

LES DIFFÉRENTS TYPES DE PEAU

PEAU MIXTE



PEAU NORMALE	PEAU SÈCHE	PEAU GRASSE	PEAU ACNÉIQUE	PEAU SENSIBLE
ASPECT				
ÉQUILIBRÉ ÉCLATANT LISSE	TERNE RUGUEUX DESQUAMATION	BRILLANT ÉPAIS	IMPERFECTIONS INFLAMMATION CICATRICES	IRRITATIONS FINES VEINES VISIBLES
SENSATION				
CONFORTABLE	TIRAILLEMENTS DÉMANGEAISONS	HUILEUSE	DOULOUREUSE	RÉACTIVE DÉMANGEAISONS PICOTEMENTS
PORES				
FINS	TRÈS FINS	DILATÉS	DILATÉS / OSTRUSÉS	ACCOMPAGNÉS DE ROUGEURS
PROBLÈME(S)				
0	SENSIBILITÉ DÉSHYDRATATION RIDES / RIDULES	EXCÈS DE SÉBUM IMPERFECTIONS	IMPERFECTIONS INFLAMMATION CICATRICES	RÉACTIONS CUTANÉES : IRRITATIONS, DÉMANGEAISONS, PICOTEMENTS...
COMPOSANTS À RECOMMANDER				
Acide hyaluronique Aloe vera Céramides Niacinamide Vitamine C	Acide hyaluronique Beurre de karité Céramides Huile d'avocat Glycérine	Acide salicylique Argile Niacinamide Thé vert Zinc	Acide azélaïque Acide salicylique Niacinamide Peroxyde de benzoyle Tea Tree	Allantoïne Aloe vera Camomille Centella asiatica Céramides
	≠ PEAU DÉSHYDRATÉE ÉTAT TEMPORAIRE POUVANT TOUCHER TOUT TYPE DE PEAU			UNE PEAU PEUT ÊTRE NORMALE, SÈCHE, GRASSE, ACNÉIQUE OU MIXTE ET SENSIBLE

PEAU MATURE



QUAND ? **À partir 40 ans**

QUELLES EN SONT LES CARACTÉRISTIQUES ?

- **Rides et ridules** sur le front, autour de la bouche et des yeux
- **Relâchement cutané** dû à une perte d'élasticité et de fermeté (diminution de la production d'élastine et de collagène)
- **Teint moins lumineux**
- **Sécheresse accrue** due à une diminution de la production de sébum
- **Sensibilité accrue**

QUELS COMPOSANTS DOIT-ON RECOMMANDER ? **Acide hyaluronique, Céramides, Peptides, Rétinol, Vitamine C**

QUAND DOIT-ON ADOPTER UNE ROUTINE PRÉVENTIVE ? **Dès 25 ans**

- ✓ ROUTINE 25 - 30 ANS : actifs **hydratants** (acide hyaluronique), **antioxydants** (vitamine C) et **SPF**
- ✓ ROUTINE 30 - 35 ANS : introduction du **rétinol** (0,01 à 0,03%) et d'actifs **raffermissants** (peptides)



Une utilisation prématurée de produits anti-âge peut entraîner : irritations, sensibilisation (UV), déséquilibre cutané, accoutumance et effet placebo.

LES 10 ÉTAPES

 ROUTINE BASIQUE

 ROUTINE INTERMÉDIAIRE

 ROUTINE COMPLÈTE

DOUBLE NETTOYAGE					
NETTOYAGE À BASE D'HUILE	NETTOYAGE À BASE D'EAU				
<p>1 HUILE DÉMAQUILLANTE</p>  <p>Dissout le maquillage et le sébum sans agresser la peau</p>	<p>2 NETTOYANT</p>  <p>Élimine les impuretés résiduelles et purifie la peau</p>	<p>3 EXFOLIANT</p>  <p>Désincruste les pores et affine le grain de peau</p> <p> 1 à 2 fois par semaine Peaux grasses : 2 à 3 fois / semaine Peaux sensibles : tous les 10 jours</p>	<p>4 TONER</p>  <p>Rééquilibre le pH et prépare la peau aux soins suivants</p>	<p>5 ESSENCE</p>  <p>Hydrate en profondeur et booste le renouvellement cellulaire</p>	
<p>6 MASQUE*</p>  <p>Nourrit intensément et illumine le teint</p> <p> 1 à 2 fois par semaine Peaux sèches : 2 à 3 fois / semaine</p>	<p>7 SÉRUM</p>  <p>Traite un problème ciblé (imperfections, taches, rides...)</p>	<p>8 CRÈME YEUX</p>  <p>Hydrate et réduit les cernes, ridules et poches</p>	<p>9 CRÈME HYDRATANTE</p>  <p>Scelle l'hydratation et renforce la barrière cutanée</p> <p>Peaux grasses : gel hydratant</p>	<p>10 PROTECTION SOLAIRE</p>  <p>Protège des UV</p>	

* MASQUE PURIFIANT : après le double nettoyage et avant le toner (étape 3)
 1 à 2 fois par semaine / Peaux sensibles : 2 fois par mois

MASQUE DE NUIT : à la place de la crème hydratante (étape 9)
 2 à 3 fois par semaine / Peaux sèches : quotidiennement si bonne tolérance / Peaux grasses : 1 à 2 fois par semaine

QUELQUES CONSEILS À DONNER AUX PATIENTS...

