

VOTRE BEAUTÉ

www.votrebeaute.fr

30/03/10

OCCUPEZ-VOUS DE VOS MAINS !



On les préfèrerait plus fines, plus longues, parfaitement soignées, manucurées bien sûr, mais quand elles donnent des signes dinconfort, et commencent à sabîmer, on réalise quon les aimerait surtout plus douces, plus fraîches et déjà plus jeunes !

Nos mains sont un peu comme nos lèvres, mal « équipées » naturellement contre les agressions extérieures. Par chance, il existe plus de moyens de les protéger, de les réparer, de les embellir que nos mains comptent de doigts !

Par Yasmine Meurisse

Évaluation du site

Le site du magazine Votre Beauté diffuse l'actualité de la mode et de la beauté, sous forme d'articles.

Cible
Spécialisée

Dynamisme* :1

* pages nouvelles en moyenne sur une semaine

VOTRE BEAUTÉ

Uniques, comme en témoignent nos empreintes digitales infalsifiables, fragiles à cause de leur peau fine, de l'absence de graisse et de sébum, sensibles aux agressions extérieures, nos mains nous racontent, année après année.

C'est pourquoi elles valent bien que nous les prenions en main. Des soins quotidiens à l'institut, des liftants à l'intervention esthétique, de la bonne santé de long terme à la couleur du vernis, suivez ce petit précis à l'usage de la beauté des mains.

Cliquez sur lire la suite !



LES REHYDRATER SANS RELACHE

Pour faire la vaisselle ou laver du linge délicat, il n'y a pas de meilleur bouclier que les gants en caoutchouc, de préférence doublés de coton pour éviter que les mains ne séchaient, ne se déshydratent et que les ongles ramollissent.

Côté hygiène ? Dès que le spectre de la grippe A ne sera plus qu'un mauvais souvenir, reprenez votre savon doux à pH neutre qui nettoie sans décaper. Sinon utilisez un savon « classique », plus alcalin, mais plus bactéricide et virucide aussi. Aussi efficace qu'un gel alcoolisé l'effet desséchant en moins. Et appliquez immédiatement une noisette de crème hydratante, le temps

VOTRE BEAUTÉ

que la barrière hydro-lipidique éliminée par le savonnage se reconstitue, c'est-à-dire en trois à quatre heures.

De la crème après chaque lavage de mains, soit cinq à six fois par jour ? C'est le bon rythme pour garder des mains parfaitement douces et lisses. Un conseil si vous êtes sujette aux gerçures, prenez le temps de bien sécher.

VB aime :

- au karité et beurre de cacao pour assouplir et protéger, Nutritive Satinante Peaux Mates à Foncé de Mixa- aux extraits de bouleau blanc pour reconstituer la barrière lipidique de la peau, Deep Confort Hand de Clinique- à l'huile d'argan et figues de Barbarie pour nourrir en profondeur, Crème de Main en Main de Les Sens de Marrakech

- à la glycérine qui prévient la déshydratation, Crème Mains de Neutrogena.

LES ARMES CONTRE LE SOLEIL

A tout âge, il est vraiment judicieux et nécessaire de connaître certaines règles.

Fuyez le soleil ! Même si vous déjeunez sur une terrasse en ville, ayez toujours une crème pour les mains avec filtres solaires dans votre sac pour en remettre régulièrement. Portez des gants pour conduire. Car, contrairement aux rayons solaires UVB, les UVA responsables du vieillissement précoce et des taches brunes traversent les vitres. Raison pour laquelle les femmes qui conduisent beaucoup ont souvent plus de taches brunes sur la main gauche que sur la main droite excepté en Angleterre !

Pendant la belle saison, vous pouvez remplacer votre soin habituel par un compact solaire haute protection. Très pratique grâce à l'éponge qui permet d'appliquer le produit uniquement sur le dos des mains. Ainsi, les paumes ne collent pas !

