

### 5. Une crème hydratante anti-UV

Avec sa texture fondante, cette crème protège le visage et l'hydrate instantanément. Ses actifs retiennent l'eau et préviennent la sécheresse cutanée. Enrichie en vitamine E et filtres solaires, elle protège des radicaux libres et des UV. **Crème hydratante protectrice visage, Ictyane SPF 15, 40ml, Ducray, 13,50 €.**

### 6. Un masque pour consoler

Rougeurs et picotements sur le visage ? Apaisez votre épiderme avec ce masque qui désaltère et hydrate. En dix minutes chrono, bénéficiez d'un véritable enveloppement végétal. La peau retrouve souplesse, fraîcheur et douceur. **Masque Crème Fraîche® de Beauté, 50 ml, Nuxe, 19,50 €.**

## ETAPE 3

## L'APPLICATION D'UNE CRÈME HYDRATANTE

**Sur le visage.** Quel que soit votre type de peau, privilégiez des crèmes légères contenant un indice de protection pour se protéger du soleil. En effet, le masque de grossesse peut apparaître dès les premiers rayons printaniers. Optez donc pour une crème indice de protection (IP) 20 et gare à la tentation de lézarder !

**Sur le corps.** Une fois par jour appliquez une crème hydratante et faites-la pénétrer en effectuant des petits massages circulaires. **Le bonus ?** Ca soulage les jambes lourdes et active la circulation du sang. En prime, vous renforcerez l'élasticité de la peau pour éviter les vergetures. **Le bon mix ?** Ayez toujours deux crèmes pour le corps à portée de main : une pour les vergetures et une autre pour l'hydratation quotidienne. A appliquer en alternance. ■



### 7. Un cocon de douceur

Ce baume cocooning associe des actifs d'origine naturelle pour hydrater la peau en profondeur. Céramides et glycérine retiennent l'eau à l'intérieur du derme tandis que l'huile de germe de blé, riche en acide gras et vitamines E, nourrit l'épiderme. Les peptides d'avocat et l'extrait apaisant de racines de réglisse restaurent son confort.

**Hydratation extrême, Grossesse 9 mois, 75 ml, Mustela, 15,90 €.**

### 8. Une crème légère

Peau normales à mixtes, optez pour un soin quotidien à la texture fraîche et légère. Formulée à partir d'un extrait de plantules d'avoine Rhealba®, cette crème a des vertus apaisantes, adoucissantes et protectrices. A appliquer matin et soir sur le cou et le visage parfaitement nettoyés.

**Hydralba, crème Hydratante Légère, 40 ml, A-Derma, 15,30 €.**

### 9. Lait concentré

Encore mieux qu'un lait corporel, Le Bienfaiteur désaltère la peau en profondeur. Riche en oméga 6 et 9 et en aloe vera, son action émolliente est particulièrement adaptée à l'épiderme des futures mamans. Sa texture fluide et ses arômes de fleur d'oranger sont un régal pour le corps !

**Le Bienfaiteur Omum, Lait Concentré Désaltérant pour le corps, 100 ml, 29,90 €.**

### 10. Spécial peaux extra-sèches

Cette crème haute tolérance hydrate et répare la peau grâce à sa concentration en glycérine, acides gras (Oméga 3 et 6) et huile végétale. Pratique, elle soulage immédiatement les sensations de démangeaisons et les irritations. Sans parfum, cette crème améliore l'état de la peau ultra-sèche et pénètre rapidement. **Crème hydratante corporelle anti-irritations, 200 ml, Cicabiafine, 14,70 €.**