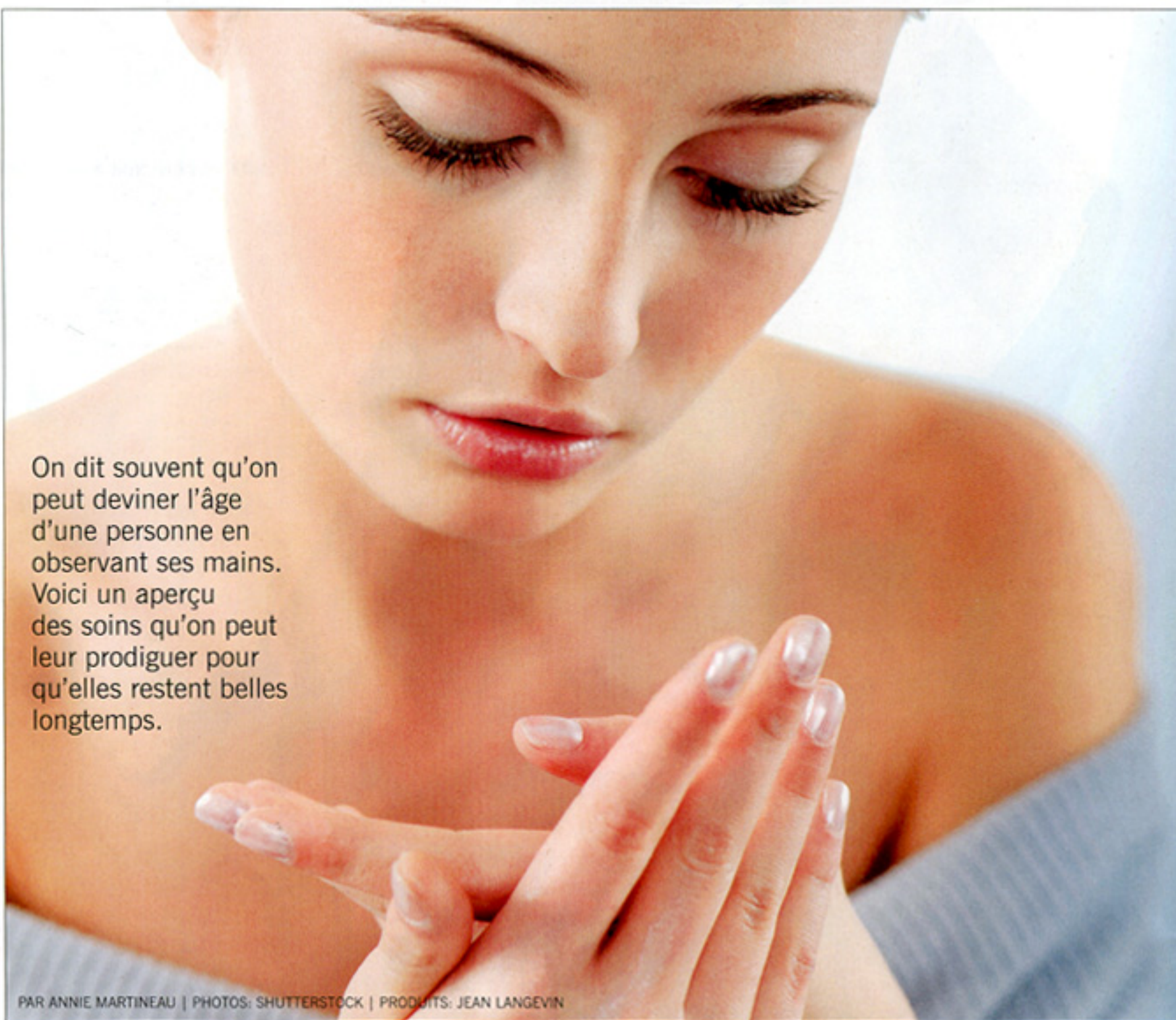


# Les mains, miroir de l'âge...



On dit souvent qu'on peut deviner l'âge d'une personne en observant ses mains. Voici un aperçu des soins qu'on peut leur prodiguer pour qu'elles restent belles longtemps.

