



beauté ► INSPIRATION



ACQUIN ARCHIVE/PHOTO SENSO



L'épilation

EN 8 QUESTIONS

Douillettes ou pressées, peu importe, nous nous interrogeons toutes sur la façon d'obtenir une peau nette. Nos réponses pour vous aider à trouver la meilleure méthode. PAR A. HERMANGE

1 LE RASOIR REND-IL VRAIMENT LES POILS PLUS ÉPAIS ?

On doit cette idée reçue à une impression visuelle: en rasant, on tranche le poil en biseau à la racine, ce qui lui donne un aspect dense et un toucher piquant. En l'arrachant, c'est son extrémité, plus fine, qui ressort. On n'épaissit donc pas les poils en les rasant, même si quelques précautions s'imposent: ne rasez jamais à sec ou juste à l'eau, sous peine de micro-coupures ou d'irritations. Humidifiez la peau et appliquez une mousse à raser ou un gel douche spécial rasage. Bien vus, les rasoirs avec barre de gel intégrée! Quant à la repousse, elle se fait sentir au bout de 2 jours...



Netteté express Ergonomique. Rasoir Venus ComfortGlide, Gillette, 11,50 €. **A double sens.** Rasoir Intuition F.A.B, Wilkinson, 12,90 €.

QUE FAIRE EN CAS DE COUPURE ?

Votre rasoir a un peu dérapé? Pas de panique: commencez par nettoyer délicatement la plaie à l'eau, avant d'appliquer un produit désinfectant. Évitez l'alcool qui pique et le coton dont les fibres peuvent rester à l'intérieur de la coupure. Comprimez quelques instants avec une compresse, puis laissez cicatriser à l'air libre.

2 S'ÉPILER SANS SOUFFRIR, C'EST POSSIBLE ?

Pour les plus sensibles, deux solutions: la crème dépilatoire ou le rasage. Sachez cependant que les épilateurs électriques nouvelle génération rivalisent d'astuces antidouleur, comme les billes de massage ou les systèmes refroidissants, qui rendent l'épreuve moins pénible. Pas convaincue? Dégainez votre tube de crème dépilatoire, appliquez le produit sur la zone à épiler et laissez poser 5 minutes avant de retirer à l'aide de la spatule fournie, pour un résultat parfaitement net. Rincez ensuite avec un gant de toilette humide. La crème va dissoudre la kératine du poil jusqu'à 1 mm sous la peau, et garantir une repousse plus douce et moins rapide que le rasoir, puisque vous voilà tranquille pour 3 jours environ.



Rapides et impeccables
Pratique. Crème sous la douche Dépil' Corps, Blondépil, 6,49 €. **Douce.** Crème dépilatoire à l'aloë vera, Evoluderm, 3,25 €.

3 COMMENT FAIRE DURER LONGTEMPS MON ÉPILATION ?

Tout simplement en adoptant un soin anti-repousse, boosté en enzymes grignoteurs de bulbes pileux, qui s'attaquent à la gaine du poil pour l'affaiblir et retarder sa croissance. Un peu contraignant, ce soin s'applique quotidiennement, pour des effets visibles après trois épilations environ.

Pour espacer les séances Nourrissant. Lait hydratant anti-repousse, Acorelle, 26,90 €. **Ralentisseur.** Crème Dépil Stop anti-repousse, Mary Cohr, 25 €.





4

COMMENT ÉVITER LES POILS INCARNÉS ?

Sous une peau sèche ou trop épaisse, les poils ont parfois du mal à percer et se replient dans l'épiderme, créant rougeurs et boutons douloureux. La parade: hydrater au maximum les zones sujettes au problème. Mais aussi, exfolier la peau une fois par semaine (jamais avant une épilation!), avec un gommage aux acides de fruits pour aider le poil à se libérer. Vous avez repéré un poil incarné? N'y touchez pas, sous peine de cicatrice: effectuez plutôt un gommage localisé et hydratez pour l'aider à sortir.

Dompteurs de poils
Exfoliant. Epil'Soin poils incarnés, Laurence Dumont, 4,90 €. **Apaisant.** Solution Biodepyl 3.1, Spécial Poils Incarnés, Thalgo, 19 €.



5

L'ÉPILATEUR ÉLECTRIQUE, C'EST TRÈS DOULOUREUX ?

