

# Comment bronzer et garder son bronzage naturellement?

# Module 3

## Protéger sa peau et avoir un beau bronzage

**Comment bronzer et garder son bronzage naturellement?**

# Protéger sa peau pour bien bronzer

## Les Indices de Protection Solaire ?



- **IPS ou FPS** : indice du pouvoir protecteur contre les coups de soleil =>UVB
- Mesuré par des tests
- Coefficient multiplicateur qui permet à une personne de ne pas avoir de coups de soleil / temps normal sans crème

# Protéger sa peau pour bien bronzer

Calcul d'1 Indice de Protection Solaire ?



**Une peau qui rougit en 15mn**

Un indice 20 lui permet de tenir 20 fois plus, soit  $20 \times 15 = 300\text{mn}$ : 5 heures

Si 2mg/ cm<sup>2</sup> sont appliqués, théoriquement (1/2 tube à chaque application)

**Dans la réalité, 4 fois moins.**

# Protéger sa peau pour bien bronzer

## Les ECRANS SOLAIRES Chimiques



- Avantages:

pouvoir d'absorber les rayons UV(plutôt B que les A).

Anti-UV B : Octyl Methoxy Cinnamate

Anti-UVA : Mexoryl, Oxybenzone

Ce processus entraine une réaction en transformant les rayons UV en énergie thermique (chaleur) à la surface de la peau.

- Inconvénientss

1. Oestrogen-like : perturbateur endocrinien
2. Absorbés par la peau: allergie
3. Difficiles à éliminer par l'environnement : pollution des massifs coraliens
4. Pas actif immédiatement

# Protéger sa peau pour bien bronzer

## Les ECRANS SOLAIRES minéraux

### « Réfléchissants »

qui vont agir mécaniquement.

2 composants

- **l'Oxyde de Zinc**
- **le Dioxyde de Titane**

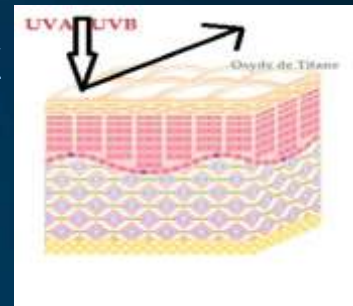
Ce sont des poudres blanches, qui étalées sur une surface vont renvoyer les rayons UV A et UV B

### Avantages

1. Efficaces immédiatement
2. Pas absorbés par la peau (nano?)

### Inconvénients:

Effet blanchissant (moins micronisé)



# Protéger sa peau pour bien bronzer

## LES ANTIOXYDANTS

- « Des Ardents chevaliers qui combattent et terrassent tous les ennemis du royaume. »

De nombreuses recherches :  
**Protecteur contre les radicaux libres générés par les UV** que comme inhibiteur de développement des cancers .



- **Polyphénols** du raisin, du thé vert, des baies de cassis, myrtille, grenade,...
- **Les Vitamine C ou E.** Absorber de la Vitamine C ou de la Vitamine E pendant 3 mois rend les coups de soleil moins nocifs sur le derme .
- **Le lycopène** un antioxydant très concentré dans la tomate

# Protéger sa peau pour bien bronzer

Les ECRANS Naturels

Les Huiles Vierges Biologiques  
Naturellement protectrices



- Jojoba
- Argousier
- Buriti
- Sésame
- Macadamia
- Karité

UNE EXPOSITION PROGRESSIVE

[www.oleassence.fr](http://www.oleassence.fr)

OLEASSENCE  
en Luberon



# Protéger sa peau pour bien bronzer

Ma Formule Naturelle du  
Baume Solaire 50ml

- HV Jojoba 5ml
- HV Argousier 5ml
- HV Karité 30ml
- HV Sésame 10ml
- Dioxyde de Titane poudre 20ml
- Huile Essentielle de Lavande 12 gouttes
- Vitamine E 8 gouttes

UNE EXPOSITION PROGRESSIVE

[www.oleassence.fr](http://www.oleassence.fr)

OLEASSENCE  
en Luberon