BON À SAVOIR

Guide d'achat: autobronzants

Qu’est-ce qu’un autobronzant et comment fonctionne-t-il?

? C’est un produit cosmétique utilisé pour avoir une peau hâlée d’aspect similaire à celle que l’on obtient en exposant sa peau au soleil. En revanche, ils ne préparent pas plus la peau à mieux résister au rayonnement solaire qu’ils ne la protègent contre les UV.

? Le hâle est obtenu par une réaction chimique qui colore les cellules de la couche cornée de la peau. La substance la plus couramment utilisée est la dihydroxyacétone (DHA), qui réagit avec la kératine contenue dans les cellules mortes composant la couche supérieure de la peau. Il s’agit d’une «réaction de Maillard», du type de celle que l’on peut observer lors de la cuisson d’un aliment. Notre test de 2016 montre que la majorité des produits donne de bons résultats.

Quels sont les principaux types d’autobronzants?

? Ils sont, le plus souvent, proposés sous forme de crème, lait, lotion ou lingettes. On en trouve également sous forme de spray, notamment dans les instituts de beauté qui proposent des douches autobronzantes.

? Certaines crèmes hydratantes incorporent une faible quantité d’autobronzant. Vouées à une utilisation quotidienne, elles permettent d’obtenir un teint légèrement coloré.

? Certains produits incorporent des filtres UV, tout comme les crèmes solaires. Mais attention: la durée de la protection solaire est évidemment bien inférieure à celle de la coloration de la peau. Le filtre UV peut être utile pour qui veut s’exposer au soleil tout de suite après avoir appliqué un autobronzant. Mais dès que l’exposition au soleil se prolonge, il est indispensable d’appliquer une crème solaire.

Quels sont les plus efficaces?

? Par rapport aux premiers autobronzants apparus dans les années soixante, souvent décriés pour la teinte orangée et les stries qu’ils pouvaient procurer, les produits actuellement sur le marché donnent de bons résultats. Ainsi, l’intégralité des 12 lotions testées par Bon à Savoir en octobre 2016 ont obtenu une note comprise entre 5.1 et 5.5 en terme de qualité du bronzage. Son uniformité et son aspect naturel dépendent très peu du produit utilisé, mais bien davantage de la manière dont il est appliqué. Il est donc nécessaire de répartir la crème avec soin (lire plus

loin «conseils et astuces»).

? L’intensité du bronzage dépend de la quantité de crème appliquée, de la fréquence des applications, et du pourcentage de substance active (DHA) présente dans le produit. Ce taux est généralement compris entre 3 % et 5 % pour les plus courants, et peut monter jusqu’à 15 % pour les autobronzants professionnels. Il est plus sûr d’utiliser une préparation peu concentrée, quitte à renouveler les applications pour obtenir un hâle plus soutenu. Plus la lotion est concentrée, plus il est délicat d’obtenir un bronzage uniforme.

? La durée du bronzage dure en moyenne 5 jours et ne dépend pas de la qualité du produit, mais de la vitesse de régénération des cellules de la couche supérieure de la peau. La peau morte est, en effet, régulièrement remplacée par une nouvelle couche, qui n’a pas été colorée par la substance active de l’autobronzant.

Quels sont les effets secondaires?

? La dihydroxyacétone (DHA) est considérée comme inoffensive, car elle ne pénètre pas au-delà de la couche supérieure de la peau (couche cornée). En l’état actuel des connaissances, il est donc moins nocif d’utiliser un autobronzant que de s’exposer trop souvent au soleil pour obtenir un teint hâlé. Revers de la médaille, on perd les effets bénéfiques du soleil sur le corps (vitamine D, etc.).

? Il faut se méfier du faux sentiment de sécurité procuré par les autobronzants. De nombreux utilisateurs pensent qu’une peau hâlée est mieux préparée pour résister au soleil. Or, il n’en est rien: à l’inverse du bronzage naturel (sécrétion de mélanine qui procure une protection pigmentaire partielle de la peau), la coloration induite par les autobronzants n’apporte aucune protection contre le rayonnement solaire.

? Pour lutter contre la mauvaise odeur de ces préparations, des parfums sont incorporés dans une grande partie des produits. Or, ceux-ci peuvent fréquemment provoquer des allergies. Avant d’appliquer un autobronzant, il est donc nécessaire de le tester sur une petite surface de la peau.

? Privilégier les produits qui ne contiennent pas de polyéthylène glycol (PEG) ou de dérivés de PEG. Certains d’entre eux sont soupçonnés d’être cancérigènes; en outre, comme ils augmentent la perméabilité de la peau, ils sont susceptibles d’améliorer l’absorption de substances potentiellement nocives. Enfin, ils sont difficilement biodégradables et leur processus de fabrication est polluant pour l’environnement.

Conseils et astuces

? Les poils et les morceaux de peau morte peuvent conduire à rendre le bronzage inégal. Dès lors, il est préférable d’appliquer l’autobronzant après une douche, un

rasage et un peeling. Prendre le temps d'étaler la crème longuement et soigneusement pour obtenir un résultat aussi homogène que possible, en exerçant des mouvements circulaires. Compter une bonne heure. Pour les produits liquides, une éponge cosmétique peut être utile.

? Commencer par appliquer l'autobronzant sur les parties du visage qui bronzeraient le plus vite au soleil (pommettes et nez). A partir de ces points, répartir le produit vers le reste du visage. Comme les zones où la peau est rêche ou rugueuse deviennent plus vite foncées, il faut y appliquer moins de crème. Ou alors la diluer avec une crème hydratante pour obtenir des tons plus clairs.

? Pour ne pas se tacher les paumes, porter des gants ou se laver les mains à fond à intervalles réguliers. Utiliser uniquement des linges fatigués, car ils risquent de finir tachés. On peut également s'enduire de crème grasse (par exemple de la vaseline) les parties du corps que l'on ne veut pas teinter.

? Eviter de transpirer et attendre environ quatre heures avant de se doucher ou de se baigner. Ne pas porter des habits auxquels on tient après avoir appliqué le produit, car il est possible qu'il tache les tissus.

? L'effet bronzant dure quelques jours et varie selon le type de peau. Ensuite, une nouvelle couche de crème est nécessaire. Pour obtenir une teinte plus foncée, il faut renouveler fréquemment l'application, mais prudence: la peau de certaines personnes ne réagit pas aux autobronzants. Dans ce cas, il est inutile de multiplier les applications.

? Conserver ces préparations dans un endroit frais et à l'abri de la lumière. Exposées à celle-ci, elles peuvent se dégrader rapidement et libérer des substances problématiques comme du formaldéhyde.

Etat au 5 octobre 2016