

# Paraître soigné a un prix

**Les hommes aussi doivent régulièrement prendre soin de la peau de leur visage. Car le chauffage et l'air froid malmènent autant leur épiderme que le rasage.**

Les femmes ne sont plus les seules à mener un combat contre les rides. Les hommes aussi veulent paraître jeunes et attirants et retarder autant que possible les traces de l'âge. Mais puiser dans la gamme de produits de soins de sa compagne n'est pas une bonne idée. Car la peau des hommes a des besoins spécifiques. «La peau masculine nécessite des soins un peu différents de ceux d'une femme», explique la droguiste diplômée **Doris Hermann**, copropriétaire de la droguerie Hermann à Unterägeri (ZG). «La structure de la peau du visage des hommes est beaucoup plus robuste, car elle est composée de davantage de corne. C'est pourquoi les produits de soins des hommes sont nettement moins gras que ceux des femmes.» En outre, dès 40 ans, la peau des hommes vieillit plus vite que celle des femmes. Les produits de soin doivent donc être plus hydratants et contenir davantage de collagène et d'élastine.

## Bien se raser

Le rasage quotidien malmène particulièrement la peau des hommes. «Il faut donc absolument utiliser une mousse à raser et une lame bien aiguisée», explique Doris

Hermann. En outre, après le rasage, il faut toujours appliquer un baume ou un tonique facial. La droguiste conseille une crème ou une émulsion après-rasage qui contient par exemple de la glycérine ou des acides hyaluroniques, pour éviter les irritations et stopper les légers saignements. Elle ne recommande en revanche pas les lotions de rasage, car elles brûlent et dessèchent la peau inutilement.

## Produits de base pour l'homme

Le rasage n'est pas le seul facteur qui irrite le visage. Une alimentation déséquilibrée, l'alcool et la nicotine, le stress, les influences de l'environnement, comme le soleil, la chaleur et le froid, peuvent aussi poser problème, de même que de mauvais produits de soins. La droguiste recommande aux hommes l'équipement de base suivant pour les soins quotidiens:

- un gel de lavage doux pour le nettoyage (ne pas utiliser le produit de douche!)
- une mousse à raser douce
- un baume après-rasage
- une crème de jour non grasse et adaptée au type de peau
- une crème de nuit revitalisante
- des produits de protection solaire

## Marche à suivre pour des soins quotidiens du visage

– **Nettoyer:** éliminez la poussière et les saletés de votre peau avec un gel nettoyant. Pour cela, humidifiez simplement le cou et le visage avec de l'eau, faites mousser une giclée de gel dans la main avec un peu d'eau et répartissez régulièrement la mousse sur le visage et le cou. Il est possible de combiner l'application du gel à un petit massage du visage: décrivez de petits cercles avec l'index et le majeur en pressant légèrement. Rincez bien le gel ensuite.

**Conseil:** si l'on souhaite gagner du temps, il est possible de combiner le nettoyage avec la douche. Pour une action

### Les cinq types de peau

Pour les soins du visage, que ce soit pour les hommes ou les femmes, il est important de savoir à quel type de peau on a affaire. On distingue cinq types de peau: grasse, normale, mixte, sèche et sensible (ou allergique). Le plus simple est de demander conseil à son droguiste pour déterminer son type de peau.

## Moments de bien-être pour peau sensible

Sibonet propose une ligne de produits soumis à des tests dermatologiques et spécialement adaptés au soin des peaux sensibles qui répond à tous les besoins. Qu'il s'agisse de déodorant, de gel douche, de savon liquide, de shampooing, de crème pour les mains ou de lotion pour le corps, Sibonet vous fait du bien! Soignez votre peau en douceur, testez nos produits de grande qualité et profitez maintenant de 20% de réduction!



Une ligne complète de produits hypoallergènes et au pH neutre de grande qualité: le meilleur soin pour votre peau. Sibonet – le spécialiste des peaux sensibles depuis 1952.

