



Beauté

# Enceinte la cosméto qu'il me faut

Pour prendre soin de soi et se chouchouter, on choisit des produits sûrs et ciblés.

**P**endant la grossesse, les changements hormonaux bouleversent l'organisme. Peau sèche, plus sensible, ou intolérante à certains produits bien supportés jusque-là, boutons d'acné... il n'est pas rare de devoir modifier ses habitudes. C'est aussi la période où l'on se méfie des ingrédients chimiques. Le bio nous attire, comme les produits ultrasécurisés vendus en pharmacies. Certaines ne supportent plus les odeurs des cosmétiques, et cela peut être une bonne idée que d'opter pour des produits sans parfum. Autre point important : le choix des produits destinés à prévenir les deux désagréments de cette période, le masque de grossesse

et les vergetures. Le premier est une hyperpigmentation liée à la maturation des cellules pigmentaires sous l'effet des hormones. Pour l'éviter, il faut se protéger avec une très haute protection solaire. Quant aux vergetures, elles sont dues, entre autres, au cortisol produit en plus grande quantité par les femmes enceintes et qui freine la formation du bon collagène. La peau accuse un manque d'élasticité, d'où l'importance de choisir un produit qu'on aura plaisir à appliquer tous les jours. Bon point, pendant ces neuf mois, vous n'aurez sans doute jamais d'aussi beaux cheveux car ces mêmes hormones vont freiner leur chute. Profitez-en pour les montrer !

## NOTRE SÉLECTION



**1. DOUCE** On se démaquille avec cette eau micellaire enrichie en extrait de rose. *Eau Nettoyante Apaisante, Mixa Expert Peau Sensible*, 4,15 € les 200 ml.

**2. GRAND CLASSIQUE** Depuis plus de quarante ans, des générations de femmes enceintes l'ont adoptée avec plaisir pour prévenir

et traiter les vergetures. *Huile « Tonic », Clarins*, 47 € les 100 ml.

**3. POUR ODOURATS SENSIBLES** Ecœurées à la moindre odeur ? Ce soin est sans parfum. Sa formule ne contient ni parabens, ni phtalates, ni phénoxyéthanol. *Vergetures Double Action Sans Parfum, Mustela*, 17,90 € les 150 ml.



**4. NATUREL** Sa formule à la pierre d'alun empêche la prolifération des bactéries responsables des mauvaises odeurs. Idéal pour les peaux sensibles. *Natur Protect Sans Parfum, Sanex*, 3,75 € le spray de 200 ml.

**5. SANS CONSERVATEURS** Parce que certaines peaux sont sensibles pendant la grossesse, ce soin novateur à la formule stérile hydrate en toute sécurité. *Tolérance Extrême Crème, Eau Thermale Avène*, 17,90 € les 50 ml.

**6. SPÉCIFIQUE** Cette huile bio, à base d'huiles d'amande douce et de germe de blé, nourrit et assouplit cette zone essentielle au bon passage de bébé. *Huile de Massage du Périnée, Weleda*, 11,50 € les 50 ml.

**7. ANTI-JAMBES LOURDES** Le poids du bébé finit par peser sur les jambes, alors on adopte ce gel bio à la formule adaptée. *Gel Jambes Légères Melvita*, 11,50 € les 100 ml.



**8. COUP DOUBLE** Pour éviter le masque de grossesse, vite on se protège ! *Mineral Radiance UV Défense SPF 50, SkinCeuticals*, 35 € les 50 ml.

**9. UNIFIANT** Si le masque de grossesse fait son apparition, on limite ses désagréments avec ce fond

de teint. *Correcteur de Teint Compact Tolérante, La Roche-Posay*, 17,70 € les 9 g.

**10. PRÉVENTIVE** Une sélection d'huiles végétales qui renforce la barrière cutanée. *La Surdouée, Complexe Vergetures aux 9 Huiles Sèches, C[Mum]*, 37,90 € les 100 ml.

Par Sophie Goldfarb. Natures mortes Claire Bourreau.