

Le vieillissement cutané

Le vieillissement : un mécanisme cellulaire complexe

Le mécanisme naturel

Les facteurs externes

A chaque âge son problème spécifique

Comment prévenir l'apparition des rides ?

Le vieillissement : un mécanisme cellulaire complexe

Le vieillissement cutané peut être considéré de différentes manières.

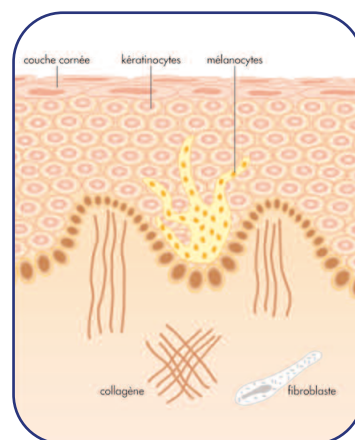
Les dermatologues font en effet la distinction entre le vieillissement intrinsèque ou chronologique – un processus génétique et hormonal – et le vieillissement extrinsèque ou photovieillissement, provoqué par des facteurs externes comme les rayons UV, le tabac ou la pollution.

Le mécanisme naturel de vieillissement de la peau

C'est un fait génétique, notre peau vieillit. Scientifiquement ce mécanisme de vieillissement intrinsèque est le résultat d'une désorganisation de la matrice cellulaire, tant au niveau du derme que de l'épiderme.

Au niveau de l'épiderme

L'épiderme est constitué à 80% de cellules appelées les kératinocytes qui sont constamment renouvelées. Ces cellules jouent un rôle essentiel car elles assurent en permanence le renouvellement de l'épiderme, qui s'accomplit en moyenne en 21 jours. Avec l'âge, les cellules cutanées se raréfient. Parmi elles les kératinocytes voient leur taille diminuer et leur nombre se réduire. Le renouvellement cellulaire ralentit et la cohésion entre le derme et l'épiderme s'atténue. Résultat : la peau perd de son élasticité et se relâche



Au niveau du derme

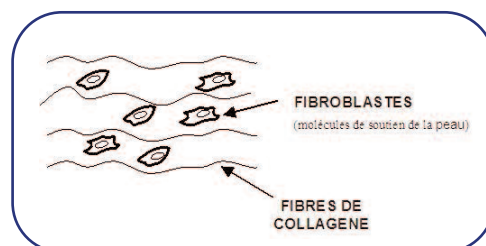
Les fibres de collagène constituent 70% des fibres de la peau. Ces fibres sont produites par les fibroblastes et assurent au derme toute sa solidité. Ainsi, le rôle du collagène peut être comparé à une armature qui maintient la résistance des tissus.

Au fil du temps, le derme, tissu de soutien de la peau s'affaiblit. Les fibres de collagène se brisent, leur renouvellement naturel devient plus difficile, l'élastine perd de son élasticité. Le derme perd peu à peu de sa densité, il s'amincit, les rides et ridules apparaissent.

« La fermeté, l'élasticité et la tonicité de la peau faiblissent progressivement avec l'âge.

Ces changements trouvent leur origine dans la peau et correspondent à une moindre capacité des cellules, particulièrement les fibroblastes, à régénérer les fibres de collagène et les molécules qui constituent la matrice extracellulaire. »

Dr Caroline Robert, dermatologue



Différence entre une peau jeune et une peau mature

Peau Jeune

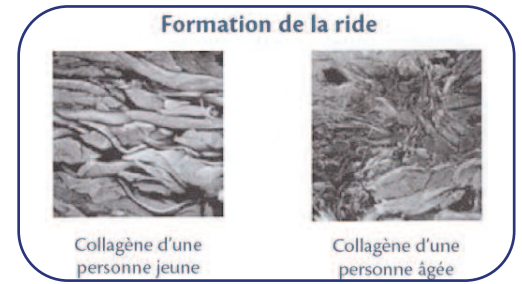
L'épiderme est épais et structuré. La barrière lipidique entre les cellules fonctionne correctement.

Au niveau du derme, les fibroblastes synthétisent les fibres de collagène et d'élastine. Ces fibres sont nombreuses et denses et remplissent bien leur rôle de résistance, de fermeté et d'élasticité.

