

# ET SI ON SE FAISAIT UNE JOUVENCE VRAIE?

par Thomas Bergen

Notre corps et notre visage changent tout au long de notre vie. Le temps marque tout ce qu'il croise, emporte comme apporte, et c'est cette richesse qu'il inscrit sur notre peau. Ces marques du temps nous rappellent à notre histoire personnelle. Il y a eu de la lumière, de l'obscurité et un tourbillon d'émotions qui donnent ce piment à la vie.

Or pour certains, cette dite richesse qui marque notre visage et notre peau peut être mal perçue et mal vécue. Elle nous rapprocherai de la vieillesse et de la fin.

C'est alors que les cosmétiques ont capitalisé sur cette peur de vieillir en promettant d'abord aux femmes puis depuis une vingtaine d'années aux hommes, des solutions anti-âge nous permettant de conserver une véritable ou factice jeunesse cutanée. Cette sensation de paraître plus jeune va améliorer notre psychisme et nous insérer dans une dynamique plus tournée vers l'acceptation de soi-même.

Elle enrobe en soupir l'idée de conserver son éclat et sa vitalité. Mais cette optique est charmante mais est-elle sans danger?

Derrière ce mythe de gommer les affres du temps, se dressent de grosses ambitions commerciales qui ont tendance à favoriser le court-terme au long-terme. Dans cette quête du profit, certains en oublient l'éthique tout comme la santé des consommateurs. Cela va se traduire par la présence de toxiques, de produits cancérigènes et autres perturbateurs endocriniens qui offriront parfois le résultat inverse. En voulant paraître plus jeune, nous allons donc en réalité fatiguer la peau, dérégler notre organisme avec des produits ayant des conséquences très néfastes.

*Pourquoi nous précipitons-nous sous prétexte de jouvence pour en subir de bien tristes conséquences? Il est peut-être temps de changer nos idées reçues et nos croyances?*



## RENCONTRE AVEC LE DOCTEUR ANNE TOSELLI-CAPDEVIELLE

Pour creuser la thématique de l'anti-âge, nous avons rencontré le Docteur Anne Toselli-Capdevielle. Quel est son parcours ?

Elle débute en tant que chef de clinique en cancérologie à Bordeaux. Elle devient Médecin-Chef à 35 ans, puis chargée de Mission à 40 ans auprès de l'Agence régionale de Santé de la Région Rhône-Alpes. À 50 ans, elle est chargée de Mission auprès de la Caisse Nationale d'Assurance Maladie où elle a dirigé de très importantes équipes, qui ont eu accès aux nombreux travaux publiés sur l'amélioration de l'organisation des soins hospitaliers. Elle y a ainsi acquis sa qualification en Santé Publique. À l'approche de ses 55 ans, elle est retournée à la faculté de médecine de Bordeaux pour obtenir un diplôme en gériatrie. Un rôle qu'elle a ensuite exercé sur sa terre natale, le Pays Basque. C'est ainsi, qu'elle a mis en œuvre avec plusieurs équipes soignantes, les principes d'un vieillissement réussi.

Ces principes s'appliquent à tous les organes pour maîtriser les dommages du temps et conserver ou reconquérir les fonctions essentielles à notre bien-être. C'est donc tout naturellement qu'une fois à la retraite, avec le temps retrouvé, qu'elle a effectué des recherches ciblées sur le vieillissement cutané puis créer sa marque de cosmétiques bio OSTIUM Cosmétiques.

### *À partir de quel âge faut-il commencer à prendre soin de sa peau en préventif ?*

La peau est un écosystème assez complexe qui a plusieurs rôles. Cet écosystème a une action de communication avec le monde extérieur puisque tout pénètre dans l'organisme par les pores de la peau et tout en ressort. Si cela ne semble pas intuitif, c'est pourtant le seul organe qui communique avec l'extérieur. La peau est également une barrière chimique et immunitaire car les cellules de langerhans sur l'épiderme stimulent ses défenses immunitaires.

Si la peau n'est pas entretenue, les cellules peuvent être dépassées et c'est toute l'immunité systémique du corps entier qui va être touchée. La peau a donc un rôle chimique, de barrière, de communication avec l'extérieur mais aussi de protection de l'épiderme contre les agressions, qu'elles soient liées à la pollution ou aux bactéries. Si l'épiderme n'est pas entretenu, qu'il est défaillant, la barrière ne joue plus son rôle et si la superficie de la peau ne fait pas barrière, c'est les couches plus profondes comme la microcirculation sanguine qui vont prendre le relais. C'est ce qui va ouvrir la porte aux pathologies auto-immunes ou chroniques. Prendre soin de sa peau n'est pas que de l'esthétique et de la cosmétique, c'est du Bien-Être et la protection d'un capital santé.

