



BEAUTÉ
corps

ÉPILATION

les meilleures techniques sur chaque zone

Comment s'épiler au mieux ? À la maison, en institut ou chez un médecin, le point sur les différentes méthodes et sur leurs résultats...

Les poils sont différents selon les zones, explique le Dr Maryse Matéo Delamarre. Il existe des poils dits terminaux (vrais poils) et du duvet (plus ou moins clair et fin). Ceux du corps sont plus épais que ceux du visage. On ne les épile donc pas nécessairement de la même manière. » Si on choisit son mode d'épilation en fonction de son budget, de sa pilosité, du côté pratique, on le fait aussi selon ses envies et son besoin (ou non) d'être parfaitement épilée au quotidien. Voici nos solutions.

KARINE SILBERFELD



Pour les jambes la cire ou l'épilateur

À la maison, les bandes de cire froide sont tout indiquées, car elles sont faciles à utiliser. On choisit celles qui sont spécialement conçues pour cette zone. L'épilateur est lui aussi adapté pour éliminer rapidement un maximum de poils.

LE PLUS

Les deux méthodes sont plutôt rapides et faciles. La repousse est lente, avec trois semaines de tranquillité. Cette solution est plutôt bon marché : une boîte de vingt bandes de cire coûte environ 5 €, soit deux épilations. Et l'épilateur, s'il est un peu cher à l'achat, est vite rentabilisé.

LE MOINS

Il faut préparer sa peau la veille avec un gommage, puis l'hydrater pour l'apaiser.

L'ALTERNATIVE

La crème dépilatoire, quand on ne veut rien sentir et qu'on est très pressée, ou le laser, si on a le budget (250 € la séance pour les demi-jambes, à renouveler au moins six fois).

Pour le maillot la cire chaude ou tiède

La cire est la méthode recommandée pour un bikini classique ou un peu plus échancré. À la maison, on choisit une cire chaude ou tiède pour bien envelopper le poil avant de l'arracher, ou encore des bandes adaptées. On pense à appliquer du talc sur la peau avant de commencer pour qu'elle soit bien sèche. Et on désinfecte la peau après épilation.

LE PLUS

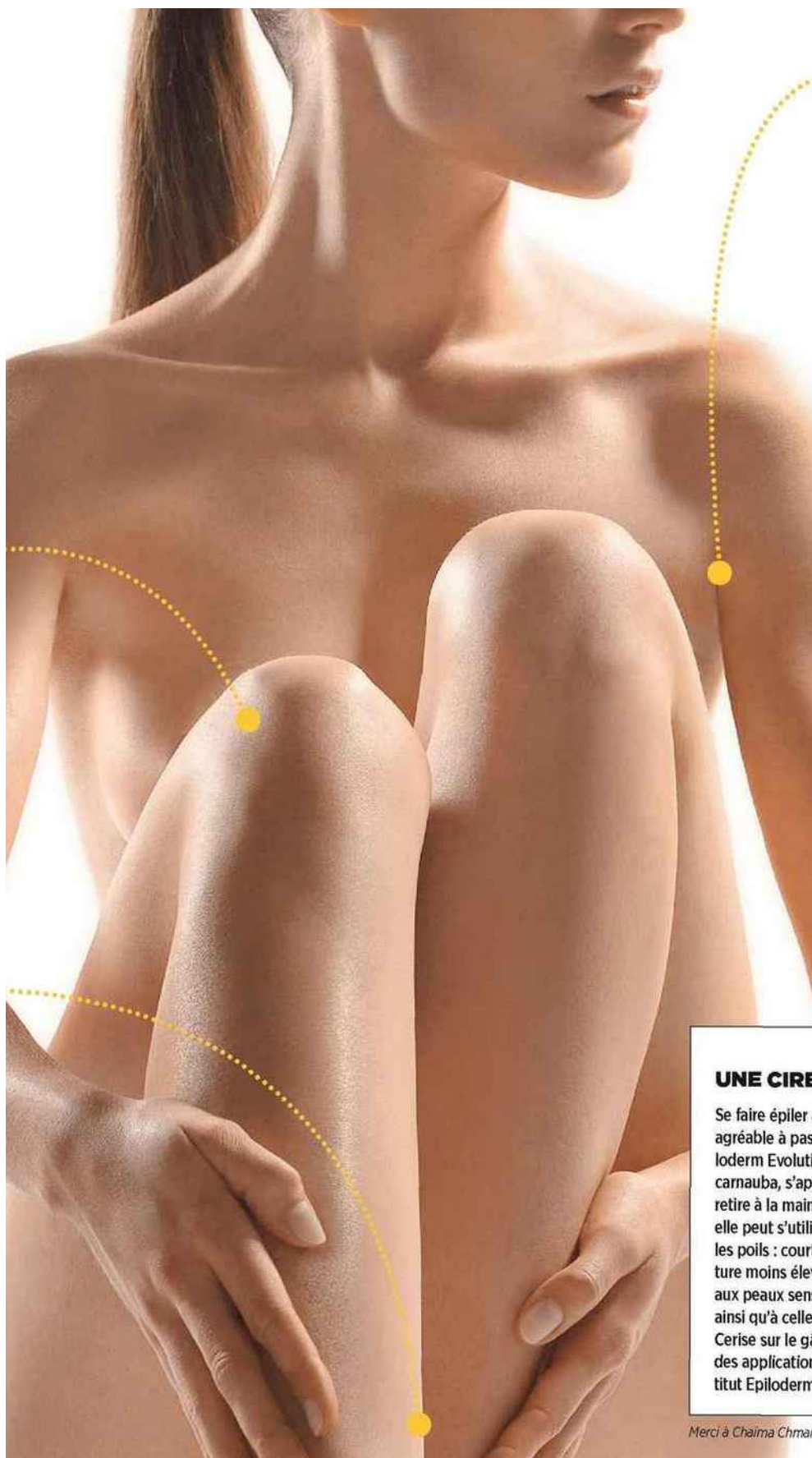
On est tranquille pendant au moins trois semaines. Et les quelques poils qui repoussent entre-temps peuvent être supprimés à la pince à épiler.

