Catégorie Beauté - Peau, cheveux, ongles

Quels sont les bienfaits du collagène sur la peau ?

Publié le 01/09/2023
|
2 minutes de lecture
|
Ecrit par Laboratoire LESCUYER
Télécharger en PDF Imprimer
Partager Facebook Pinterest Twitter

Protéine structurale, surnommée « l'architecte de la peau », le collagène voit sa production décliner avec l'âge. Une complémentation peut aider à relancer son activité et à retarder le processus de vieillissement cutané.

Qu'est-ce que c'est que le collagène ?

Le collagène est la protéine la plus abondante dans le corps humain. Son nom vient du grec « kólla » qui signifie « colle ». Une étymologie qui en dit long sur le rôle qu'elle joue au sein de l'organisme ! Présent sous forme de fibres au cœur de la matrice extracellulaire, **le collagène soutient et assure la cohésion, l'élasticité et la régénération des tissus et organes.** On le retrouve dans de nombreuses structures : les tendons, les ligaments, le cartilage, les os, les vaisseaux sanguins, les muscles, les dents ainsi que dans des organes comme les yeux et la peau.

Selon les tissus, le collagène peut être différent. En effet, il existe plusieurs types de collagène, dont trois principaux :

- Le **collagène de type I**. Il représente environ 90 % du collagène présent dans le corps. Il est présent dans la peau, les tendons, les os, les ligaments et les tissus conjonctifs.
- Le **collagène de type II** est situé au niveau du cartilage, en particulier dans le cartilage articulaire
- Le **collagène de type III** est souvent trouvé en association avec le collagène de type I. Il est présent dans les vaisseaux sanguins, les muscles et les organes internes.

Au sein de la peau, le collagène se trouve plus précisément au niveau du derme (la couche profonde de l'épiderme). C'est là que se situent les fibroblastes, les cellules fabriquant les protéines de collagène.

Dès l'âge de 20 ans, sa production diminue d'environ 1% par an. Après 45 ans, et encore plus au moment de la ménopause avec la chute des œstrogènes, son taux chute de 30%. **À 60 ans, on estime que la peau compte 60% de collagène en moins.** Ce phénomène s'aggrave sous l'effet de certaines agressions extérieures comme les UV, le tabac, la pollution, le stress ou encore une alimentation déséquilibrée. Cela finit par se voir sur la peau, avec un manque d'éclat, l'apparition d'irrégularités du teint, la formation de rides et de ridules, ainsi qu'un relâchement cutané.

Heureusement, il existe des solutions pour relancer la production de collagène et aider la peau à conserver sa vitalité le plus longtemps possible.

Quelle est l'action du collagène sur la peau ?

Augmenter les niveaux de collagène dans la peau permet de ralentir le processus de vieillissement cutané. Cela offre des résultats visibles à plusieurs niveaux :

- **Une peau plus rebondie :** le collagène donne à la peau sa fermeté, sa résistance et son élasticité.
- **Moins de rides et ridules :** en liant les tissus cellulaires, il aide à conserver une peau lisse et ferme plus longtemps.
- **Une peau plus résistante** : en renforçant la structure de la peau, le collagène contribue à augmenter sa capacité de défense naturelle contre les agressions extérieures.

L'**action du collagène est complémentaire à celle de l'acide hyaluronique**, qui possède également un rôle important dans la structure de la peau, notamment au niveau du derme. L'acide hyaluronique, agit comme une éponge en captant et en maintenant l'eau au sein de la peau, ce qui contribue à la souplesse et à l'éclat de la peau. Comme pour le collagène, la production d'acide hyaluronique s'altère et diminue avec l'âge.

Où trouve-t-on du collagène ?

Pour compenser sa perte, on trouve du collagène dans de nombreux produits de beauté visant à préserver la jeunesse de la peau. Sérums, crèmes, masques… Quand ils sont appliqués quotidiennement, ces différents soins permettent d'améliorer la qualité de la peau en agissant de plusieurs façons. D'une part en surface pour assurer un effet tenseur immédiat, d'autre part en profondeur pour stimuler la production naturelle de collagène au niveau cellulaire.

