

L'hiver, une rude épreuve pour la peau

Publié le 16/08/2021

|
3 minutes de lecture

|
Ecrit par [Laboratoire LESCUYER](#)

[Télécharger en PDF](#) Imprimer

Partager Facebook Pinterest Twitter

hiver

Première barrière de l'organisme face à l'environnement, **la peau**, par sa structure complexe en 3 couches (épiderme, derme et hypoderme), **assure une protection complète**. Les fonctions protectrices de l'épiderme sont en grande partie assurées par le sébum. Constituant majeur du film hydrolipidique, il protège la peau contre les agressions microbiennes, participe à la lubrification de la peau et contribue aux propriétés élastiques de la peau.

Par temps froid, la peau joue **un rôle protecteur essentiel** en empêchant notamment le refroidissement de l'organisme. Cette lutte contre la perte calorifique se traduit par une vasoconstriction cutanée qui génère notamment un ralentissement de la sécrétion de sébum par les glandes sébacées.

Au niveau de l'épiderme, le froid freine les réactions enzymatiques responsables de la dégradation des cellules « mortes ». Cela entraîne une accumulation des cellules sèches. Simultanément, le froid et le vent agressent le film hydrolipidique. **Dénuée de sa protection, la peau se déshydrate plus rapidement, s'assèche, devient plus rugueuse, tiraille et picote.**

Pour éviter le dessèchement cutané, plusieurs mesures simples doivent être adoptées et répétées pendant toute la saison hivernale :

- **Préférez les savons surgras et les savons hydratants.**
- **Appliquez une crème apaisante et hydratante*** sur le visage et le corps permettant de préserver ou de restaurer le film hydrolipidique, tout en calmant et adoucissant les peaux irritées par le froid.
- **Optez pour une complémentation** aidant à apporter à votre organisme de l'acide gamma-linoléique ([acide gras polyinsaturé](#)) qui contribue à préserver une belle peau et à maintenir son élasticité.

Protectoderm

93% of 100

[Voir les 447 avis clients](#)

Crème triple action : antioxydante, apaisante, hydratante

[Je découvre](#)

**Hydratation des couches supérieures de l'épiderme.*

Partager cette page par e-mail

Votre prénom

Votre nom

Envoyer à

Message



Envoyer un email

Partager

Laboratoire LESCUYER
EXPERT EN MICRONUTRITION



Notre équipe médico-scientifique est composée de Docteurs es science, Pharmacien, Naturopathe, ingénieurs...

Ces articles pourraient vous intéresser