Des marques sont apparues ? Allez chez le dermatologue qui vous proposera une ou deux séances de traitement à la neige carbonique (azote liquide) efficaces pour détruire ces petits amas de mélanine anarchiques. Il pourra également vous proposer un traitement au laser dépigmentant (sur les peaux claires uniquement).

Des traitements à relayer à la maison avec des crèmes riches en actifs dépigmentants (vitamine C, murier blanc, busserole) et en filtres solaires pour éviter que les taches ne réapparaissent au premier déjeuner sur l'herbe. Pour les dissimuler tout en les protégeant du soleil ? Rien de mieux que le fond de teint couvrant Covermark® à choisir de la même couleur que sa carnation et à fixer avec un voile de poudre transparente.

VB aime :

VOTRE BEAUTÉ

- de l'extrait de mûrier japonais pour atténuer les taches existantes, Crème Jeunesse des Mains de Clarins
- avec un indice solaire élevé pour préserver les mains les plus fragiles, Crème Mains Lissante Anti-Âge, SPF15, de Hérôme
- à la vitamine C et aux filtres solaires pour éclaircir les marques existantes et prévenir l'apparition des nouvelles, Fluide Anti-Tâches Jeunesse des Mains, SPF15, Re-Nutrive d'Estée Lauder.

LES REPARER ... UNE NECESSITE

« Les femmes ne s'occupent de leurs mains que lorsqu'elles leur font mal ou qu'elles commencent à vieillir », se désole **Amida** de **l'institut Bleu** comme **Bleu** (Paris 8e) qui distribue ses petits secrets SOS comme autant de baumes ! Commencez par un soin réparateur profond trois soirs de suite. Pour « ré-imperméabiliser » l'épiderme des mains, devenu poreux à cause de la répétition des agressions, et ainsi empêcher la pénétration des allergènes, source de rougeurs et de démangeaisons.

1. Plongez vos mains dans un bol d'huile végétale tiédie (argan, olive, amande, par exemple) pendant dix minutes. Essuyez-les avec du papier absorbant puis, appliquez une couche épaisse de crème destinée à reconstituer la fonction barrière de la peau. La plupart renferme de la glycérine pour hydrater et des cocktails de vitamines et d'extraits végétaux pour re-lipider (vitamine PP), aider à la cicatrisation et apaiser (vitamine B5 ou D-Panthénol, Alpha-Bisabolol, centella asiatica), assouplir et protéger (vaseline huiles végétales (karité, argan)).

2. Enfilez ensuite des gants de coton ou enveloppez-les dans du film transparent et laissez agir une bonne demi-heure. Vous pouvez également tester les gants de manucurie préalablement imprégnés dactifs hydratants et réutilisables. Ils procurent immédiatement une sensation apaisante et fraîche et « défriquent » réellement l'épiderme des mains.

VB aime :

- à base de vitamine B5 cicatrisante, Crème Réparation de Cica Biafine- enrichie d'huile de vitamine H pour stimuler le renouvellement cellulaire, Crème Réparation Intense Nuit de Nivea
- aux oméga 3 et 6 d'origine marine pour régénérer l'épiderme, Soin Intensif Nutri-Reconstituant Mains et Ongles de Daniel Jouvance
- des gants à enfiler par-dessus une couche de crème réparatrice pour un effet masque et régénérer l'épiderme plus vite, Panthère Moisture Gloves de Manucurist.

LES RAJEUNIR BON POUR LE MORAL !

VOTRE BEAUTÉ

Inutile de sabonner au Botox et d'alimenter régulièrement son plan dépargne lifting si on laisse vieillir nos mains sans rien faire ! « Aujourd'hui, la médecine esthétique propose un ensemble de traitements non invasifs permettant de lisser et de repulper les mains pour leur donner une apparence plus juvénile », explique le Dr Bernard Sillam, auteur de la Nouvelle Médecine esthétique risque zéro.

