

# À FLEUR DE PEAU

La surface de l'épiderme abrite un tas de micro-organismes, dont le récent décryptage scientifique ouvre d'infinies perspectives en cosmétologie. Le point sur ce fameux microbiote, enfin démystifié.



La flore microbienne ne colonise pas seulement les intestins. « Sur notre peau aussi évolue une population de micro-organismes, pour la plupart des bactéries : un million par centimètre carré », précise Romuald Vallée, directeur scientifique Phytomer. Si l'on s'en doutait, c'est seulement depuis une dizaine d'années, avec l'évolution des méthodes d'analyse, que l'on commence à les identifier finement et en tirer des conclusions. « L'étude du microbiome, c'est-à-dire l'écosystème de ces micro-organismes, est une science jeune. Nous commençons juste à comprendre son potentiel pour optimiser la santé et la beauté de la peau », confirme Véronique Delvigne, directrice de la communication scientifique Lancôme International. Découvrir que la surface de la peau est constituée d'êtres vivants n'est pas sans conséquence sur la vision de la biologie cutanée.

## UNE ENTITÉ UNIQUE

Si notre premier microbiote est transmis à la naissance via la mère, il évolue tout au long de notre vie. Unique et personnel, il constitue une carte d'identité cutanée. Sa biodiversité peut ainsi varier selon le PH de la peau ou sa concentration en sébum, par exemple, selon l'âge ou le sexe, mais aussi être sans cesse « impactée » par le mode de vie. « La pollution de l'air entraîne de multiples changements dans la diversité du microbiome », déplore le professeur tokyoïte Masahira Hattori lors du symposium international organisé par Lancôme, en juin dernier. Gare au stress également : « Il bouleverse la régulation des micro-organismes : ceux qui prennent le dessus ne sont plus forcément les plus bénéfiques pour la peau », poursuit Romuald Vallée.

## UN RÔLE ESSENTIEL

Mais à quoi servent donc toutes ces bactéries ? A (au moins) trois fonctions primordiales : « Le microbiome joue un rôle de protection en tant qu'interface entre les cellules et l'environnement extérieur. Mais il est aussi nécessaire à la réparation de la fonction barrière, et à la régulation de l'immunité », explique Magali Moreau, directrice de recherche et de l'innovation L'Oréal et du laboratoire sur le microbiome. Certains micro-organismes produisent de puissants antioxydants, d'autres des molécules anti-inflammatoires... On comprend mieux que, lorsque cet écosystème est perturbé, la peau n'est pas au mieux. Irritations, sensibilité accrue, acné résistant, vieillissement accéléré... la liste des risques est non exhaustive.

## UN ÉQUILIBRE À SURVEILLER

Quelques précautions s'imposent donc : attention aux nettoyages qui bouleversent le PH, aux AHA (acides exfoliants) ou aux formules 100 % huileuses (les bactéries ne vivent pas sans eau). Il n'est pas question de les bannir, mais d'être vigilante : « C'est la répétition qui crée l'agression », tempère Romuald Vallée.

Parallèlement, on choisit un soin qui soutient expressément le microbiote. L'idée : lui fournir les aliments favorisant sa biodiversité, c'est-à-dire recréant le meilleur équilibre possible. A savoir, en l'état actuel des connaissances, des prébiotiques pour les nourrir (polysaccharides, minéraux) et des postbiotiques pour améliorer leur environnement (acide lactique, par exemple). Et quid des probiotiques visant à recoloniser un écosystème déficient ? Difficile aujourd'hui de glisser des bactéries vivantes dans un pot de crème. Les conserver sous une forme qui leur permettrait de retrouver leur efficacité dès l'application sur la peau constitue l'un des prochains enjeux technologiques, comme l'a indiqué le groupe L'Oréal, très actif sur le sujet, lors de sa conférence scientifique dédiée au microbiome en mai dernier. A suivre.

**Wishlist :** *Advanced Genifique*, Lancôme, 116 €\* ; *Régénération Fondamentale, Soins de Nuit Réconfortant*, Holidermie, 130 €, holidermie.com ; *Concentré Equilibrant Apaisant Prebioforce*, Phytomer, 58 €\*\* ; *La Culture Crème Visage Hydratante*, Gallinée, 40 €, gallinee.com ; *Essence (pré+pro) Biotique*, Cinq Mondes, 59 €, cinqmondes.com ; *Berry Glow Masque Réparateur aux Probiotiques*, GlamGlow, 44,90 €, chez Sephora.\*



# BEAUTÉ SOINS

L'étude du microbiote est une avancée majeure en cosmétique qui permet aux marques de mieux appréhender et surtout traiter les peaux à problèmes (réactives, sensibles...).

Cuillère Alessi.

