de dilatation peut changer et les pores peuvent plus ou moins s'élargir notamment sur la zone médiane du visage. Autre responsable de la dilatation du pore, une production importante de sébum par la glande sébacée. Fongistatique et bactériostatique (pour stopper la croissance des champignons et des bactéries), le sébum protège des agressions et forme le film hydrolipidique de surface qui participe au maintien de l'eau dans la peau. Lorsque les sécrétions de sébum sont excessives, le pore se dilate pour évacuer ces excès, la peau devient luisante et le relief cutané irrégulier.

- Comment agir ? Avec une hygiène cutanée rigoureuse et quotidienne à l'aide de produits adaptés à la problématique de la peau jeune. La peau grasse est d'un type souvent sensible qu'il faut ménager avec des soins de toilette, de gommage, de traitement appropriés et contrairement aux idées reçues avec une très bonne hydratation. Si la présence de boutons d'acné est importante, consulter un dermatologue qui selon, proposera une prescription sur mesure.

- À ne pas faire ! Récurer, agresser, utiliser des produits décapants. Les glandes sébacées pour maintenir le film hydrolipidique à la surface de la peau devront surproduire du sébum, ce qui ne fera qu'accentuer le problème.

- Comment agir ? En gardant les bonnes habitudes d'hygiène : nettoyage matin et soir de la peau avec des produits adaptés et hydratation quotidienne. Si besoin, un traitement dermatologique (à base de zinc à ingérer, en lotion ou glissé dans la crème, voire un traitement hormonal.

À ne pas faire ! « La dénutrition et le manque d'eau, entraînent des effets indéniables sur la qualité de la peau, explique Pascale Modai, nutritionniste. On limitera le tabac et l'effet vasoconstricteur de la nicotine qui altère la régularité du grain de peau et l'alcool, vasodilatateur qui provoque couperose et perte de tonicité en aggravant la dilatation des pores. »

La pression du temps

La ptose, ce fascinant phénomène de relâchement cutané qui semble dû à l'attraction terrestre, tire les traits du visage vers le bas et distend les anomalies de relief, plus visibles sur les joues. En réalité, avec la maturité, les fibres élastiques et le matelas de soutien du derme s'appauvrissent, la peau s'affine entraînant un relâchement global et la distension des pores de la peau dont le diamètre peut doubler entre l'âge de 25 et 50 ans ! Coup de chance, avec la connaissance des mécanismes du vieillissement cutané, on apprend du même coup à le contrer et des solutions existent pour réduire cette hypervisibilité des pores dilatés.

À la maison

On opte pour les soins spécifiques « *pore refiners* » pour peaux matures avec des agents lissants et des actifs qui vont agir sur le relâchement de la peau et l'aider à retrouver densité et tonicité, avec pour conséquence un resserrement visible des pores. **Dès le démaquillage, on préférera un nettoyant à base d'agent kératolitiques (qui facilitent le décollement et l'élimination des cellules mortes) comme l'acide glycolique (Nettoyant Pré-Peel de Médiceutics) qui permet de faire peau neuve sans agresser.** Autre option, Isabelle Catoni suggère l'utilisation d'une brosse douce mécanique (Visapure de Philips, brosse Mia 2 Clarisonic) pour un nettoyage bien supérieur au nettoyage manuel qui va désincruster les pores sans irriter. Des résultats visibles dès les premières utilisations !

Chez le dermato

C'est la solution peeling superficiel à l'aide d'AHA (alpha-hydroxy-acides ou acides de fruits) ou de BHA (bêta-hydroxy-acides) qui sera retenue car elle est modulable en fonction de la sensibilité de la peau et reste efficace avec peu d'effets secondaires sur pratiquement tous les épidermes. De trois à six séances peuvent être programmées selon l'âge et le type de peau avec une prescription de soins à la vitamine A acide en relais à la maison si le degré de réactivité cutanée le permet. Un problème d'hyperséborrhée pourra être jugulé par des séances laser (diode ou Yag) qui vont agir en profondeur sur la glande sébacée en l'atrophiant par effet thermique.

Miracle dans le sac

On les utilise sans ou sous le maquillage pour une peau sans défaut et pour rester impeccable tout au long de la journée, on glisse dans son sac un de ces produits magiques qui domptent la brillance et camouflent les pores instantanément.



