Zéro soleil!

Le culte de la peau claire est au zénith

Été On sait aujourd'hui que l'abus de soleil met la peau en danger. D'où une nouvelle tendance, venue de Chine: la peau laiteuse et le teint blafard. Même les stars s'y mettent. Un autre excès?

Anne-Catherine Renaud
anne-catherine.renaud@lematindimanche.ch

La chanteuse Gwen Stefani, 47 ans, ne va à la plage que couverte de la tête aux pieds. Wenn/Alamy

Sur la plage de Qingdao, les Chinoises portent des cagoules couvrantes, les *facekinis*, pour protéger leur teint de porcelaine. À quand cette cagoule en Suisse? Kevin Frayer/Getty Images

L'actrice Elle Fanning, 19 ans, a confié lors du dernier Festival de Cannes qu'elle ne s'exposait jamais au soleil. Dimitrios Kambouris/Getty Images/AFP

Il y a quelques années, vacances rimaient avec bronzage intensif. Strings et monokinis étaient de sortie à la plage. On se protégeait peu quand on partait en pique-nique ou en course en montagne. Avoir un teint hâlé laissait entendre qu'on naviguait sur son voilier ou qu'on avait les moyens de partir au soleil. C'était synonyme de dynamisme et de bonne santé. Toutes les vedettes, de Saint-Tropez à Hollywood, arboraient leur bronzage, comme si elles étaient perpétuellement en vacances. On voulait leur ressembler. Le teint doré flattait les traits.

Mais voilà, dans les années 1990-2000, avec la prise de conscience liée, entre autres, aux campagnes de dépistage du mélanome et à l'émergence de la médecine anti-âge, les esprits se sont échauffés et la peur a terni l'ivresse au soleil. «En 1970, on avait moins conscience que la peau a de la mémoire et qu'elle réagit suivant un mécanisme cumulatif. L'expression «capital soleil» n'existait pas, explique André Zurn, dermatologue à Lausanne. Maintenant, on sait que chaque exposition au soleil se comptabilise depuis l'enfance. Si bien que quand le capital soleil est épuisé, la peau d'un individu n'a plus les capacités naturelles à réparer les dommages causés par les rayons. Elle peut alors présenter des taches ou des grains de beauté altérés. Ce qui peut provoquer un mélanome.»

Du coup, un chapelet d'angoisses anticipatives nous submerge, et va crescendo. Le meilleur signe en est que les stars boudent désormais le bronzage. Avez-vous déjà vu Angelina Jolie hâlée? La peau pâle est devenue sa marque de fabrique. Souffreteuse? Non, prévoyante et avisée.

Mets ta cagoule!

Prenez Gwen Stefani, la chanteuse accro à la bouche rouge carmin. Elle a beau être Californienne, née sous le soleil exactement, elle ne se promène jamais sur la plage de Malibu sans une étole, des vêtements ultra-couvrants, voire une ombrelle! Son teint laiteux, elle l'entretient et porte des lunettes mouche pour protéger la cornée de ses yeux. Pour un peu, elle se rapprocherait de la mode du *facekini* – une cagoule antibronzage – qui fait un tabac chez les Chinoises depuis 2015, mais ne s'impose pas encore en Europe. Et pour cause, en l'enfilant, on ressemble à s'y méprendre à Bioman! Sûr qu'on ne passe pas inaperçu sur la plage. Or ces masques sont fabriqués en coton fin ou en acrylique. Le site prétend qu'ils offriraient la protection du visage la plus appropriée contre les méfaits du soleil selon la Fondation du cancer de la peau. À l'origine, ce capuchon a été inventé par une Chinoise de 58 ans pour se protéger des rayons solaires, mais aussi des méduses. Il est vrai que dans les pays asiatiques, avoir la peau claire est depuis toujours synonyme de beauté et de réussite. Actuellement, le *facekini* se décline dans toutes les couleurs, des modèles unis à des plus «mode».

Mais faut-il aller aussi loin? Le soleil est-il devenu plus nocif ces cinquante dernières années au point de justifier un tel attirail? «On a beaucoup évoqué dans les années 1980 la fonte de la couche d'ozone à l'origine d'une augmentation des UV, reprend le Dr André Zurn. Actuellement, les mesures de lutte contre les chlorofluorocarbures (CFC) provoquent une reconstitution de cette couche. Et même si on assiste à un phénomène de réchauffement climatique, il n'y a pas d'évidence que le soleil soit plus agressif qu'autrefois.»

En revanche, les dégâts provoqués par l'excès de soleil, ozone ou non, ne sont pas une plaisanterie: «La Suisse est le pays d'Europe le plus touché par le mélanome et l'incidence des cancers de la peau augmente chaque année», souligne André Zurn. La mode de la peau blanche a donc de quoi le réjouir. «La motivation tient à la fois à des critères esthétiques – le désir d'avoir une peau de porcelaine – et préventifs. Parce qu'il est devenu évident pour tout le monde que le soleil, facteur délétère majeur pour la peau, fait vieillir prématurément.»