PAR ANNIE MARTINEAU | PHOTOS: SHUTTERSTOCK | PRODUITS: JEAN LANGEVIN

Puisque la peau des mains est plus fine que celle du reste du corps, elle peut vieillir prématurément. Parce que les mains sont constamment sollicitées pour diverses tâches, et en contact avec des produits ménagers souvent abrasifs, la peau des mains s'assèche, s'amincit et se ride peu à peu. Comme elles sont plus exposées au soleil que le reste du corps, il s'y forme des taches pigmentaires plus marquées. La peau des mains peut ainsi présenter des kératoses actiniques, des car-

cinomes ou, plus grave encore, des mélanomes. De plus, la diminution des fibres de collagène et d'élastine ainsi que la perte de gras sous-cutané font ressortir les veines. Selon le Dr Yves Hébert, omnipraticien spécialiste en médecine esthétique, les divers traitements pour améliorer l'état des mains sont de plus en plus demandés. D'ailleurs, on réussit souvent à obtenir de très bons résultats grâce à ces traitements, dont les effets peuvent durer de deux à trois ans.

## Mieux vaut prévenir...

Selon Marie-France Legault, directrice générale de la clinique de technoesthétique MC Rewind, il est primordial, pour prévenir les dommages aux mains, d'utiliser une crème avec facteur de protection solaire. Si les dommages ont déjà été causés, les spécialistes de la clinique Rewind emploient la microdermabrasion et la lumière pulsée, qui fait «lever» les peaux mortes en captant la mélanine plus foncée et en la faisant remonter à la surface. Les coûts varient selon les cas et la superficie à traiter, mais on peut généralement compter de 50 \$ à 150 \$ par traitement.

(SOURCE: WWW.REWINDCLINIC.COM)

## Les solutions

**Les taches pigmentaires** peuvent être traitées par...

- ... un dérivé de la vitamine A, qui éclaircit la peau
- ... l'exfoliation chimique aux AHA
- ... la microdermabrasion
- ... la photothérapie

**Les dommages plus profonds dans le derme et le gras** peuvent être traités par des...

- ... injections de substances de remplissage
- ... injections de substances «volumatrices», qui stimulent la production de collagène
- ... technologies de stimulation du collagène

**Les veines dilatées** peuvent être traitées par...

- ... la sclérothérapie, avec injection de produits sclérosants
- ... des lasers vasculaires

## Les coûts

De 300 \$ à 800 \$ le traitement, selon la technique utilisée. À noter qu'il faut compter de trois à cinq séances pour les taches pigmentaires, et de deux à trois séances pour les injections de remplissage et de stimulation du collagène.

Le D' Hébert croit aussi à l'efficacité de crèmes issues de la cosméceutique. Les ingrédients comme le Matrixyl®, un polypeptide, sont, selon lui, très efficaces pour stimuler la production de collagène et ainsi contrer le vieillissement cutané.

(SOURCE: WWW.DRYVESHEBERT.COM)

## Pour protéger nos mains, on choisit...



... une crème contenant des ingrédients hautement hydratants, tels que le beurre de karité, l'huile d'olive, l'huile d'argan, la vitamine E, etc.

**Notre suggestion**  
Crème pour les mains, de Kariderm (11,95 \$ pour 120 ml, dans les magasins d'aliments naturels)



... un savon doux non détergent, qui n'assèche pas les mains.

**Notre suggestion**  
Savon purifiant pour les mains Cucina, de Fruits & Passion (22 \$ pour 500 ml, dans les boutiques Fruits & Passion)



... une crème contenant un FPS et des ingrédients qui inhibent la production de mélanine, pour atténuer les taches pigmentaires.

**Notre suggestion**  
Absolu Mains, soin anti-taches reconstituant profond FPS 15, de Lancôme (48 \$ pour 100 ml, aux comptoirs Lancôme)



... un soin réparateur pour les mains gercées.

**Notre suggestion**  
Crème à mains Enydral pour les mains desséchées et abîmées, de Roc (10 \$ pour 50 ml, dans les pharmacies)



... Une crème «barrière», à appliquer lors des gros travaux ménagers.

**Notre suggestion**  
Eight Hour, crème de soin hydratant intense pour les mains, d'Elizabeth Arden (25 \$ pour 75 ml, aux comptoirs Elizabeth Arden)