HYGIÈNE DE VIE

- ✓ Boire 1,5 à 2 litres d'eau par jour
- ✓ Avoir une alimentation équilibrée
- ✓ Éviter l'alcool
- ✓ Arrêter de fumer
- ✓ Dormir 7 à 8 heures par nuit
- ✓ Faire de l'exercice régulièrement
- ✓ Changer taies d'oreiller et serviettes au moins 1 fois par semaine
- ✓ Éviter le stress (production excessive de sébum)
- ✓ Éviter de toucher son visage
- ✓ Nettoyer son visage sans frotter
- ✓ Ne pas trop exfolier
- ✓ Ne pas percer les boutons

MAQUILLAGE

- ✓ Utiliser des produits non comédogènes
- ✓ Privilégier les produits contenant des SPF et enrichis en soins (hydratant, antioxydant...)
- ✓ Privilégier les formules légères : gel ou poudre
- ✓ Éviter les produits parfumés
- ✓ Éviter le maquillage trop lourd (couches trop épaisses)
- ✓ Laisser la peau respirer (journées sans maquillage)
- ✓ Ne jamais dormir maquillé(e)
- ✓ Laver pinceaux et éponges au moins 1 fois par semaine
- ✓ Éviter de partager ses produits

COMPOSANTS FRÉQUEMMENT UTILISÉS ET ACTIONS PRINCIPALES

COMPOSANT	ACTION(S)	COMPOSANT	ACTION(S)	COMPOSANT	ACTION(S)
Acide azélaïque	Apaisante / Éclaircissante	Charbon actif	Détoxifiante / Purifiante	LHA	Exfoliante
Acide hyaluronique	Hydratante	Citron	Astringente / Illuminante	Miel	Apaisante / Hydratante
Acide salicylique	Exfoliante / Purifiante	Citronnelle	Astringente / Purifiante	Mucine d'escargot	Hydratante / Régénérante
Acide tranexamique	Éclaircissante	Collagène	Hydratante / Raffermissante	Niacinamide	Apaisante / Éclaircissante / Sébo-régulatrice
Adénosine	Anti-âge / Réparatrice	Concombre	Apaisante / Hydratante	Orge	Apaisante
AHA	Exfoliante	Eau de glacier	Hydratante	Panthéol	Apaisante / Réparatrice
Aiguilles de pin	Apaisante	Eau de prune	Hydratante / Illuminante	Papaye	Éclaircissante / Exfoliante
Allantoïne	Apaisante / Réparatrice	Fève de soja	Antioxydante / Éclaircissante	Pêche	Illuminante / Hydratante
Aloe arborescens	Régénérante	Fermentations	Équilibrante / Hydratante	Peptides	Raffermissante / Régénérante
Aloe vera	Apaisante / Hydratante	Figue de barbarie	Antioxydante / Hydratante	Perle	Éclaircissante / Reminéralisante
Alpha arbutin	Éclaircissante	Fleur de lotus	Antioxydante / Équilibrante	Peroxyde de benzoyle	Anti-acné
Aquaxyl	Hydratante	Ginseng	Antioxydante / Revitalisante	Pierres volcaniques	Absorbante / Purifiante
Arbre à thé / Tea tree	Antibactérienne / Purifiante	Glutathione	Détoxifiante / Éclaircissante	Poire	Hydratante
Armoise	Anti-inflammatoire / Apaisante	Glycérine	Humectante / Hydratante	PHA	Exfoliante
Argile	Purifiante	Graines de chia	Antioxydante / Hydratante	Probiotiques	Équilibrante / Protectrice
Argile blanche (Kaolin)	Absorbante	Grenade	Antioxydante	Propolis	Antibactérienne / Réparatrice
Bambou	Hydratante / Purifiante	Hamamélis	Astringente	Quercétine	Anti-inflammatoire / Antioxydante
Baobab	Nourrissante / Régénérante	Haricots mungo	Détoxifiante / Apaisante	Réglisse	Apaisante / Éclaircissante
Beurre de karité	Nourrissante	Haricots rouges	Antioxydante / Purifiante	Rétinol	Anti-âge / Lissante / Régénérante
Beurre de mangue	Nourrissante / Réparatrice	Houttuynia cordata	Apaisante / Purifiante	Riz	Éclaircissante
Bêta-glucane	Apaisante / Hydratante	Huile d'argan	Anti-âge / Nourrissante	Sel rose	Détoxifiante / Exfoliante
BHA	Exfoliante	Huile d'avocat	Nourrissante / Réparatrice	Son de riz	Antioxydante / Éclaircissante
Bouleau	Détoxifiante	Huile de camélia	Hydratante / Nourrissante	Squalane	Émolliente / Hydratante
Calendula	Apaisante / Réparatrice	Huile de jojoba	Équilibrante / Nourrissante	Thé	Antioxydante / Apaisante
Camomille	Anti-inflammatoire / Apaisante	Huile de soja	Antioxydante / Nourrissante	Vitamine C	Antioxydante / Illuminante
Centella Asiatica	Apaisante / Réparatrice	Huile de triglycérides	Émolliente / Hydratante	Vitamine E	Antioxydante / Protectrice
Céramides	Hydratante / Réparatrice	Huiles végétales	Nourrissante / Protectrice	Zinc	Anti-imperfections / Sébo-régulatrice

