

Conservez une belle peau grâce aux compléments alimentaires

Publié le 07/08/2021

2 minutes de lecture

Écrit par [Laboratoire LESCUYER](#)

[Télécharger en PDF](#) Imprimer

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



Organe le plus grand du corps humain, la peau est une fabuleuse enveloppe protectrice qui doit faire face en permanence à de nombreuses agressions externes. Soleil, pollution, stress, déprime... autant de perturbations qui viennent entraver sa beauté et son bon fonctionnement. Nous vous dévoilons comment avoir **une belle peau** au quotidien en adoptant des gestes simples.

Rides, déshydratation, teint brouillé, perte d'élasticité, la peau est un organe vivant qui chaque jour lutte, évolue, s'adapte et se renouvelle. En réaction permanente avec les variations internes et les désagréments externes, elle est le reflet de notre santé, de nos excès et du vieillissement cellulaire. Afin de préserver sa structure et ses fonctions, il est primordial d'adapter son alimentation et de lui apporter du soutien notamment grâce aux compléments alimentaires.

La structure de la peau

Véritable interface entre l'activité biologique interne et le monde extérieur, la peau est un organe essentiel composé de différentes couches, structurées de manière différente, et assurant des fonctions propres. On distingue trois **couches de la peau** :

- **L'épiderme** : couche superficielle de la peau, **l'épiderme** est constitué de trois types de cellules, les kératinocytes (contenant de la kératine et formant la couche cornée), les mélanocytes (produisant la mélanine, un pigment protecteur de la peau) et les cellules de Langerhans (assurant un système de défense face aux agressions).
- **Le derme**: tissu conjonctif épais et relativement souple, **le derme** est principalement composé de fibres de collagène et de fibres élastiques conférant à la peau son élasticité et sa solidité. Il contient également des terminaisons nerveuses et des vaisseaux sanguins.
- **L'hypoderme**: couche la plus profonde de la peau, **l'hypoderme** est le siège des cellules graisseuses, appelées adipocytes. Il est traversé par des fibres nerveuses et est irrigué par la circulation sanguine. Il agit comme coussin de protection.

La peau et ses multiples fonctions

Grâce à ses différentes couches et à ses cellules spécifiques, la peau assure de nombreuses fonctions :

- **Une fonction protectrice** : véritable barrière, la peau protège des agressions externes (ultraviolets, chocs, pollution, déshydratation, frottements, agents pathogènes...).
- **Une fonction de régulation thermique** : par contraction ou dilatation de ses nombreux vaisseaux sanguins et par production de sueur, la peau agit activement dans la régulation de la température du corps.
- **Une fonction de synthèse** : directement exposée aux rayons du soleil, elle intervient dans la production de vitamine D et de certaines hormones.
- **Une fonction d'élimination** : grâce à la présence de glandes sudoripares, la peau assure une fonction sécrétoire permettant d'évacuer certaines toxines présentes dans l'organisme.
- **Une fonction sensorielle** : ses nombreuses terminaisons nerveuses confèrent à la peau ses perceptions sensorielles (le toucher, le froid, la chaleur, la douleur...).
- **Une fonction immunitaire** : notamment en raison de la présence de cellule de Langerhans, la peau est également dotée d'un système de défense permettant de stimuler le système immunitaire de l'organisme.

Comment avoir une belle peau ?

La **beauté de la peau** est directement impactée par nos désordres internes mais également par notre qualité de vie, au niveau environnemental, comportemental et par notre hygiène alimentaire et sanitaire. Plus on adopte une alimentation variée riche en vitamines, en minéraux, en antioxydants et en acides gras de type oméga 3 et 6, mieux on conserve **un beau visage**, lumineux, souple et confortable. Le fait de moins s'exposer aux facteurs néfastes (surexposition solaire, pollution, tabac, produits chimiques...) et d'appliquer des produits de cosmétique respectueux pour **hydrater sa peau**, sont des gestes essentiels. Nous vous invitons à découvrir notre complexe solaire **OXYBRONZ**, une formule innovante aidant à préparer, activer et prolonger le bronzage (cuivre) et notre crème PROTECTODERM renfermant tous deux un bio-actif clé : la **PHYCO-ARL**, un extrait composé de deux algues brunes. Dotée d'une triple action, hydratante, apaisante et antioxydante, la crème **PROTECTODERM** hydrate et protège la peau pour conserver une sensation de bien-être au quotidien. Onctueuse et légère, elle apporte du réconfort aux **peaux sèches** et irritées.

L'huile de bourrache, un actif clé pour votre peau

Fleur originaire d'Asie, la bourrache officinale est aujourd'hui connue pour ses nombreux bienfaits, tant dans le domaine esthétique que thérapeutique. Son huile, extraite par 1^{ère} pression à froid à partir de ses graines, est particulièrement riche en acides gras essentiels dont l'acide gamma-linolénique (A.G.L.), de type oméga 6. L'A.G.L. est utilisé par l'organisme pour constituer la membrane cellulaire. Ainsi la bourrache peut aider à conserver l'élasticité et **la beauté de la peau**. Elle aide aussi à lutter contre le vieillissement cutané.



Huile de Bourrache

94% of 100

[\(295\)](#)

Huile 100% pure et naturelle, issue de cultures traditionnelles

[Je découvre](#)

Partager cette page par e-mail

Votre prénom

Votre nom

Envoyer à

Message

Envoyer un email

Partager

Laboratoire LESCUYER
EXPERT EN MICRONUTRITION



Ces articles pourraient vous intéresser



1.

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](#)



2.

Catégorie Beauté - Peau, cheveux, ongles ,

Entretenez la beauté de votre peau avec l'huile de bourrache

28/08/2021

2 minutes de lecture

Une belle peau s'entretient. L'huile de bourrache est réputée pour maintenir l'élasticité de la peau grâce aux Oméga 6 qu'elle contient.

[Lire la suite](#)



3.

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](#)