Le culte du jeunisme joue donc une part importante dans cette tendance à la blancheur. On veut garder une peau de bébé le plus longtemps possible. Se présenter avec un visage ridé par de trop longues séances de grillade est synonyme d'une piètre gestion de sa santé. Pire que tout: c'est ringard. «Ça ne fait plus du tout envie à nos contemporains, parce qu'aujourd'hui on est informé. Il y a des campagnes de prévention qui nous mettent en garde, précise la pharmacienne Noemi Alamo, gérante de la Pharmacie du Valentin, à Lausanne. Tout est réuni aujourd'hui pour qu'on bronze sans brûler. On répète à nos clients qu'entre midi et 16 heures, c'est dangereux de s'exposer. Les spécialistes ont même créé des crèmes solaires pédiatriques pour les enfants, car leur peau est plus fine que celle des adultes. Et ce n'est pas un coup marketing: ces crèmes sont plus riches en filtres physiques, comme l'oxyde de zinc, ce qui diminue le risque d'allergie ou de toxicité. Mais de là à céder à une mode du «zéro soleil», c'est trop extrême. Comme dans tous les domaines, il faut du bon sens. C'est paradoxal, le soleil est à la fois ami et ennemi de la peau. Tout est une question d'équilibre.»

Et le docteur Zurn d'ajouter: «Il faut savoir que les personnalités du show-biz ont souvent recours aux techniques anti-âge, comme le laser, le peeling, les injections. Or ces techniques nécessitent une photoprotection après coup, ce qui explique pourquoi ces stars évitent de s'exposer au soleil. D'où le teint clair actuellement en vogue.»

Une blancheur prisée par les élites

Pour Laure Morend, responsable «category manager beauté» chez Amavita et Sunstore, la recherche de la peau blanche à tout prix concerne une certaine élite: «C'est trendy pour une minorité qui veut garder une peau pure et sans tache, avec zéro défaut. Mais la majorité de notre clientèle a envie d'avoir bonne mine grâce à un teint hâlé. Alors on leur prodigue des conseils personnalisés, comme la prise de compléments alimentaires qui vont préparer leur peau au soleil. De même, les indices de protection des gels et des crèmes ne sont pas les mêmes selon que l'on s'expose à la montagne ou à la mer. Il faut notamment faire attention aux autobronzants qui embellissent la peau, mais n'offrent aucune protection. Et puis, quand on applique une crème, il convient de laisser le temps à la peau de l'absorber avant de se mettre au soleil.»

En fait, il faudrait l'étaler environ 40 minutes avant et répéter l'opération toutes les deux heures. «Aujourd'hui, on a des comportements mûris et réfléchis face au soleil, reprend Laure Morend. La majorité des gens ont intégré que la peau est un capital beauté. C'est comme un rite d'hygiène, il convient de la protéger. Alors le soleil d'accord, mais bronzez conscients!» ●

Michael Traitov/Fotolia

Le soleil a aussi du bon!

▶ Attention à ne pas jeter le bébé avec l'eau du bain: malgré sa réputation ternie, le soleil reste essentiel à la santé. À condition de se protéger intelligemment. «Le soleil a des effets bénéfiques sur le moral, sur les os en synthétisant la vitamine D, et sur certaines affections de la peau, comme le psoriasis et le vitiligo», explique le docteur Zurn, dermatologue à Lausanne. «Il diminuerait les risques du cancer du sein, du colon et de la prostate, ainsi que les maladies cardio-vasculaires et l'hypertension.»

On l'a compris: le soleil, c'est de l'énergie en rayons. «Il faut aussi noter qu'il purifie l'eau de molécules écotoxiques et de bactéries, ajoute le médecin. Cet effet assainissant a été utilisé dans les Alpes suisses pour traiter la tuberculose, grâce à l'héliothérapie, avant l'apparition des antibiotiques.»

Les carences en vitamine D par manque de soleil ne sont pas rares pour ceux qui ne s'exposent pas assez. «En hiver, les gens sont moins toniques et manquent de vitalité. Le soleil, c'est la vie: il fait repartir la nature au printemps, c'est un peu comme nous», confie Laure Morend, responsable «category manager beauté» chez Amavita et Sunstore. En France, on estime que près de 80% de la population présente un taux de vitamine D insuffisant en fin d'hiver par absence d'UVB. «Dans ces cas, il faut évaluer par un dosage sanguin s'il y a nécessité d'une prise de vitamine D par voie orale», estime André Zurn.

La mode de la peau blanche peut donc aussi avoir ses excès. Surtout lorsque des marques de beauté, flairant la tendance quand elles ne la créent pas, vendent la peau claire comme un eldorado. Tout un marché se développe autour des crèmes à base de concombre ou de radis blanc, notamment, qui freinent l'activité de la mélanine et clarifient la carnation. Pourquoi pas, mais gardons la tête froide. **A.-C. R.**