**sibonet**  
pH 5.5 HYPOALLERGEN

**20%**

de réduction sur tous les produits Sibonet. Offre valable du 1<sup>er</sup> au 30 novembre 2013 dans les drogueries et les pharmacies.



### Les soins du visage sont aussi une affaire d'hommes.

plus en profondeur, on peut également faire un peeling une à deux fois par semaine. Attention: évitez le rasage juste après le peeling car il y a un risque accru de coupure.

– **Dégraisser:** appliquez toujours un tonique pour dégraisser un peu la peau. Il faudrait toujours utiliser un tonique facial, notamment si la peau brille ou est impure. Car ces produits ont des effets anti-inflammatoires et dégraisent l'épiderme. Le plus simple est de mettre un peu de tonique sur une rondelle d'ouate et de nettoyer le visage, tour des yeux excepté. Il faut

plutôt choisir un produit apaisant sans alcool si la peau est sèche ou particulièrement sensible.

**Conseil:** une barbe de trois jours n'est pas une raison pour renoncer au tonique. Plutôt qu'une rondelle d'ouate, on peut aussi utiliser ses mains (propres!) pour appliquer le tonique facial, exactement comme pour l'after-shave.

– **Soigner:** offrez des soins hydratants à votre visage. Les influences extérieures comme le vent, le soleil et le froid abîment la peau. Mettre de la crème rend la peau plus résistante.

Mais il est important d'utiliser un produit adapté au type de peau, que ce soit une crème, un fluide, une émulsion ou un gel.

**Conseil:** il existe des produits avec des fonctions supplémentaires comme par exemple un indice de protection solaire élevé, des vitamines complémentaires ou un effet antiride lissant qui permettent un soin individualisé.

### L'air froid et sec abîme la peau

En hiver, quand l'air est froid et sec, la peau a besoin de davantage de soins. «La



## L'homme, cette tête de mule

Que faire quand son conjoint refuse toute crème et que sa peau est si sèche, si écailleuse ou si rêche que l'embrasser n'est plus un plaisir? La pratique quotidienne en droguerie a donné à Doris Hermann une certaine expérience en la matière: «Il s'agit de commencer d'abord par un ou deux produits et de ne pas essayer de convaincre son conjoint d'utiliser la palette complète de soins. Les produits pratiques deux-en-un simplifient les soins et permettent d'économiser du temps, ce que les hommes apprécient.»

### En savoir plus:

[vitagate.ch/fr/beaute/soins\\_visage/hommes](http://vitagate.ch/fr/beaute/soins_visage/hommes)

[vitagate.ch](http://vitagate.ch) – Un clic quotidien pour votre santé!

Vous trouverez sur [vitagate](http://vitagate.ch) d'autres conseils pour les trois étapes de nettoyage et de soins.



crème pour le visage peut être légèrement plus grasse et le tour des yeux qui est très sensible devrait faire l'objet d'une attention supplémentaire», explique la droguiste Doris Hermann. Il est aussi important de bien protéger la peau du soleil comme du froid, quand on profite de la neige ou que l'on fait du sport à l'extérieur. Les lèvres peuvent en outre être protégées des petites gerçures grâce à un baume.

Texte: Anania Hostettler / trad: mh

Photo: Corinne Futterlieb



## Excipial Kids®

Apaise et régénère la peau

Solution de toilette innovante pour les peaux sèches avec démangeaisons des bébés et des enfants

Grâce aux **tensioactifs particulièrement doux** et à l'association novatrice de trois composants – la **SymCalmin®**, le **dexpanthénol** et **glycérine** –, la peau est nettoyée tout en douceur et apaisée et hydratée dès le lavage.

**NOUVEAU**  
Disponible en mousse lavante et en shampooing



Excipial Kids® Mousse lavante

Excipial Kids® Shampooing

Spirig Pharma AG  
CH-4622 Egerkingen  
[www.excipial-kids.ch](http://www.excipial-kids.ch)

**GALDERMA**  
spirig