



LES U.V. SONT-ILS BONS POUR NOTRE PEAU?

Le soleil a-t-il des effets positifs immédiats sur la peau?

Oui . Les U.V.B permettent la synthèse de la vitamine D pour la fixation du calcium sur les os. Sous l'effet des U.V.A, on obtient une peau légèrement colorée qui donne un effet bonne mine et illumine le teint. Les U.V. ont un effet antidépresseur sur le corps car ils agissent sur la bonne humeur. Mais face à ces bienfaits, l'exposition solaire est source de dangers pour la peau.

Les U.V. abiment t-il ma peau?

En effet, ils engendrent des réactions radicalaires qui créent des désordres cellulaires et engendrent l'apparition de taches pigmentaires par le stress oxydatif, la formation de rides et des dégâts qui peuvent aller jusqu'au cancer cutané.

La peau a-t-elle un système de défense naturel contre les méfaits du soleil?

Le bronzage est le premier système de défense et de protection face au soleil grâce à sa mélanine et ses enzymes qui vont neutraliser les radicaux libres.

Mais ils s'affaiblissent naturellement avec le temps. Il est indispensable de limiter les dégâts induits par les U.V..

Faut-il se méfier autant du soleil en ville qu'à la plage?

Bien sûr, au moins pour les U.V.A, car ces radiations bombardent votre peau toute la journée, en ville à la campagne comme à la plage sachant qu'il y a autant d'U.V.A le matin que le soir, et ceci de mai à septembre. Ils sont responsables du vieillissement cutané. Quant aux U.V.B ils sont particulièrement agressifs en milieu de journée.

Comment se protéger du soleil?

Par l'application de produit solaire adapté en fonction de votre phototype de peau et du lieu de votre exposition. Contrairement à ce que pensent certaines personnes, les crèmes solaires n'empêchent pas le bronzage; les protections solaires permettent de bronzer sans danger. Elles empêchent les rayons de traverser les couches profondes de la peau et de provoquer un vieillissement prématuré. De plus, elles diminuent les risques de coup de soleil qui peuvent provoquer un cancer de la peau plusieurs années après. Ne pas oublier de protéger ses yeux par le port de lunettes.

Comment conserver son bronzage?

Plus la peau est hydratée, plus le bronzage persiste.

Comment avoir l'air bronzée sans exposition?

Avec le **soin bonne mine**, micro pulvérisation de lotion végétale. Demandez-nous...

