

# Quels sont les effets du soleil sur la peau ?

Publié le 27/02/2021

3 minutes de lecture

Écrit par [Laboratoire LESCUYER](#)

[Télécharger en PDF](#) [Imprimer](#)

[Partager Facebook](#) [Pinterest](#) [Twitter](#)



## Le rayonnement solaire, un spectre d'ondes dangereux pour la peau

Le soleil est indispensable à notre santé. **Il favorise le bien-être psychologique et stimule la production de vitamine D** qui participe au maintien d'une **bonne santé osseuse et dentaire** notamment.

Le rayonnement solaire se compose d'infrarouges, de lumière visible et d'ultraviolets, dont la grande partie est bloquée par la couche d'ozone. Tandis que les **infrarouges** sont responsables de la sensation de chaleur sur la peau (mais ne brûlent pas), les **rayons ultraviolets** provoquent quant à eux des lésions cellulaires importantes (dommages sur l'ADN, production de radicaux libres...).

Les coups de soleil et les rougeurs sont générés par les UVB, alors que le vieillissement prématuré de la peau serait dû aux UVA qui pénètrent dans les couches profondes de la peau.

Les **UVA** et les **UVB** se différencient de par leur intensité et leur capacité à pénétrer la peau de façon plus au moins profonde :

- L'énergie des **UVB** est responsable des « **coups de soleil** » (brûlure de la peau). Leur pénétration est limitée à l'épiderme.
- Les **UVA** quant à eux, **traversent la couche cornée jusqu'au derme endommageant ses fibres d'élastine et de collagène**. Ils sont considérés comme les premiers facteurs de vieillissement cutané.

Le soleil est aussi responsable d'une production importante de radicaux libres qui altèrent les membranes cellulaires.

## La peau n'est pas sans défense face au soleil

La peau possède un mécanisme naturel d'adaptation et de préservation : le **bronzage**. Au cœur de l'épiderme, dispersées de manière régulière, sont présentes des cellules spécifiques appelées mélanocytes. Stimulés par les ultraviolets, les mélanocytes produisent la **mélanine**, pigment naturel responsable de la pigmentation de la peau.

Ce processus biologique, conjugué aux phénomènes d'épaississement de l'épiderme et de sudation, confère ainsi à la peau sa capacité de protection partielle contre les brûlures, par absorption d'une partie des rayons UVB. **Cette protection a ses limites et ne permet pas d'éviter les coups de soleil et le vieillissement cutané**. Enfin, le bronzage absorbe très peu les UVA.

## Qu'est-ce que le capital soleil ?

Déterminé à la naissance et propre à chaque individu, le **capital soleil correspond à la capacité de la peau à lutter contre les dégâts générés par une quantité déterminée de rayons UV**. Il regroupe l'ensemble des mécanismes de défense de la peau (bronzage, épaississement de la couche cornée, action antiradicalaire et réparation de l'ADN) et s'amenuise progressivement à chaque exposition solaire.

Danger invisible provoquant des altérations cellulaires profondes, **le rayonnement solaire impose de ce fait une exposition modérée et une protection permanente de la peau** quelque soit le phototype (défini par la carnation, la capacité à bronzer et l'aptitude à avoir des coups de soleil), que ce soit en été ou en hiver à haute altitude.

# Découvrez notre produit [OXYBRONZ](#) !

Avant, pendant et après l'exposition solaire, OXYBRONZ apporte à votre peau les éléments dont elle a besoin. La peau, nourrie de l'intérieur, préserve tout son éclat doré.

Ce complément alimentaire est une formule exclusive et complète composée d'actifs tels que le cuivre, favorisant la pigmentation de la peau. Il apporte également des antioxydants, des caroténoïdes et de l'huile de bourrache qui aide votre peau à conserver sa souplesse.

OXYBRONZ vous aide à préserver votre capital soleil.



Oxybronz  
94% of 100  
[\(140\)](#)

Le complexe solaire le plus complet avec 12 actifs spécifiques de qualité exceptionnelle

[Je découvre](#)

Partager cette page par e-mail

Votre prénom

Votre nom

Envoyer à

Message

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 ,

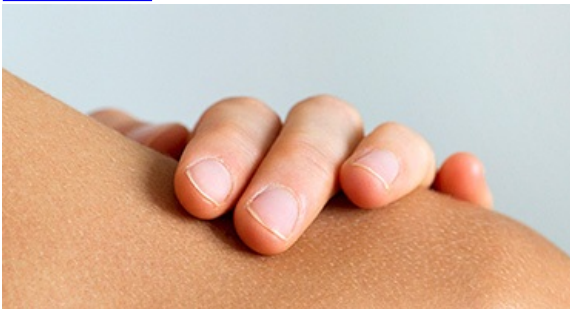
## **Favorisez le maintien d'une peau belle et souple avec l'huile de bourrache**

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 ,

## **Entretenir sa peau, un geste essentiel**

15/11/2021

2 minutes de lecture

Maintenez l'élasticité de votre peau avec l'huile de bourrache.

[Lire la suite](#)



3.

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](#)