Edition : 5 Novembre 2016 - p. 35-37.

L'abécédaire *de l'anti-âge*

Collagène

C'est quoi? Une protéine structurale présente dans la peau sous forme de fibres et qui constitue l'armature du derme. Le collagène assure une résistance mécanique à l'étirement, ce qui détermine le degré de tonicité de votre peau. Il représente environ un quart de la masse protéique de l'organisme et il en existe 20 types. Le collagène 1, par exemple, se trouve au niveau de la peau, le 3, au niveau cardio-vasculaire. Avec l'âge, sa fabrication par les fibroblastes (cellules de la peau) diminue, ce qui entraîne un amincissement du derme, un relâchement cutané et l'apparition des rides.

Comment le rebooster? En misant sur des crèmes qui contiennent des ingrédients comme l'extrait de germe de soja, les cellules natives d'argan, ou encore l'extrait de figue de barbarie, qui permettent d'améliorer la santé des fibroblastes afin de relancer sa synthèse. Vous pouvez aussi agir en cabinet au moyen de peelings, par exemple, mais aussi d'autres traitements, comme la mésothérapie *(voir p. 30)*.

POUR LE DOPER

Duo Sérum Tenseur, Sculpteur de Perfection, Galénic, 55 € (1).
Oncteuse Crème Jeunesse, Concentré d'Energie, Orexcellence, Decléor, 112 € (2). **Velouté** Baume Réveil Eclat Global Anti-âge, Revitalizing Supreme+, Estée Lauder, 68 € chez Marionnaud (3).
Lissant Sérum Lumière Anti-Age, Illumine 7, Ioma, 119 € (4).