



CÉRÉMONIES AU CRÉPUSCULE

DURANT LA NUIT, NOTRE ESPRIT RÊVE MAIS NOS CELLULES TRAVAILLENT. ON LEUR APORTE UN SOUTIEN TOUT EN DORLOTANT NOS SENS AVEC DES SOINS APPROPRIÉS

TEXTE VALÉRIE FOURNIER

Le jour, la peau se défend contre les agressions de l'environnement et demande hydratation et protection. La nuit, elle se régénère, on peut alors lui apporter des actifs qui soutiennent le renouvellement cellulaire, comme des acides de fruits légers. On peut aussi stimuler la production de collagène et d'élastine, responsables de la souplesse et de l'aspect lisse. Ainsi, utiliser un soin différent le jour et la nuit ne relève pas que du pur marketing.

Dans les faits, les consommatrices restent réticentes à utiliser une crème de nuit. «L'immense majorité des femmes n'aiment pas se coucher avec du gras sur le visage, constate Marie-Ange Nicolet, directrice des formations pour la marque de produits d'institut Belensa. Toutefois, si on leur donne une émulsion, elles auront l'impression que le produit ne leur apporte rien. Or, on n'évalue pas l'efficacité d'un soin à sa texture, qui est une question de confort et de goût.»

Un peu d'aromacologie

Ce n'est pas un hasard si la plupart des crèmes de nuit sont blanches ou bleutées, dans un pot aux couleurs du crépuscule. Leur odeur est également travaillée pour l'apaisement et faciliter le sommeil. Chez Shiseido par exemple, les dernières lignes développées s'appuient sur les neurosciences. «Un cosmétique à une action globale, explique Nathalie Broussard, directrice de la communication scientifique. Le stress impacte négativement la peau, à cause du cortisol. A contrario, si vous avez du plaisir en appliquant votre soin, vous aurez déjà une action bénéfique, grâce aux endorphines qui seront sécrétées.» La dernière gamme issue des laboratoires de la marque japonaise associe ainsi une texture fondante à un parfum anti-stress élaboré selon les principes de l'aromacologie.

Chez Aesop également, le masque de nuit lancé en février a été peaufiné durant 5 ans pour trouver l'équilibre entre effet enveloppant mais non occlusif, texture nourrissante mais adaptée à toutes les peaux et parfum relaxant aux notes d'encens. De quoi se motiver à faire de ce moment une vraie cérémonie. ●



1. Soin nuit intensif fermeté Vital Perfection, **Shiseido**, env. 160 fr. les 50 ml.
2. Hydra Boost crème de nuit, **Neutrogena**, env. 19 fr. les 50 ml.
3. Water Sleeping Mask, masque de nuit hydratant, **Laneige**, 38 fr. 90 les 70 ml. (Sephora)
4. Active firming night cream Ageless, The Ritual of Namasté, **Rituals**, 56 fr. les 50 ml. (rechargeable)
5. Revitalift filler nuit, soin revolvant anti-âge à l'acide hyaluronique, **L'Oréal Paris**, env. 26 fr. les 50 ml.
6. Masque de nuit récupérateur sublime, **Aesop**, 130 fr. les 60 ml.
7. Mue crépusculaire, crème de nuit visage et cou régénérante, **Epigeneva**, 220 fr. les 50 ml. (epigeneva.com)
8. Crème nuit tenseur AHA, **Sephora**, 26 fr. 50 les 50 ml.
9. DMAE pure serum, **Apot.Care**, 39 fr. les 10ml. (Globus)

PHOTO: ALEXANDER STRAUJINO / TRUNKARCHIVE; PHOTO PRODUITS: CORINNE SPORER