Pour les défriper, les lifter : le laser Fraxel. Sa chaleur traverse l'épiderme pour stimuler le renouvellement du collagène au niveau du derme et raffermir la peau. Trois à quatre séances à dix jours d'intervalle permettent de lisser et de redensifier la peau, tout en gommant les tâches brunes. Seul inconvénient : des rougeurs pendant quelques jours. Prix : 700 à 1000 euros la séance.

Pour repulper le dos des mains : l'acide hyaluronique, le Radiesse et l'autogreffe de graisse. Trois techniques de comblement qui atténuent les veines apparentes et redonnent un aspect rond et doux aux mains.

> Avec le Novabel®

Un produit sculpteur, à la fois lissant et volumateur issu d'une algue laminaire. Très fluide, il permet l'utilisation d'une aiguille très fine, rendant l'injection non agressive et quasiment indolore. Un résultat instantané dont les effets durent au moins un an. Prix : environ 600 euros pour les mains.

> Avec l'acide hyaluronique

On ne présente plus ce champion du comblement, sans danger et résorbable utilisé pour lisser les rides et modeler le visage. Pour les mains, il s'agit d'un acide hyaluronique concentré (type Voluma) qui permet de redonner des formes pleines aux mains. Les injections sont indolores (mais les douillettes peuvent bénéficier d'une petite anesthésie locale), le résultat est immédiat et disparaît progressivement au bout d'un an. Prix : 200 euros la seringue.

> Avec le Radiesse (microsphères d'hydroxyapatite de calcium synthétique)

Un implant souple injectable et résorbable lui aussi, bien que plus rarement utilisé et sur lequel on a moins de recul qu'avec l'acide hyaluronique. Destiné en principe aux rides profondes du visage, il permet également le remodelage des mains. Tenue ? Un à deux ans environ. Prix : 400 à 500 par main.

> Avec les auto-injections de graisse.

Le lipofilling consiste à prélever la graisse du patient au niveau du ventre ou des cuisses, puis à la réinjecter après l'avoir centrifugée et purifiée. Une technique un peu plus « lourde » que les injections classiques, réalisée sous anesthésie locale, en clinique en ambulatoire. Prix : 1500 euros environ par main.

VOTRE BEAUTÉ

Pour réduire l'importance des veines inesthétiques : la chirurgie. « Il s'agit d'une phlébectomie des mains, fondée sur la même technique que celle effectuée sur les jambes pour les varices. Ce traitement chirurgical consiste à retirer les veines les plus dilatées en effectuant deux minuscules incisions aux points de déviation », explique le Dr Marc Lefebvre-Vilardebo, angiologue. Précisons qu'on ne retire jamais la totalité des veines des mains car ce sont de importants vaisseaux de drainage dont on peut avoir besoin dans un but médical (perfusions). Seules la ou les deux plus visibles sont éliminées. Une intervention effectuée sous anesthésie locale sans effet secondaire particulier à l'exception de quelques ecchymoses. Prix : 600 euros environ par main.



LES CHOUCOUTER... JUSQU'AU BOUT DES ONGLES

Le saviez-vous ? Une femme sur deux utilise des produits de maquillage pour les ongles. Ce qui nous place au second rang des utilisatrices européennes après les Espagnoles et avant les Allemandes et les Britanniques. Si notre réflexe d'achat est d'abord motivé par une envie de couleur, avant le prix et la marque, il est ensuite conditionné par la promesse d'une bonne tenue, d'une formule traitante et, bien sûr, d'une parfaite innocuité. C'est pourquoi on ne voit plus de petite bille de nickel dans nos vernis (allergisant) et que la majorité ne contient plus de toluène ni de colophane.

VOTRE BEAUTÉ

On soigne, on fortifie, on bichonne. La cuticule d'abord qui protège la matrice de l'ongle. Ne jamais la couper, sauf si une petite peau forme un pic douloureux dans le lit de l'ongle. Il faut la repousser délicatement avec un bâtonnet de buis ou en pierre ponce, puis à l'assouplir et à la fortifier avec des soins émollients cuticules aux vitamines cicatrisantes (A et E). Sur les ongles, on applique un sérum de croissance si l'ongle paresse, un correcteur anti-stries si l'ongle n'est pas lisse, et surtout une base fortifiante, au calcium le plus souvent.