Certes, il y a la volonté d'avoir de l'éclat, une vie sociale plus épanouie et le plus longtemps possible, mais c'est aussi préserver son capital santé que de prendre soin de sa peau.

**Il n'y a donc pas d'âge pour commencer à prendre soin de sa peau.**

Quand on veut faire une formule de cosmétique, il est nécessaire d'avoir cette vue d'ensemble: comprendre ce qu'est la peau et son écosystème. Si ce n'est pas fait, c'est comme jouer aux apprentis sorciers et cela peut générer plus de mal que de bien. Cela peut donner l'illusion de faire du bien en le faisant très imparfaitement, et en définitive beaucoup plus de mal. Outre les ingrédients actifs, nous avons les adjuvants, les stabilisants comme de nombreux autres produits qui peuvent être extraits d'une manière chimique et agressive. C'est le cas avec l'ethoxylation à l'oxyde d'éthylène qui peut provoquer des dégâts considérables car elle annihile l'effet de l'ingrédient actif, qui va démolir la santé, et polluer l'environnement.

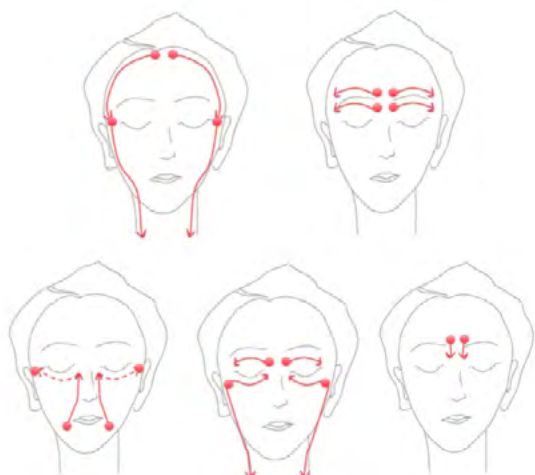
Tous les jours de nouvelles marques de cosmétiques sont créées, avec une volonté de répondre à un degré de naturalité, or, il suffit de lire leurs formulation pour s'apercevoir que le cahier des charges n'est pas toujours en adéquation avec la promesse.

*Les genres sont-ils égaux concernant le vieillissement cutané ?*

Il y a peut-être un facteur à prendre en considération concernant l'homme. La couche superficielle de la peau, l'hypoderme, et surtout l'épiderme peuvent être un tout petit plus épais chez l'homme que chez la femme. C'est un facteur protecteur supplémentaire qui rend la peau de l'homme moins fragile que celle de la femme. Le rasage peut également favoriser cet épaissement.

Mais, ceci étant, les soins à apporter à la peau de l'homme sont de la même nature que ceux à apporter à une peau de femme. Il faut dans tous les cas nettoyer efficacement son visage. C'est une question de respect du film hydrolipidique de l'épiderme et de régénérence des cellules épidermiques aussi appelées des kératinocytes qui naissent et meurent tous les jours et qu'il faut enlever tous les jours. Le kératinocyte qui meurt est un cornéocyte. S'il n'est pas enlevé, il va empêcher la peau de respirer. En conséquence, elle va devenir terne et se dessécher petit à petit. Cela donne ce teint grisâtre que l'on retrouve chez certaines personnes, le plus souvent pour des raisons non-connues.

Les hommes sont donc un peu plus protégés, tout à la fois au niveau de l'épaisseur de l'épiderme qu'au niveau hormonal. C'est-à-dire que le vieillissement intrinsèque, physiologique, va être beaucoup plus lent chez l'homme que chez la femme. De même que la fertilité masculine dépasse largement les 50 ans avec une ressource hormonale de régénération dermique plus importante. La prise de conscience masculine est présente et de plus en plus d'hommes commencent à entretenir leurs peaux avec des rituels.



