

Se sentir bien
Beauté —

Je dope
mon collagène

Le "Collagen Banking" repose sur l'idée de préserver et de stimuler la production de collagène le plus tôt possible, afin de ralentir les signes du vieillissement cutané.

En quoi ça consiste ?

Littéralement, à "faire des réserves de collagène" : pas du luxe quand on sait qu'on commence à en perdre 1 % environ chaque année à partir de 25 ans. Il s'agit donc de combiner une prise orale régulière, avec l'utilisation de soins topiques qui vont relancer sa production et sont eux-mêmes enrichis en peptides de collagène.

Quels bénéfices en attendre ?

Cette synergie "in & out" renforce l'hydratation, l'élasticité et l'éclat de la peau tout en limitant et en neutralisant les signes de l'âge. « Comme la molécule est grosse, elle a surtout un effet filmogène en surface, prévient la Dre Lafaye. L'association avec du collagène à boire n'est pas inintéressante, mais veillez à prendre de la vitamine C conjointement, car elle stimule sa production, optimise son absorption et le protège de la dégradation grâce à son action antioxydante. »



Mon shopping

1 • Ciblé. Un complexe procollagène (rhamnose + peptides + maitake) qui permet de booster le collagène et d'en lier tous les types. ● Liftactiv Collagen Specialist 16, Vichy, 42,99 € les 30 ml. Pharmacies.

2 • Raffermissante. Formulée à base de peptides de lupin blanc et de co-enzyme Q10, elle lutte contre le relâchement de la peau et agit sur l'ovale du visage. ● Crème Advanced Optimizer, Yon-Ka, 84 € les 50 ml. Instituts.

3 • En poudre. Une association de collagène marin hydrolysé, acide hyaluronique et élastine pour une triple action sur la peau, les ongles et les cheveux. ● Collagène Intense Peau Magnifique, Twenty DC, 52,90 € la cure de 1 mois (280 g). twentydc.com

4 • Effet peau neuve. Un cocktail de pro-rétinol, de bakuchiol et d'acides de fruits doux pour relancer le renouvellement cellulaire et booster le collagène. ● Sérum Booster Pro-Collagène, Novexpert, 52,50 € les 30 ml. Pharmacies.

5 • Précis. Il cible les mécanismes du relâchement cutané en neutralisant la glycation et en stimulant la synthèse de collagène. ● Sérum Lift Raffermissant, LPG, 94 € les 30 ml. Dépositaires de la marque.

SNP