Pour une action encore plus efficace, il est judicieux de compléter l'action des produits cosmétiques (voie cutanée) avec une **cure de compléments alimentaires** (voie orale). La formule **COLLAGENE MARIN** du Laboratoire LESCUYER contient l'actif Cartidyss®, un hydrolysat de collagène marin, extrait de cartilage de raies (issu de co-produits marins collectés sur les côtes bretonnes et normandes). C'est un collagène de type II qui contient 62% de protéines de collagène et 35% de glycosaminoglycanes (glucosamine sulfate, chondroïtine sulfate, acide hyaluronique).

L'efficacité du collagène Cartidyss® a été testée dans une étude randomisée contre placebo. Les résultats ont montré :

- une amélioration significative de la densité du derme (matrice collagénique),
- une réduction significative des rides (-25%),
- une amélioration de l'élasticité de la peau et de l'hydratation du derme (+38%)
- et une réduction de la taille des pores.

COLLAGÈNE MARIN du Laboratoire Lescuyer contient du collagène d'origine marine car c'est celui qui se rapproche le plus de celui que le corps humain produit naturellement. Comparé à d'autres sources de collagène (notamment celui d'origine bovine), celui-ci est plus facilement assimilé par la peau. Sa formule de haute qualité intègre également d'autres ingrédients qui agissent en synergie avec le collagène : de l'acide hyaluronique pour une action hydratante sur la peau, de la vitamine C qui contribue à la formation normale de collagène pour assurer la fonction normale de la peau et du zinc qui contribue à protéger les cellules contre le stress oxydatif

Le COLLAGÈNE du Laboratoire Lescuyer agit ainsi sur le renouvellement du collagène cellulaire, l'hydratation de la

peau et le stress oxydatif pouvant entraîner le vieillissement cellulaire. Il peut, de surcroît, avoir un effet bénéfique sur les cheveux, les ongles et les articulations.

** "The effect of oral collagen peptide supplementation on skin moisture and the dermal collagen network: evidence from an ex vivo model and randomized, placebo-controlled clinical trials", Journal of Cosmetic Dermatology, septembre 2015.*

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

1.

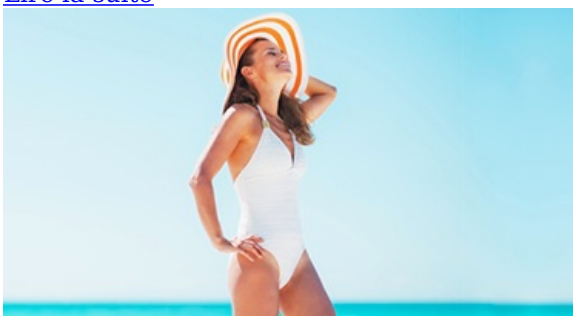
   Catégorie Beauté - Peau, cheveux, ongles ,

   ### Favorisez le maintien d'une peau belle et souple avec l'huile de bourrache

   30/01/2018
   2 minutes de lecture

   La peau est le plus grand organe du corps humain. Elle mérite une attention particulière.

   Lire la suite

2. 

   Catégorie Beauté - Peau, cheveux, ongles ,

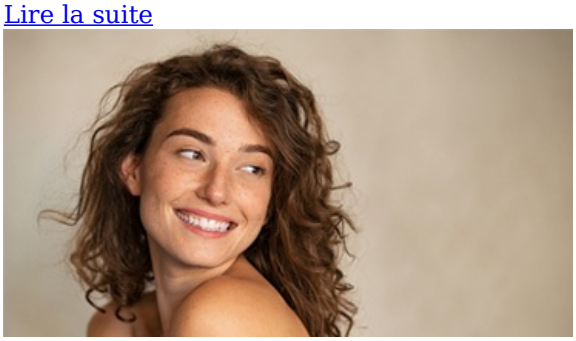
   ### Conservez une belle peau grâce aux compléments alimentaires

   07/08/2021

2 minutes de lecture

Soleil, pollution, stress… Notre peau subit souvent bien des désagréments et réagit en conséquence. Quels sont les compléments alimentaires adaptés ?

Lire la suite

3. 

Catégorie Beauté - Peau, cheveux, ongles ,

Quels sont les effets du zinc sur la peau ?

09/05/2023
2 minutes de lecture

Il joue un rôle très important dans de nombreuses fonctions cellulaires.

Lire la suite