VB aime :

- à la vitamine A réparatrice, Cuticule Therapy Cream d'Orly
- aux poudres de polyamide, Correcteur Anti-Stries de DR Pierre Ricaud
- un gommage à l'huile de ricin pour démaquiller les ongles, une potion aux algues rouges pour les assouplir les ongles, un cocktail d'huiles végétales pour les fortifier, Trio Nailspa de Biguine Makeup
- fortifier les ongles, Huile au Neem pour les Ongles de DR Hauschka.

On suit la tendance. Si le carré court est toujours d'actualité avec son indémodable French manucure qui va à toutes et avec tout, notez que l'ongle long et ovale, en amande tente une timide percée, comme un clin d'œil aux années soixante-dix. Une tendance très féminine à surveiller de près

On ose les vernis mats. Très chics ces effets de matière qui évoquent le grain des tissus ! Un effet couture qu'on ne recherchera pas tous les jours mais qui ne manque pas d'intérêt dans des tonalités sombres et sur des ongles courts. Très joli aussi l'option top coat mat à appliquer sur n'importe quel vernis brillant, à l'exception du bord libre ou de la lunule ou l'inverse, les extrémités mates et le centre brillant.

VB aime :

- un top coat mat, Matte about you, de Essie
- un vernis effet tissu, Matte Couture de Orly
- un vernis effet « daim » Suede by O.P.I.

On est toujours « folles » de rouge. Parce qu'il symbolise l'éternel féminin. Mais on le choisit d'une nuance flamboyante et lumineuse et toujours ultra-brillant.

VB aime :

- une nuance « cabaret » sexy, French Cancan de Mavala

VOTRE BEAUTÉ

- un vrai vermillon, n° 656 Forever Young de Essie
- un rouge clair et gai, Le Rouge Clarins, de Clarins- un rouge carmin, Dragon 475 de Chanel.

On les maquille. Vous n'y avez peut-être jamais songé, mais à l'occasion d'une soirée où vous dénuderez épaules et bras, osez maquiller le dos de vos mains comme vous le faites pour le visage. Cela créera une harmonie et une unité de peau et de teint parfaite.

Comment ? Hydratez mains, avant-bras et bras d'abord avec un lait corporel ou un masque hydratant (le même que pour le visage). Ensuite, étalez un peu de fond de teint fluide sur le dos de la main et des doigts (en remontant le long des bras) pour masquer les irrégularités de pigmentation, et uniformiser le grain de la peau. Terminez par un nuage de poudre balayé au pinceau. Vous trouvez vos doigts épais ? Appliquez un fond de teint plus soutenu sur les côtés pour les faire paraître plus minces.

On les parfume. Avec une crème pour les mains qui signe votre parfum préféré ou une fragrance délicate et fraîche. Avec de l'eau de fleur d'orange que l'on frotte entre ses paumes après les avoir lavées. Avec du talc ou de la poudre parfumés dont on saupoudre l'intérieur de ses gants pour un merveilleux sillage au bout des doigts

VB aime :

- Parfum en crème pour les mains, Les Parfums Corps de Thierry Mugler
- Baume Splendide Mains, Soins essentiels à la Sève de Rose, de Annick Goutal
- extrait d'harpagophytum, et de diverses plantes aux vertus nourrissantes et apaisantes pour préserver la douceur et la jeunesse des mains, Confort Extrême Mains de Sisley.