Peau mature

L'épiderme s'affine et le renouvellement cellulaire se fait plus lentement. La barrière lipidique entre les cellules est déficiente.

Dans le derme, les fibroblastes s'épuisent et synthétisent moins de fibres. Ces fibres sont moins nombreuses et de mauvaise qualité.



Les facteurs externes : autres responsables du vieillissement de la peau

L'organisme a son propre système de défense pour neutraliser les dommages liés aux radicaux libres. Mais avec l'âge, ce système devient moins efficace. Les contraintes de la vie active et les agressions extérieures affaiblissent ces mécanismes d'autodéfense, la peau devient plus vulnérable et vieillit prématurément. Stress, fatigue, mauvaise hygiène de vie, pollution, rayons UV : ces agressions stimulent la production des radicaux libres, principaux ennemis de la peau et responsables du stress oxydatif.

Ce vieillissement dit extrinsèque réduit à la fois le nombre des fibres de collagène et impacte leur qualité. Il provoque l'accumulation de fibres élastiques de mauvaise qualité, réduisant ainsi l'élasticité de la peau. Comme le vieillissement intrinsèque, il ralentit la prolifération des cellules. Enfin, il réduit l'uniformité de la pigmentation, ce qui donne à la peau un aspect plus terne et âgé.

Parmi les nombreuses causes du vieillissement extrinsèque :

Le soleil

Les rayons UV sont responsables de 80 % du vieillissement de la peau. Une exposition répétée au soleil peut en effet aggraver et accélérer l'apparition du vieillissement de la peau. Certains de ces effets sont immédiatement visibles, comme les coups de soleil provoqués en grande partie par les UVB. Mais les rayons UVA agissent plus en profondeur, principalement dans le derme, où les fibres de collagène et d'élastine se fragilisent, accentuant la perte de densité et le relâchement. On estime cette diminution autour de 1% par an à partir de 20 ans.

L'hygiène de vie

Le stress, la pollution, le manque de sommeil et la cigarette accélèrent le vieillissement cutané. Quotidiennement ces agressions fragilisent la peau qui devient plus sensible aux radicaux libres responsables des premiers signes de l'âge.

A chaque âge son problème spécifique

La structure cellulaire de la peau change progressivement. Les premiers signes sont la perte de fermeté et des pores plus visibles en raison des glandes sébacées qui atteignent leur taille maximale aux alentours de 30 ans.

Les premiers signes de l'âge : ridules et rides d'expression

A partir de 25 ans, la peau devient plus fine, plus fragile et moins éclatante. Les ridules et rides d'expression sont les premières à apparaître car provoquées par l'expression du visage. Elles se situent au niveau du front, du bord des yeux (rides "de la patte d'oie", souvent les premières à se manifester).

A partir de 35-40 ans : les rides s'accroissent

Une peau jeune se plisse mais a la faculté de redevenir lisse. Avec l'âge, les premières rides s'accroissent nettement, la peau perd de son élasticité et les marques répétées finissent par rester visibles à des endroits bien précis : le front, autour des yeux, autour de la bouche (sillons "naso-géniaux") et au-dessus des lèvres.

A partir de 50 ans : une perte de fermeté

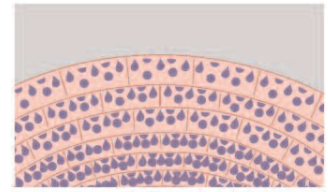
A partir d'un certain âge, un anti-rides ne suffit plus, les signes du temps qui passe s'accroissent, les contours du visage sont moins lisses, la peau perd de sa fermeté.

Cette perte de fermeté se manifeste de différentes façons :

- la régénération des cellules se fait moins facilement,
- l'hydratation naturelle de la peau est ralentie,
- l'épiderme s'affine et perd donc de sa souplesse.

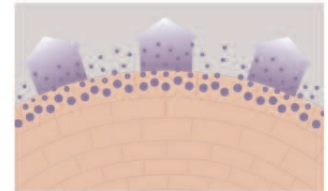
Tous ces signes perceptibles s'accroissent autour de 50 ans et concernent l'ensemble du corps même si certaines parties sont nettement plus atteintes : contour des yeux, celui de la bouche, le menton, la nuque et le cou, le décolleté, les seins et les bras.