ABSORBANTE : qui retient l'excès de sébum	Argile blanche (Kaolin) Pierres volcaniques	ASTRINGENTE	Hamamélis
ANTI-ACNÉ : qui prévient ou réduit les boutons	Peroxyde de benzoyle		Bouleau
ANTI-ÂGE : qui lutte contre les signes du vieillissement (rides, relâchement, taches)	Adénosine Huile d'argan Rétinol	DÉTOXIFIANTE : qui élimine les toxines et polluants	Charbon actif Glutathione Haricots mungo Sel rose
ANTIBACTÉRIENNE : qui élimine les bactéries	Arbre à thé / Tea tree Propolis		Acide azélaïque Acide tranexamique
ANTI-INFLAMMATOIRE : qui réduit rougeurs et irritations	Armoise Camomille Quercétine		Alpha arbutin Fève de soja Glutathione Niacinamide
ANTIOXYDANTE : qui protège la peau du stress oxydatif causé par les radicaux libres	Fève de soja Figue de barbarie Fleur de lotus Ginseng Graines de chia Grenade Haricots rouges Huile de soja Quercétine Son de riz Thé Vitamine C Vitamine E	ÉCLAIRCISSANTE : qui unifie le teint et atténue les taches pigmentaires	Papaye Perle Réglisse Riz Son de riz
		ÉMOLLIENTE : qui adoucit et assouplit la peau	Huile de triglycérides Squalane
		ÉQUILIBRANTE : qui régule le sébum et rétablit l'équilibre de la peau (ni trop sèche, ni trop grasse)	Fermentations Fleur de lotus Huile de jojoba Probiotiques
		EXFOLIANTE : qui élimine les cellules mortes	Acide salicylique AHA BHA LHA Papaye PHA Sel rose
		HUMECTANTE : qui attire et retient l'hydratation	Glycérine
APAISANTE : qui calme et soulage la peau	Acide azélaïque Aiguilles de pin Allantoïne Aloe vera Armoise Bêta-glucane Calendula Camomille Centella Asiatica Concombre Haricots mungo Houttuynia cordata Miel Niacinamide Orge Panthéol Réglisse Thé		Acide hyaluronique Aloe vera Aquaxyl Bambou Bêta-glucane Céramides Collagène Concombre Eau de glacier Eau de prune Fermentations Figue de barbarie Glycérine
ASTRINGENTE : qui resserre les pores	Citron Citronnelle		Bambou
	Graines de chia		

<p>HYDRATANTE</p>	<p>Huile de camélia Huile de triglycérides Miel Mucine d'escargot Pêche Poire Squalane</p>	<p>PURIFIANTE</p>	<p>Charbon actif Citronnelle Haricots rouges Houttuynia cordata Pierres volcaniques</p>
<p>ILLUMINANTE : qui ravive l'éclat du teint</p>	<p>Citron Eau de prune Pêche Vitamine C</p>	<p>RAFFERMISANTE : qui tonifie et redonne de la fermeté</p>	<p>Collagène Peptides</p>
<p>LISSANTE : qui atténue les irrégularités de texture</p>	<p>Rétinol</p>	<p>RÉGÉNÉRANTE : qui stimule le renouvellement cellulaire</p>	<p>Aloe arborescens Baobab Mucine d'escargot Peptides Rétinol</p>
<p>NOURRISSANTE : qui apporte des lipides</p>	<p>Baobab Beurre de karité Beurre de mangue Huile d'argan Huile d'avocat Huile de camélia Huile de jojoba Huile de soja Huiles végétales</p>	<p>REMINÉRALISANTE : qui apporte des minéraux essentiels</p>	<p>Perle</p>
<p>PROTECTRICE : qui renforce la barrière cutanée</p>	<p>Huiles végétales Probiotiques Vitamine E</p>	<p>RÉPARATRICE : qui favorise la régénération de la peau abîmée</p>	<p>Adénosine Allantoïne Beurre de mangue Bambou Calendula Centella Asiatica Céramides Huile d'avocat Panthéol Propolis</p>
<p>PURIFIANTE : qui nettoie et assainit (réduit les impuretés, l'excès de sébum et les bactéries)</p>	<p>Acide salicylique Arbre à thé / Tea tree Argile</p>	<p>REVITALISANTE : qui redonne tonus et éclat</p>	<p>Ginseng</p>
		<p>SÉBO-RÉGULATRICE : qui régule la production de sébum</p>	<p>Niacinamide Zinc</p>