*Comment nettoyer sa peau, et quels sont les gestes à adopter ?*

Pour nettoyer efficacement une peau, il faut un produit, une texture hydrolipidique, parce que c'est la structure de la peau. Si vous avez un produit purement hydrique comme l'eau micellaire ou l'eau du robinet, vous aurez beau penser que c'est naturel mais vous n'aurez qu'une partie de la structure de la peau et toute la partie lipidique va vous manquer. Cela va se traduire par une agressivité de la peau, un non respect du pH acide de celle-ci. Ce qui a pour effet de fragiliser l'épiderme au lieu de le consolider. Un bon nettoyage de peau, c'est déjà le choix d'un bon produit, c'était à dire avec une texture hydrolipidique, puis, c'est un nettoyage qui va s'accompagner d'un mouvement d'émulsion avec une pulvérisation au préalable d'eau de rose. Pourquoi l'eau de rose ? Parce que c'est l'eau la plus hydratante, et c'est une façon d'enlever les cornéocytes morts, de respecter le pH et de favoriser derrière l'absorption du sérum et de la crème que vous allez appliquer. Pour ce faire, vous émulsionnez du bout des doigts celui-ci, ce qui va par la même occasion préparer les muscles du visage et activer la microcirculation sanguine. C'est un temps très fort le nettoyage et ce n'est pas optionnel, et il faut y passer du temps. Il consiste à faire des pressions sur les réservoirs lymphatiques. Notamment, si vous faites un massage à la japonaise, vous aurez dix fois plus de réservoirs lymphatiques concernés. Sur le visage, vous en retrouvez les principaux. Ils sont situés sur la partie médiane du front, au niveau des tempes, des orbites, du sillon nasogénien. Il est très important de drainer ses réservoirs, et de rejoindre en appuyant fortement du bout des doigts ses points de pression. Il faut vraiment appuyer car cela vous fait faire de la gymnastique faciale, qui est une sorte de yoga facial après avoir appliqué votre sérum et votre crème.

**Le bon rituel pour prendre soin de sa peau: Je nettoie efficacement, j'applique mon sérum, j'applique ma crème, puis je fais mon yoga facial, matin et soir, pendant 2 minutes.**



*Quelles sont les erreurs à ne plus reproduire pour notre peau ?*

Tout d'abord, il ne faut pas oublier de nettoyer la peau de son visage matin et soir.

Pour bien protéger sa peau, faire attention au choix de votre hydratant. Il faut se pencher sur les bienfaits des antioxydants en fonction des résultats souhaités.

Parfois on pense bien faire alors qu'on fait tout l'inverse! Privilégiez une formule propre, sans pesticides ni pétrochimie. La valeur sûre se trouve dans le Bio, et en particulier avec le label COSMOS Organic.

Il ne faut jamais oublier que 10% du sang du poids du corps se situe dans le derme de la peau. Il ne faut pas s'étonner alors qu'il y ait de plus en plus de cancer chez les jeunes femmes. Ils sont l'une des conséquences de ces produits dangereux appliqués sur la peau qui pénètrent dans l'organisme via le derme, l'épiderme et qui ont des conséquences terribles sur le moyen et long terme.

C'est pour cela que j'essaie d'être très carrée dans la façon de voir les cosmétiques.

Il faut dire que j'ai étudié la peau, je sais également ce qu'elle représente et je sais la méconnaissance autour de celle-ci, même par certains

professionnels. Pour vous donner un exemple, lorsque j'ai fait mes études de médecine, mon professeur de dermatologie nous affirmait que la dermatologie esthétique de la peau ne servait à rien.

*" Vous pouvez vous mettre tout ce que vous voulez sur la peau, ça ne sert à rien. Cela ne pénètre pas, ça ne traverse pas l'épiderme, ça ne sert à rien! "*

Que dirait-elle de nos jours aux jeunes femmes devant subir une double tumorectomie liée aux récurrences de cancer dont les causes semblent incriminer ces dites cosmétiques qui ne pénètrent pas la peau ?





OSTIUM Cosmétiques est la marque fondée par Anne Toselli-Capdevielle. Elle a développé sa gamme de soins autour d'un phytocomplexe exclusif, réunissant 4 actifs aussi phares que luxueux: de l'huile de pépins de figue de Barbarie, de l'Alga Undaria Pinnatifida (Wakamé), de l'acide hyaluronique encapsulé et du xylitylglucoside. Ces actifs 100% naturels sont utilisés à de fortes concentrations pour un résultat anti-âge prouvé scientifiquement.

La marque a été créée avec une exigence de respect et de protection optimale de la peau et de l'environnement. Ses soins anti-âge ne contiennent que des ingrédients compatibles avec l'obtention du label européen COSMOS ORGANIC avec la certification Ecocert. La gamme se compose d'une crème anti-âge bio Riche Jour & Nuit, d'un sérum anti-âge bio Praesidium, d'une huile démaquillante lactée ainsi qu'un masque repulpant, tous deux certifiés Bio.

À noter que l'huile démaquillante lactée ne possède pas qu'une fonction démaquillante. Elle fait partie de ces rares structures hydrolipidiques sur le marché qui vous permettent de véritablement prendre soin de sa peau et de la nettoyer.

---

Ostium Cosmétiques

---