LE MOINS

Cela peut être un peu douloureux, car les poils sont épais sur cette zone. De petits boutons rouges peuvent apparaître : on applique une lotion ou une crème apaisante si c'est le cas. Et en cas de poils incarnés, il est préférable de reporter l'épilation.

L'ALTERNATIVE

La crème dépilatoire peut être utilisée, mais seulement pour un maillot « classique », donc autour du pubis uniquement. Il faut par conséquent bien délimiter son application. Le rasoir et l'épilateur ne sont absolument pas recommandés sur cette zone ! En effet, on risque d'avoir des irritations, des démangeaisons, et des poils incarnés. Le laser est plébiscité pour être débarrassée définitivement de ses poils. Le prix ? Six séances à environ 120 €.



Pour les aisselles crème dépilatoire ou rasoir

Sur cette zone, la peau est fine, les poils sont courts et épais et il y a des reliefs. Des caractéristiques qui compliquent la tâche quand on s'épile seule. Pratiques, la crème dépilatoire et le rasoir sont les deux méthodes les moins douloureuses. La première s'applique facilement et agit en à peine cinq minutes. Le second s'utilise avec de la mousse pour éviter tout risque de coupures et bien sectionner le poil.

LE PLUS

Ces deux méthodes sont rapides. La crème dépilatoire se retire facilement avec la spatule et les poils partent avec. Pour un bon rasage, il faut savoir que les poils poussent en deux sens, ce qui impose un mouvement du haut vers le bas et inversement.

LE MOINS

Elles ne sont que temporaires : au bout de trois jours, les poils repoussent et il faut recommencer si l'on veut faire place nette.

L'ALTERNATIVE

C'est évidemment la cire chaude ou tiède, à la maison (se faire aider par quelqu'un est vivement recommandé !) ou pratiquée en institut, pour un coût moyen de 10 € à 15 €. Ou encore, le laser, qui viendra à bout de tous les poils en six séances environ, à raison de 100 € environ le rendez-vous.

UNE CIRE 100 % DOUCEUR...

Se faire épiler à la cire, ça n'est pas toujours un moment agréable à passer ! Ici, rien de tel... Car la cire naturelle Epiloderm Evolution, à base de résine de pin et de cire de carnauba, s'applique à la spatule par grandes bandes et se retire à la main, sans heurt ni douleur. Souple et efficace, elle peut s'utiliser sur le visage ou sur le corps, et pour tous les poils : courts, longs ou duvet. Chauffée à une température moins élevée qu'une cire traditionnelle, elle convient aux peaux sensibles, qu'elle laisse douces et hydratées, ainsi qu'à celles qui ont des soucis de poils sous la peau. Cerise sur le gâteau, la repousse s'espace au fur et à mesure des applications et la pilosité diminue. Pour trouver un institut Epiloderm, www.epiloderm.fr, rubrique « partenaires ».