La méthode reste un peu désagréable, surtout lors des premières utilisations, car les poils sont arrachés par une multitude de petites pinces. On maintient l'épilateur perpendiculaire à la peau, à rebrousse-poil, afin d'attraper les bulbes sans casser les tiges. Peaux sensibles s'abstenir et soin apaisant de rigueur! Comme l'épiderme en ressort souvent irrité, prévoyez un peu de marge avant de sortir jambes nues... En contre-partie, il est économique, rapide et efficace: comptez sur 3 semaines de tranquillité.



Objectif longue durée Expert. Perfect'liss G804E, avec kit pédicure, Babyliss, 69,90 €. **Performant.** Epilateur électrique ES-EL3A Wet & Dry, Panasonic, 79 €.



6

SE FAIRE LE MAILLOT À LA CIRE COMME UNE PRO, C'EST À MA PORTÉE ?

Avec un peu de technique et de préparation, oui, évidemment! Commencez par gommer les zones à épiler quelques jours avant et appliquez la cire, de préférence chaude, de haut en bas. Posez ensuite une bandelette et lissez-la pour limiter l'afflux sanguin, avant d'arracher d'un coup sec dans le sens contraire du poil. Idéalement, optez pour une cire orientale, à base d'eau, de sucre et de miel, qui se chauffe et s'applique à la température du corps. Après trois séances, la repousse du poil ralentit et vous laisse jusqu'à 6 semaines de douceur...



Maillot parfait Parfum délicat. Cire Orientale à l'huile d'argan, Veet, 7,89 €. **Haute tolérance.** Cire Blanche Pro, bandes maillot et aisselles, Epil'Minute, 8,90 €.



7 OBJECTIVEMENT, LA LUMIÈRE PULSÉE, ÇA MARCHE ?

La technique consiste à envoyer de la lumière sur le poil pour qu'il l'absorbe et la transforme en chaleur: la hausse de la température au niveau du bulbe va alors altérer la repousse. Une méthode efficace pour ralentir la croissance des poils et les affiner, à condition de respecter les instructions. Sachez qu'il ne faut pas utiliser l'appareil sur une peau abîmée ou bronzée (peaux noires ou mates, misez sur un modèle analysant la couleur de la peau), ni sur le visage (au risque de transformer un simple duvet en poil et d'activer la repousse). Quant au résultat, il dépend de la teinte du poil, de celle de la peau et de la puissance de l'appareil.



Un résultat professionnel chez soi *Sûr et efficace.* Epilateur à lumière pulsée Lumea Essential, Philips, 249,99 €. **Nomade.** Epilateur compact à lumière pulsée IPL3500, Remington, 179 €.

L'avis de l'experte



MARINE THULIERE,
FORMATRICE CHEZ BODY'MINUTE

« **Bien préparer sa peau à l'épilation, c'est essentiel.** Je conseille toujours de faire un gommage la veille, afin d'affiner son grain de peau et de faire sortir tous les poils, même les plus courts, puis dans la foulée, de s'hydrater généreusement pour assouplir les tissus. Si on a opté pour le rasoir, on évite d'utiliser de l'huile, car elle laisse un film gras qui encrasse la lame, et on préfère un produit de rasage aqueux. Si on a choisi la lumière pulsée, on proscriit les produits à base d'huile essentielle et les gels douche aux agrumes, qui risquent d'irriter la peau, mais également l'autobronzant qui colore et pourrait dérégler l'appareil. »

8 J'AI LA PEAU SENSIBLE, DOIS-JE ÉVITER LA CIRE ?

La cire chaude est déconseillée en cas de capillaires fragiles ou d'épiderme délicat. La cire froide s'avère, quant à elle, un peu plus douloureuse à l'emploi, mais elle permet d'éviter les brûlures. Dans les deux cas, les poils se font moins drus et moins résistants au fil des épilations, et la douleur, plus supportable. Posez la bande prête à l'emploi dans le sens du poil, en insistant pour faciliter l'adhérence, et tirez à contresens. Le poil arraché avec sa racine laisse la zone nette pendant 2 à 3 semaines.

Spécial perfectionnistes
Prête à l'emploi. Cire froide Corps, Pêche & Menthe, Peaux Sensibles, Nair, 7,65 €. **Bonne formule.** Bandelettes de cire froide à l'amande douce, Klorane, 7,60 €.



L'ÉPILATION LASER CONVIENT-ELLE À TOUTES LES PEAUX ?

La candidate idéale a la peau pâle et le poil brun; les poils blonds accrochent moins bien le faisceau laser, tandis que les peaux mates le canalisent trop, et risquent alors taches ou brûlures. Grâce au laser d'épilation Nd:Yag, qui utilise une longueur d'onde spécifique n'ayant aucune incidence sur la mélanine, les peaux foncées peuvent désormais être épilées.