Les effets du vieillissement de la peau



Peau jeune

L'eau est retenue dans la peau



Peau mature

Perte d'eau accrue

A partir de 60 ans tous les signes de l'âge s'accroissent

A cet âge, les rides se creusent pour former des sillons profonds. La peau perd en fermeté, le teint devient plus terne, l'ovale du visage est moins harmonieux.

On ne parle plus seulement de rides marquées et creusées, mais des signes multiples de l'âge tels que :

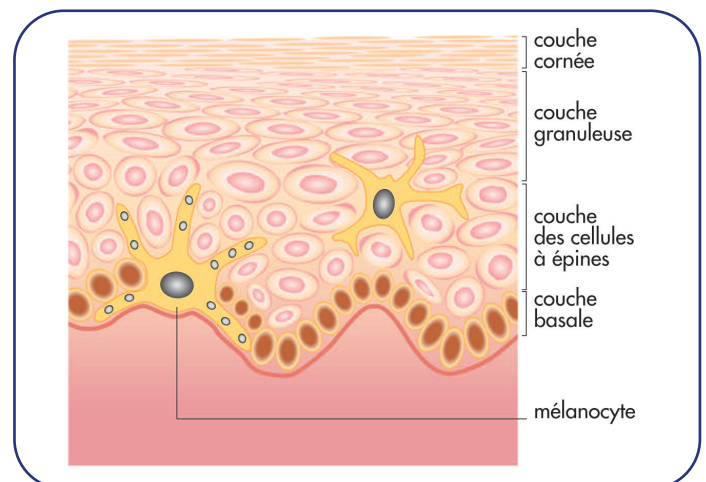
La sécheresse cutanée

Au niveau de l'épiderme, la fonction barrière est progressivement altérée. De ce fait la perte en eau s'accroît ce qui conduit à une sécheresse cutanée et donc au vieillissement de la peau. En surface, la peau devient sèche, rêche et inconfortable.

La jonction dermo-épidermique s'aplatit. Les surfaces d'échanges diminuent, impactant les transferts d'eau et de nutriments du derme à l'épiderme.

La pigmentation irrégulière

Lorsque la mélanine est produite de façon constante et régulière, la pigmentation de la peau est homogène, mais avec l'âge et les agressions extérieures cette production peut se dérégler. Après 60 ans, la peau subit des transformations qui influencent directement l'aspect des taches pigmentaires. L'épiderme subit une perte d'épaisseur globale qui peut atteindre 50%, le renouvellement cellulaire ralentit. Résultat : les mélanocytes, très concentrés en pigments foncés, sont plus proches de la surface cutanée et de ce fait plus visibles.



Peut-on prévenir l'apparition des rides?

Le vieillissement cutané est inéluctable, mais peut être retardé. Pour cela, une bonne hygiène de vie est indispensable :

Alimentation équilibrée

Protection solaire lors de l'exposition

Si l'on ne peut pas agir sur le vieillissement naturel, ni éviter le stress quotidien, on peut néanmoins agir sur le vieillissement photo-induit. Cela passe par une bonne protection solaire et une exposition raisonnable.

Quantité de sommeil suffisante

Absence de tabac et d'alcool

Comme le soleil, le tabac est un facteur de vieillissement cutané. Il augmente la production de radicaux libres qui altèrent le fonctionnement naturel de la peau. La peau devient terne, grisâtre, elle se plisse davantage en particulier au niveau de la bouche et des yeux. Un arrêt du tabac contribue à améliorer la santé de votre peau.

Enfin, l'utilisation de soins adaptés est recommandée pour retarder ou atténuer les marques du temps sur votre visage.

Les produits cosmétiques anti-rides offrent d'excellentes performances :

- Ils peuvent améliorer l'hydratation de la couche cornée et la qualité du film hydro-lipidique de surface tout en augmentant l'épaisseur de l'épiderme.
- Ils aident à stimuler les fibroblastes dans leur synthèse de collagène, d'élastine, de protéoglycanes et de glycoprotéines.

RoC® vous propose donc de découvrir une gamme complète de produits adaptés pour lutter contre les signes cutanés de vieillissement à chaque étape.

Premiers signes de l'âge :	RETINOL A+C+E
Rides profondes :	Retin-Ox™
Relâchement cutané:	CompleteLift
Multiples signes de l'âge :	Retin-Ox Multi-Correxion™