- The Porefessional, Benefit, 32 €, chez Sephora.
- Pore Refining Solution Correcteur Instantané Pores Dilatés de Clinique. 24 €. Existe en trois teintes.
- Lisseur Optique 5 sec de Garnier, 11,20 €.
- Pores no more Pore Refiner, Dr. Brandt, 45 € chez Sephora.



Les solutions médicales

- Les séances de radiofréquence bipolaire permettront de stimuler les fibroblastes pour augmenter la production de fibres élastiques dans le derme, redensifier et ainsi resserrer les pores distendus. Idéales pour les peaux matures.

- Pour les peaux atones et déshydratées, les injections d'acide hyaluronique à visée hydratante profonde et de longue durée (Skinboosters® Q-Med Galderma, Stylage® Hydromax Vivacy) revitalisent la peau et stimulent la production de collagène avec un effet repulpant et booster d'éclat.

- L'injection de toxine botulique (Vistabel Allergan, Azzalure Galderma) sur le front et le menton, sièges des pores dilatés, va lisser immédiatement les

irrégularités en relaxant les contractions musculaires à l'origine des crispations cutanées en surface. On se débarrassera du même coup des rides d'expression comme la ride du lion !

- **Ce qu'il ne faut pas faire** : cumuler les techniques sans ligne de conduite. Un bon diagnostic de la nature de la peau et de l'origine de la dilatation des pores permet de sélectionner le bon protocole à appliquer. ■

**Isabelle Catoni, dermatologue, chargé de cours à la Faculté de Poitiers et à l'université de Versailles-Saint-Quentin en Yvelines et à Garancière à Paris. Merci également au docteur Pascale Modai, Nutritionniste, au docteur Georgieu Chirurgicalien et au laboratoire Medispa.*

11 produits pour traiter

Base du soin, le nettoyant !

- **Culte et octogénaire aux Etats-Unis,**

il exfolie, désincruste les pores et rafraichit la peau.

So totally Clean Formula 100.6, 9,95 €, chez Parashop et Monop Beauty.

- **Une mousse démaquillante nettoyante**

aux LHA et BHA pour des pores resserrés et assainis. Idéal peaux jeunes. Re-fine Pore Haute definition, Cosmence, 11,90, aux Créateurs de Beauté.



Concentré de correction, le sérum !

- **Formulé avec de l'acide algonurique,**

de l'acide salicylique et des oligosaccharides, non gras, il resserre les pores des peaux matures. Concentré correcteur de pores multi-perfecteur, Algenist, 69 €, chez Sephora.

- **Action sur l'éclat et la fermeté de la peau,**

il freine l'élargissement des pores dans le temps et les resserre grâce à l'action des acides de fleurs. Sérum anti-pores dilatés, Clarins, 25 €.

- **Applicateur mousse**

pour application ciblée, actif végétal ultra-hydratant, en 7 jours les pores sont resserrés. Sérum Pores affinés, Sephora, 16,90 €.



Action coup de poing, le masque !

- **Naturellement purifiante et équilibrante,**

elle rééquilibre la peau par sa richesse en oligo-éléments. Masque Purifiant Naturel à l'Argile Verte, Juvaforine, 3,99 €, en GMS.

- **Peel-off,**

il avale les impuretés et resserre instantanément le grain de la peau. Pore Refiner System Masque révélateur peel-off, Sothys, 33,60 €, en institut.

- **Une formule séborégulatrice**

au complexe d'origine végétale biotechnologique spécifique pour rééduquer les peaux grasses adultes. Pureté Masque rééquilibrant Örtane, 49 €, en parfumerie.



Traitement de fond, le soin quotidien !

- **Vive la matité !**

Apaisant, anti-regraisant à base de Zinc, d'acide Salicylique et d'un actif purifiant assainissant pour une peau jeune et saine. Sebo Soin Apaisant Anti-Regraisant Institut Arnaud, 18,20 €.

- **De l'acide hyaluronique,**

du zinc, une formule botox-like inspirée de la médecine esthétique. Résultat, des pores resserrés, une peau lisse, mate et éclatante. Time-Filler Mat, Filorga, 58,50 €.

- **La nuit, rénover,**

lisser et resserrer les pores dilatés grâce à un complexe intensif rénovateur, réparateur et exfoliant concentré en AHA (11%). Techni Peel Nuit, Payot, 62 €, en Parfumerie.

