

Beauté

LA QUESTION

Comment don souffl

Jennifer
Lawrence

Stoppez les méfaits de la pollution et offrez une bouffée d'air frais à vos cellules avec des soins ciblés.

Si je manque de **sommeil**

« Quand on dort, la peau se régénère, surtout entre 23 heures et 4 heures du matin », souligne Patrizia Mazzitelli, directrice produits Eisenberg. Une bonne raison de lui faire passer une nuit détox grâce à un shoot complet d'actifs. Ces derniers vont aspirer les toxines jusque dans les couches moyennes de l'épiderme, restaurer la fonction barrière de la peau et resynchroniser son métabolisme. On se réveille fraîche, lisse et lumineuse !



Crème de nuit. Soin Anti-Stress, 121 €, Eisenberg.

Masque. Soin Hydra-Oxygénant, 54,90 €, Mediceutics.

ner un nouveau e à sa peau ?



Si je suis fumeuse

La pollution encrasse les cellules, qui subissent un stress oxydatif et s'essoufflent. Selon Mi-Ryung Beilvert, la fondatrice de Qiriness, il convient de choisir une crème qui agit façon purificateur d'air, en détoxifiant les cellules via du néroli, de la levure de cactus ou des extraits de tomate, réputés pour leur action antioxydante.

Crème légère. Hydra Floral Everfresh, 51 €, Decléor.
Crème éclaircissante. Caresse Eclat Parfait, 54,90 €, Qiriness.

Si je suis une make-up addict

Les sprays oxygénants ne se contentent pas de rafraîchir, d'hydrater et de fixer le maquillage. Ils dépolluent et évitent que les toxines ne se déposent sur le visage. Comment ? Grâce à ses composants (pissenlit et sarriette), qui assimilent et digèrent les oxydants à la surface de la peau.

Brume. Défense Pollution Aqua Urban, 35 €, Galénic.
Brume. Botanique Anti-Pollution Aqua aëria, 27,50 €, Sanoflore.



Si j'ai le teint terne

Danuta Mielock, esthéticienne new-yorkaise, spécialiste des soins visage, fut la première à prôner le *soft cleaning*, un nettoyage en douceur qui débarrasse l'épiderme des polluants sans aggraver le film hydro-lipidique et le microbiote. A la maison, on utilise un exfoliant dont les grains sont remplacés par des actifs végétaux non abrasifs tels le thé, le kiwi...

Gel nettoyant. Juliet, 31,99 €, Antipodes.
Poudre. Poudre Nettoyante, 45 €, Cha Ling.



Si j'ai besoin d'hydratation

Chaque matin, on utilise des soins urbains hyper performants. Non seulement ils agissent comme une barrière pour faciliter l'élimination des déchets à la surface de la peau (grâce à des ingrédients comme la graine de Moringa), mais dans le même temps, ils réactivent les mécanismes naturels de défense de l'épiderme et maintiennent un taux d'hydratation optimal, synonyme de rebond et d'éclat.

Gel-crème. Hydra-Depolluskin, 63,90 €, Rexaline.
Gel aqueux. Carbon Breaker, 69 € les 10 doses, Romy.



Le caisson à oxygène

C'est quoi ?

Un cylindre étanche dans lequel on s'assoit ou on s'allonge (au choix) pendant une heure, et qui recharge vos batteries en vous faisant respirer huit fois plus d'oxygène que si vous étiez à l'air libre. C'est le principe de l'oxygénothérapie hyperbare : sous pression, l'oxygène se diffuse mieux dans l'organisme et tout le métabolisme en bénéficie.

On a testé

La première sensation : celle de la pressurisation, comme dans un avion. C'est un peu désagréable, mais cela ne dure que quelques secondes. Puis on se déconnecte du monde en écoutant une musique relaxante au casque et on lâche prise, voire on s'endort pendant la séance...

Le bonus

Les accros au boulot peuvent y aller avec leur tablette et continuer de bosser. Mais c'est dommage.

L'info vérité

Ça défatigue, ça déleste, ça allège. On se sent réellement plus fraîche et, bien qu'on soit restée habillée, on a une sensation de peau plus tonique. À faire quand on dort mal, quand on est stressée, fatiguée... Mais si on est claustro, on évite !

En pratique

49 € la séance d'une heure. Trois formules : Eco, Business Class et First Class. Rens. sur 02relax.fr.