Pour aller au-delà d'une simple manucurie, Votre Beauté a testé six instituts particulièrement inventifs sur le cocooning des mains et des ongles :

Talika, pour la digitopuncture : Le Hand Rituel utilise la gamme de soins Talika. Gommage et lait nourrissant à base de calcédoine, d'huile d'amande douce et d'huile essentielle de jasmin pour les mains, soins enrichis de myrrhe et de gencens pour les ongles. Avec en moment fort, une digitopuncture réalisée avec une pierre d'améthyste pour calmer tout en stimulant les zones réflexes de la main. Hand Rituel, Talika, 45 euros pour 40 min, au spa de l'hôtel Pershing Hall, 49, rue Pierre Charron, Paris 8e.

Cinq Mondes, pour la relaxation : Allongée dans la semi-obscurité d'une cabine (très) confortable, on commence par de profondes inspirations pour se détendre, on se rassérène au son du « la » émis par le diapason. Le rituel se poursuit par un massage relaxant des épaules, de la nuque, puis par les soins des mains et des ongles avec un gommage à la papaye, suivi de la crème Main d'Ange, à base d'aloë vera, nourrissant, d'extraits de bambou régénérant et de mûrier blanc de Chine, anti-tâches. Le soin s'achève par une manucurie et la pose de

VOTRE BEAUTÉ

vernis. Main d'Ange, 96 euros pour 50 min, au Spa Cinq Mondes, 6, square Louis-Jouvet, Paris 2e.

Sothys, pour le confort et le réconfort : Ambiance « grand institut » très douillette pour un soin des mains vraiment complet, ongles compris. À découvrir le bain des mains avec la crème Prospa de Sothys, un soin original qui libère ses actifs émoullissants (des huiles végétales) lorsqu'il est tiédi. Effet très hydratant et très réparateur pour les ongles et les mains. Bravo aussi pour la manucurie extrêmement soignée, du coup de lime au vernis en passant par le soin des cuticules. Soin Main Douceur, 55 euros pour 60 min, chez Sothys, 128, rue du Fbg Saint-Honoré, Paris 8e.

Charme d'Orient, pour la gourmandise : Installée dans un petit salon « à la marocaine », on plonge d'abord les mains dans une eau chaude enrichie de savon noir qui les purifie et les blanchit. Vient ensuite le **gommage** à la pâte de pierre d'alun à la gelée royale et au miel pour adoucir la peau, puis le modelage « défroissant » à l'huile d'argan jusqu'aux coudes. Sans oublier le dessert : le masque réparateur au sésame. Le soin s'achève par une manucurie, un polissage ou la pose d'un vernis. Beauté des Mains à l'Orientale, 62 euros pour 60 min, chez Charme d'Orient, 86, bd de Reuilly, Paris 12e.

Bleu comme **Bleu** , pour le plaisir des sens : Aucune manucurie n'est prévue dans ce soin qui s'attache surtout au bien-être et à la revitalisation de l'épiderme des mains avec un **massage** relaxant raffermissant du bout des doigts jusqu'aux bras, au parfum enchanteur de rose de Damas. Du **gommage** au bain **hydratant** en passant par la crème de massage, **l'institut** utilise la ligne Comptoir du **Spa** à base d'huiles naturelles, comme le tournesol et la mandarine douce. Rose de Damas, 55 euros pour 45 min, **chez Bleu** comme **Bleu** , 47bis, avenue **Hoche** , Paris 8e.

Nuxe, pour le raffinement et la French ! Un soin d'une heure et demie (!) qui débute par un gommage à la cassonade qu'on laisse agir dans des mouffles parfumées à l'orange, à la girofle et à la cannelle. Ici, l'accent est mis sur l'hydratation et la réparation de la peau avec le Baume des Familles Nuxe, un véritable soin SOS à base de cinq huiles végétales fortifiantes dont labricot et la noisette, de cire de fleurs dont la rose et la cacahuète, de miel et de karité. À la clé, du bonheur et des mains toutes neuves. Autre temps fort ? La French manucure particulièrement élégante et réussie ! Manucurie intégrale mains et ongles de rêve, 75 euros pour 90 min (85 avec la French manucure), au Spa Nuxe, 32, rue Montorgueil, Paris 1er.