Merci à Chaima Chmainy, chef de produit chez Laurence Dumont.

3 questions au...



DR MARYSE MATÉO DELAMARRE

médecin esthétique

En cas de pilosité importante, que choisir ?

Le laser, sans hésitation, surtout si elle est très visible. Plutôt que de s'épiler toutes

les trois semaines, mieux vaut se débarrasser de ses poils une bonne fois pour toutes. S'il y a beaucoup de poils, il faudra peut-être une ou deux séances supplémentaires. Mais même sur le plan financier, ça vaut le « coût » ! Idem pour des zones comme la ligne abdominale ou encore les avant-bras, qui peuvent être très poilus. Cette pilosité, le plus

souvent génétique, disparaît très bien et rapidement avec des séances de laser.

Et sur le visage ?

Le laser est recommandé pour épiler la lèvre supérieure, le menton et la zone sous les pattes. En revanche, pas sur les joues ni les pommettes. Sur ces zones couvertes de duvet, le laser fonctionne mal et il existe un risque de stimulation. Le duvet peut se transformer en vrais poils, ce qui n'est évidemment pas le but recherché ! Mieux vaut privilégier l'épilation électrique ou la cire. Mais, là encore, tout dépend des poils : s'ils sont plutôt

clairs, on opte pour une crème décolorante qui les éclaircit. S'ils sont foncés et plus épais, on utilise de la cire froide ou de la cire tiède. C'est valable pour la lèvre supérieure comme pour le menton.

En cas de poils incarnés et/ou de boutons, que faire ?

Le laser est la meilleure solution. Quand le poil pousse sous la peau et crée une inflammation, cette méthode permet de s'en débarrasser de façon définitive. Les hommes peuvent le faire aussi sur la barbe, en cas de « pili incarnati », c'est une bonne indication.



C'est nouveau et ça nous a plu

1 ÉPILATEUR MULTIFONCTION

Avec sa tête d'épilation large, cet appareil enlève plus de poils en un passage, sur peau sèche ou humide, et son éclairage intégré facilite la tâche. **Épilateur Satinelle Prestige BRE 652, Philips, 149,99 €.**

2 BANDES POUR LE VISAGE

Efficaces sur le duvet du visage et les sourcils, ces bandes transparentes, formulées sans parfum, conviennent aussi aux peaux sensibles. **10 bandes de cire froide visage, Nair, 4,60 € la boîte.**

3 HUILE APAISANTE

Grâce à sa formule aux huiles végétales et au calendula, cette huile apaise et protège la peau après l'épilation, avec une senteur délicate. **Huile apaisante après-épilation, Body Minute, 8,90 € les 100 ml.**

4 ÉPILATEUR SPÉCIAL POILS COURTS

Cet épilateur bénéficie de la technologie SensoSmart, qui permet d'enlever plus de poils en une seule fois, en agissant avec une pression optimale, et en éliminant même les poils les plus courts (0,05 mm), pour une peau lisse et douce plus longtemps. **Épilateur Silk-Epil 9, Braun, 99 €.**

5 CIRE À CHAUFFER

Dans son pot en forme de tasse, avec une anse thermo-contrôle, cette cire au parfum exotique (coco, goyave rose ou vanille) s'étale facilement et se retire à la main, y compris sur les poils courts pour une épilation des demi-jambes, ou trois épilations du maillot et des aisselles. **Epil Mug, Laurence Dumont, 9,30 € les 300 g avec 12 galets de cire, une spatule et deux lingettes à l'huile d'azulène.**

6 MOUSSE DOUCE

Ce gel aux extraits d'aloë vera et de soie se transforme en mousse douce sur la peau et la prépare au passage des lames du rasoir. **Gel à raser à l'extrait d'aloë vera, Monoprix, 1,99 € les 75 ml.**

7 CRÈME DÉPILATOIRE

Naturelle à 65 %, non allergisante, cette formule dépilatoire contient un actif apaisant, du talc et de l'huile d'amande douce pour nourrir, hydrater et protéger des agressions extérieures. **Crème dépilatoire corps, Acorelle, 10,15 € le tube de 150 ml et la spatule.**

8 RASOIR PEAU SENSIBLE

Avec ses barres de gel automoussant et hydratant, ce rasoir à trois lames est destiné aux femmes à la peau sèche et sensible. **Rasoir ComfortGlide, Gillette, 11,50 €.**