

Beauté

Bien dans ma peau

Tout pour se faire un joli décolleté avant l'été

Avec son épiderme fin et délicat, le décolleté est aux premières loges pour subir les agressions extérieures.

Pourtant, cette zone témoin du vieillissement cutané est souvent oubliée de notre rituel soin. Mode d'emploi pour rester au top.

Sophie Goudier

Aussi fragile que la peau des mains car pauvre en glandes sébacées, notre décolleté a tendance à nous trahir. Exposé à longueur d'année à de nombreuses agressions environnementales, en raison de nos hauts échancrés, il s'épaissit au fil du temps, perd son élasticité, sa tonicité et prend peu à peu un aspect fripé avec des plis plus ou moins profonds, le fameux «plissé solaire». Les expositions abusives et répétées au soleil ne font qu'empirer la situation en le couvrant de taches brunes. Si à 20 ans, on est loin de se préoccuper de la beauté de son décolleté et de la tonicité de son buste, c'est une autre histoire passée la quarantaine... Fragiles par leur constitution, les seins sont dénués de toute fibre musculaire et de ligaments et sont simplement retenus par une peau très fine qui s'appuie sur le muscle pectoral. Soumis aux nombreuses variations hormonales de la puberté à la ménopause et au phénomène de pesan-

teur, ils perdent leur tonicité, leur pulpeux et se marquent de vergetures. Pour les aider à rester à la hauteur, on mise sur des soins gorgés d'actifs tenseurs et raffermissants, on stimule ses pectoraux et surtout, on évite les expositions au soleil... Les UV endommagent gravement les fibres d'élastine et de collagène qui, rappelons-le, sont leurs seuls soutiens.

REPULPEZ-LIFTEZ !

Soigner son buste au quotidien, c'est préserver son élasticité et sa beauté. Si les cosmétiques ne peuvent agir comme une chirurgie, ils sont irremplaçables pour entretenir leur galbe et leur fermeté. Sérums et crèmes renforcent et redensifient le «soutien-gorge naturel», et sont d'autant plus recommandés après certains événements, grossesse, importante perte de poids, ménopause... À noter que la technique d'application booste l'effet des actifs et que le massage favorise la fermeté des tissus. Il faut toujours les faire pénétrer par des mouvements doux et en remontant de la base des seins jusqu'au cou.

Quelques astuces simples et efficaces

- Pour tonifier vos seins passez tous les jours un jet d'eau froide circulaire sous la douche.
- Évitez les bains trop chauds qui ramollissent les tissus.
- Une fois par semaine utilisez votre gommage pour le visage, sa douceur est adaptée à cette zone sensible.
- Portez un soutien-gorge efficace lorsque vous faites du sport et tenez-vous droite !
- Pour dévoiler un décolleté sans taches, appliquez un soin solaire dès les premiers beaux jours.
- Évitez le «top less» aux moments où le soleil est le plus fort et optez pour un indice 50+ en renouvelant l'application toutes les deux heures.

Seins... ça pulse !

Regonfler ses seins sans passer par la case bistouri, c'est possible avec le gold standard du comblement, l'acide hyaluronique ! Agrémenté d'un marquage CE en France depuis mai 2008, le Macrolane[®] a déjà fait pigeonner les décolletés de 2 000 patientes en Suède et 12 000 au Japon ! D'après le docteur Isabelle Sarfati, cette technique d'injection prometteuse destinée à évoluer, pourrait même peut-être un jour supplanter la pose de prothèse ! En attendant, on se contente de petites augmentations de volume, mais avec un résultat hyper naturel et insoupçonnable au toucher. Si le produit présente de nombreux avantages, une simple anesthésie locale, pas de cicatrices, ni effets secondaires, le sein reste un organe particulier. Il est donc important de démontrer qu'il ne gêne pas la visibilité d'une mammographie et une étude est en cours afin d'établir un protocole de lecture particulier. Une seule ombre au tableau : le prix... Les effets de la première injection durent 12 mois, il faut donc les renouveler tous les ans, heureusement avec une dose moindre à chaque fois (environ 50 % de la quantité de Macrolane initiale) ce qui en diminue le coût. Pour repulper votre décolleté d'une taille de bonnet, soit 100 ml/sein, comptez environ 3 000 € pour la première séance.

