BON À SAVOIR

Guide d'achat: Lotions après-soleil

Une lotion après-soleil en bref

En été, l'action de l'eau, du vent et du soleil laisse a tendance à dessécher la peau. Après une séance de bronzage, une lotion après-soleil refroidit et réhydrate l'épiderme. Mais contrairement à une croyance tenace, elles ne sont d'aucune utilité pour atténuer les coups de soleil.

Ces produits sont généralement moins gras et contiennent plus d'eau que les laits corporels habituels. Notre test de 2017 a montré que la plupart ne contiennent que peu de substances problématiques pour la santé.

Comment choisir sa lotion après-soleil?

? Pouvoir hydratant
Une bonne lotion après-soleil doit réhydrater l'épiderme plusieurs heures durant. Dans notre test de 2011, la majorité des produits avaient un pouvoir hydratant élevé.

? Prix
Dans l'univers des cosmétiques, c'est la jungle la plus totale. Selon les marques, le prix peut aller du simple au double, triple, décuple et même plus! Dans notre test de 2017, la lotion la plus onéreuse coûtait 35 fois plus cher que le produit le meilleur marché du lot! Cette différence était d'autant plus ahurissante que le soin le plus coûteux a terminé dernier du classement.

Les substances critiques

? Parfums allergènes
S'ils sont présents à une concentration supérieure à 10 mg/kg, ils doivent être déclarés sur l'emballage. Dans notre test de 2017, le tiers des lotions ne contenait aucun allergène. Les autres renfermaient quelques fragrances faiblement allergènes et un produit, de la marque Clarins, utilisait également un parfum fortement allergène.

? Dérivés de PEG
Le polyéthylène glycol (PEG) et ses dérivés ne sont pas toxiques. Mais ils ne sont pas recommandables dans les cosmétiques, car ils augmentent la perméabilité de la peau et facilitent ainsi l'absorption d'autres composants potentiellement nocifs.

En 2017, seul un article sur douze en contenait.

? Conservateurs
Pour éviter la prolifération de bactéries et de moisissures dans leurs produits, les fabricants ajoutent des conservateurs. Certains d'entre sont cependant mauvais pour la santé. Dans notre test de 2017, aucun problème n'a été relevé sur ce point.

Conseils et précautions

? Les autres protections
Une lotion après-soleil ne remplace en aucun cas une crème solaire. C'est bien cette dernière qui est la plus importante. Mais quoi qu'il en soit, il est essentiel de ne pas trop s'exposer aux rayons UV. La Ligue suisse contre le cancer conseille de rester à l'ombre entre 11 h et 15 h. Le port de vêtements, de chapeaux et de lunettes de soleil reste primordial.

? Conservation
Pour se conserver dans les meilleures conditions, les crèmes et lotions ne doivent pas être exposées à de trop fortes chaleurs ni à la lumière directe du soleil.

? Alternative
Les après-soleil ont deux objectifs: refroidir et réhydrater la peau. Il est donc possible de s'en passer en prenant une douche froide, en passant le reste de la journée au frais et en appliquant une lotion hydratante lambda. Si l'on souhaite éviter les crèmes industrielles, il est également possible d'utiliser des corps gras naturels, comme la graisse de coco.