

DÉBUTER AVEC LE RÉTINOL

C'EST L'ACTIF STAR DE L'ANTI-ÂGE. IL REQUIERT CEPENDANT QUELQUES PRÉCAUTIONS D'USAGE. ON VOUS DIT TOUT

TEXTE VALÉRIE FOURNIER

Sa mention sur l'étiquette lui donne un côté médical, gage d'efficacité et c'est le cas. Dérivé de la vitamine A, le rétinol a des effets anti-séborrhéiques (contre l'acné), kératolytique (resurfaçant par élimination de la couche supérieure de la peau) et réparateur cellulaire. Actif anti-âge à large spectre, il stimule la production de collagène et d'élastine, les fibres de soutien présentes dans le derme, et atténue les taches.

Irritant, sensible à la lumière, c'est un actif difficile à utiliser en dehors des cabinets de dermatologues. Les laboratoires cosmétiques cherchent depuis longtemps des moyens de l'intégrer à leur formule. Chez Filorga, par exemple, marque inspirée de la médecine esthétique, le rétinol fait partie du cœur de formule, un cocktail d'actifs breveté, le NCEF (New Cellular Encapsulated Factors). Son encapsulation permet «une diffusion progressive afin d'éviter les réactions cutanées», selon Véronique Ros, directrice de la formation internationale. Toujours à la pointe de la technologie, Shiseido a développé «une méthode de fabrication innovante utilisant une cabine spéciale exempte de rayons UV et d'oxygène pour une nouvelle génération de soins à base de rétinol pur stable, efficace et bien toléré, explique Nathalie Broussard, directrice de la communication scientifique. Nous avons également mis au point un *packaging* totalement hermétique capable de conserver le rétinol pur, même après ouverture du bouchon.»

Argument marketing, il arrive souvent que les produits annoncés au rétinol n'en contiennent que des traces. Vu son fort pouvoir, une petite dose suffit, dès 0,1%. On le trouve à 0,3% chez Clinique et La Roche-Posay, des marques de dermocosmétique adaptées aux peaux sensibles. Côté grand public, L'Oréal Paris lance dans sa gamme Revitalift un sérum innovant qui en contient 0,2% dans une forme totalement sûre, stable, avec une biodisponibilité optimale.

Pour que le rétinol reste votre allié, trois règles à respecter: on l'applique le soir seulement; on y va progressivement – une à trois fois par semaine – sachant que rougeurs et picotements sont normaux; enfin, parce qu'il est photosensibilisant, on utilise un SPF la journée. ●



1. Revitalift Laser, sérum nuit, rétinol pur, **L'Oréal Paris**, env. 24 fr. les 30 ml. 2. Smart night clinical MD retinol, traitement réparation nuit multi-dimensionnel, **Clinique**, env. 99 fr. les 30 ml. 3. Overnight Retinol Oil, huile de nuit lissante, **Pixi Skintreats**, 50 fr. les 30 ml. (marionnaud.ch) 4. Booster Sérum, **Dr. Levy**, 350 fr. les 30 ml. 5. Sérum Global Repair Intensive, **Filorga**, env. 116 fr. les 30 ml. 6. Vital Perfection, Concentré correcteur rides et taches, **Shiseido**, env. 120 fr. les 20 ml. 7. Advanced Retinol Sérum, **Alchimie Forever**, 109 fr. les 30 ml. 8. Sérum Retinol B3, concentré anti-rides, rétinol pur et vitamine B3, **La Roche-Posay**, env. 49 fr. les 30 ml.



3 QUESTIONS

À LA DR[®] PATRICIA DELARIVE, CEO ET MÉDECIN-CHEFFE AU SEIN DU GROUPE CLINIQUE MATIGNON

Le rétinol peut-il être utilisé sans suivi médical?

Le rétinol fait partie de la famille des rétinoïdes, des dérivés de la vitamine A. Certaines de ces molécules sont considérées comme des médicaments, par exemple l'isotretinoïne, administrée par voie orale contre l'acné sévère (le Roaccutane). L'acide rétinoïque est utilisé par voie topique (sur la peau) sur prescription médicale également. Le rétinol, lui, est l'actif utilisé en cosmétique à des concentrations variant de 0,1% à 1%.

Autrement dit, elle a un vrai effet réparateur sur les méfaits du soleil ou du tabac. Pas seulement au niveau esthétique, mais également cellulaire, dans la prévention des pré-cancérose de la peau par exemple.

Il passe pour le seul actif anti-rides à l'effet prouvé scientifiquement...

Oui, avec les anti-oxydants, comme les vitamines C ou E. C'est en effet la substance la plus efficace pour stimuler le renouvellement cellulaire et la production de collagène. Elle ralentit le photovieillessement.

On le sait irritant, convient-il à toutes les peaux?

Mal utilisé, le rétinol provoque rougeurs et sécheresse, desquamation et eczéma, notamment autour des yeux, c'est un motif de consultation courant en dermatologie. Tout le monde fait une réaction si on l'utilise trois fois par jour. Ce n'est pas une allergie ni un effet secondaire, c'est un effet attendu. Il faut donc commencer par petites quantités, trois fois par semaine, et augmenter peu à peu, surtout si on a la peau claire. Tout le monde s'y habitue et c'est nécessaire, car l'efficacité vient de l'utilisation à long terme.

PHOTOS: ASA SUMMER/GETTY IMAGES; DR