Macrolane[®] des Laboratoires Q-Med. Breveté NASHA[™] (Acide hyaluronique non animal stabilisé), pour en savoir plus : 0800 881 062.

Je gagne contre la gravité

● Gorgé de vu sua, un fruit laiteux et sucré appelé «sein nourricier» au Vietnam, ce soin régénère l'armature dermique et lutte avec brio contre le relâchement dû à l'âge, la maternité, la perte de poids, les expositions solaires... en relançant la synthèse de collagène.

Lait Buste Ultra-Fermeté, Clarins, 47 €

● Des bio peptides pour stimuler la synthèse d'élastine et de collagène, un extrait d'algue laminaire associé à une protéine de blé pour lifter, ce soin effet glaçon agit façon soutien-gorge «push up».

Concentré Buste Vital Feeling, Gatineau, 38 €

● À adopter dès les premiers signes de relâchement et pour prévenir l'apparition des vergetures. Ultra-nourrissante, elle renferme 25,9 % d'actifs naturels.
Crème Bustier Satin, Sampar, 65 € chez Sephora.



Je mets du peps dans mes tops !

● Des seins tout Bio et raffermis avec une formule à base de lait d'ânesse, riche en acides linoléiques, vitamines, oligo-éléments, minéraux... et extrait d'edelweiss, plantain, huile de jojoba...

Beauté du Buste, Câlînesse 70 € en exclusivité sur www.mademoiselle-bio.com

● Raffermissante et tonifiante sous l'action de l'huile de bellis (pâquerette), cette crème au format XL est un véritable énergisant cellulaire. Sans paraben, sans phénoxyéthanol, sans huile minérale, sans silicone.
Crème Modelante Buste, Provence Santé, 31 € en instituts.



Je regonfle mes avantages !

● Augmenter le volume des seins jusqu'à une taille c'est possible grâce à l'action de la volufine, un extrait de plante qui favorise le stockage des lipides façon lipo-filling mais sans canule.

Volumizzante, Seno Pupa, 34 € en parfumeries et instituts.



Trompe l'œil

Invisible, ce soutien gorge sans bretelles booste le volume des seins avec un effet seconde peau. Adhésif, il se colle ni vu ni connu et met en valeur les petits seins qui souhaitent plumper avec des décolletés et des top moulants. Lavable il s'utilise plusieurs fois.

Pump up the Volume, Sephora Express, 10,50 €



Je rajeunis mes appâts

● Très pro, ce soin cible les problématiques liées aux déséquilibres hormonaux (relâchement, déshydratation, affinement de l'épiderme...) grâce à la combinaison de quatre acides aminés et un extrait de yam sauvage.

Soin Restructurant Fermeté Le Décolleté, Matis, 58 € tél. lecteurs : 01 40 67 66 76.

● Onctueux et non gras, ce soin formulé pour les quinquas lutte efficacement contre tous les problèmes qui les tracassent au niveau du cou, du décolleté et du buste à savoir : relâchement, aspect fripé et taches.
Soin Rénovateur Buste, Linéance Anti-Âge, 12,40 € en GMS.



Chez le docteur...

La peau du cou et du décolleté vieillit de façon très différente de celle du visage. Elle s'affine en profondeur et s'épaissit en surface, ce qui est assez compliqué à traiter. Un traitement de mésothérapie, technique qui consiste à injecter en nappage superficiel un cocktail d'acide hyaluronique, de vitamines et d'oligo-éléments, apporte une nette amélioration sur la qualité de la peau et permet une restructuration du tissu cutané.

Pas d'éviction sociale, environ 150 € la séance, six séances sont recommandées, NCTF HA135 Laboratoires Filorga, n° de lecteurs : 01 42 93 94 00.

Si vous n'aimez pas les piqûres, les traitements de photomodulation par les LED, (diodes électroluminescentes de basse énergie), sont pour vous ! Elles agissent sur le relâchement cutané en stimulant la production de collagène dans le derme, tout en diminuant les enzymes responsables de sa dégradation. C'est indolore et ultra rapide puisque la durée de chaque séance est de 60 secondes ! C'est presque frustrant, mais quand on voit les résultats, on y court !

La séance 50 € environ, 8 à 10 séances en un mois, chez certains médecins esthétiques.

