Vitamine C et rétinol font partie des actifs stars de la cosmétique, qui, des années après leur mise sur le marché, prouvent jour après jour leur efficacité sur les rides et ridules. Petits nouveaux, les pré et probiotiques qui cherchent avant tout à traiter la cause du vieillissement et pas seulement les effets.

La caution "DERMATO"

Les actifs les plus prisés par la blouse blanche en matière d'anti-âge ? Vitamine C et rétinol (forme pure de la vitamine A). Ce dernier, véritable actif star, est largement recommandé par les dermatologues : « Je l'inclus dans environ 50 % de mes prescriptions car il stimule la production de collagène et le renouvellement cellulaire et fait ses preuves dès deux à trois semaines d'utilisation », précise le Dr Laurence Walon, dermatologue conseil pour L'Oréal Paris. Pour autant, la légitimité légendaire du rétinol n'empêche pas les labos de continuer à étudier l'étendue de son activité.

Quant à la vitamine C, elle fait aussi partie des actifs anti-âge les plus recommandés. Naturellement présente dans la peau, sa teneur diminue avec le temps : on en perd plus d'un tiers entre 20 et 50 ans. A utiliser en cure pour un manque d'éclat ponctuel ou sur du long terme, d'un à trois mois : la peau paraît plus lisse, plus élastique. Pour être efficace, la vitamine C doit être dosée entre 5 et 15 % et dans sa forme naturelle la plus pure (acide L-ascorbique), comme le précisent les laboratoires dermatologiques ACM. Attention avec les concentrations supérieures, qui concernent généralement des formes dérivées de vitamine C moins expertes. Si ce n'est pour un léger effet sur l'éclat du teint.

L'assurance "PRÉ" ET "PROBIOTIQUE"

Sur-étudiés par les labos depuis quelques années, ces micro-organismes qui colonisent notre épiderme (le fameux microbiote cutané) ont un rôle essentiel dans la santé de la peau, et donc dans le processus de vieillissement. Pour maintenir un équilibre optimal, il faut le réguler avec un apport de probiotiques, d'autres micro-organismes, généralement désactivés si ce n'est dans certaines formules de compléments alimentaires, où l'on peut les trouver « vivants ». Dans les soins topiques, ils sont combinés avec des prébiotiques, sorte de carburant énergétique indispensable aux « bonnes » bactéries de notre peau.

J'achète quoi ? Ci-contre : Rétinol et vitamine C : *Revitalift Laser x3 Sérum Nuit Rides Profondes,* L'Oréal Paris, 19,90 €*** ; *Vital Perfection Concentré Correcteur Rides & Taches,* Shiseido, 100 €* ; *Duolys.A Sérum Intensif, ACM,* 36 €** ; *Smart Night Clinical MD Rétinol,* Clinique, 85 €* ; *Crème Rétinol Intense,* Chantecaille, 142 €* ; *Sérum The Good C,* Dr Barbara Sturm, 125 €, au Bon Marché ; *Sérum Sorciérissime,* Delbôve, 90 € (delbove.com). Pré et probiotique : *Advanced Genifique,* Lancôme, 116 €* ; *Bariéderm Cica-Daily,* Uriage, 30,90 €** ; *Tolérance Control Crème Apaisante Restauratrice,* Avène, 18,43 €**. ➤