

5 conseils pro pour chasser la fatigue

[5 conseils pro pour chasser la fatigue](#)

Quand les traits sont tirés, que le [teint](#) fait grise mine, on peut estomper les signes de [fatigue](#), qui ont tendance à s'accumuler l'hiver. Un [maquillage](#) bien choisi, et bien appliqué, sauve toutes les situations.

En hiver, la tentation est grande d'utiliser du fond de [teint](#) pour masquer son [teint](#) gris et de conserver le même [maquillage](#) qu'en été pour se donner (croit-on) bonne mine ! Mais ce n'est pas une bonne idée car plus la [peau](#) est fatiguée, plus le fond de [teint](#) va créer un effet « masque » avec un rendu terne. Quant au [maquillage](#), il ne sera plus, non plus, adapté.

Réveiller le teint avec une BB ou une CC crème

Avant même de maquiller son [teint](#), on peut poser en toile de fond une base lissante ou un « soin blur », qui efface les signes de [fatigue](#). On utilise ensuite une BB ou CC crème ou un fond de [teint](#) très léger, qu'on applique en lissage sur l'ensemble du visage pour compenser le manque d'éclat. Puis on passe au correcteur (ou anti-cernes), ivoire ou beige et mat que l'on pose en touches sur les zones en creux (creux des joues, des cernes, des tempes, du menton) pour gommer les zones d'ombre. L'illuminateur (pinceau spécial éclat) apporte ensuite des touches de lumière. On le pose sur les zones en relief : au-dessus des pommettes, au milieu du front, au milieu du menton pour accrocher la lumière

On termine par un blush crème lumineux, comme du rose ou du saumoné. On prend peu de produit à la fois, quitte à faire deux applications consécutives pour que l'intensité monte progressivement. Attention aux poudres de soleil qui ne donnent pas bonne mine ! Si on en applique, c'est d'une main légère sur le haut de la pommette, au plus près de l'oeil, sans aller sur les tempes, pour « remonter le visage ».

Camoufler les rides grâce à un soin blur

Là encore, les bases de [teint](#) et les soins blur sont vos alliés. Ils vont combler les ridules et rides, en se logeant dans les sillons et en les floutant façon Photoshop. On les pose en tapotements sur les zones marquées : patte d'oie, ride du lion, sillon naso-génien et pointe du menton. On peut même les réappliquer en cours de journée pour renforcer leur effet. Si l'on ne peut pas se passer de fond de [teint](#), on choisit parmi ceux de dernière génération, au fini très naturel, qui s'utilisent en les appliquant du bout des doigts.

On oublie les compacts et les textures riches, qui vont aussitôt filer dans les rides et les rendre plus visibles. Au niveau du regard, on cherche à lifter, à amener de la lumière et de l'intensité sur les paupières. On utilise une base pour les yeux, qui lisse, estompe et veloute sans brillance. Pour rajeunir le regard, on pose un trait de crayon au ras des cils, comme un liner. Le trait doit rester précis et discret, et légèrement pointer vers la tempe. (Revitalift Magic B.L.U.R. Soin de fFinition, L'Oréal Paris, 13,90 euro les 30 ml.)

Cacher les cernes avec un correcteur

C'est souvent là que se concentrent les signes de [fatigue](#) les plus visibles. C'est donc une zone à traiter en priorité ! On s'occupe aussi de ses sourcils. En enlevant les poils superflus sous la virgule, on ouvre le regard. Et on les brosse vers le haut. Sur la zone bien hydratée, on applique un

anticernes (pas trop clair, pas trop épais) en dessinant un V, qui part de l'angle interne de l'oeil, descend sous le milieu du cerne et remonte vers la pointe, que l'on tapote au doigt.

Sur les paupières, on recourbe les cils : c'est un geste un peu délicat au recourbe-cils, qui se révèle vraiment efficace pour donner de la pétillance au regard. Puis on opte pour une ombre légèrement irisée, voire métallisée, dans les tons ivoire ou beige, que l'on applique sur la bordure des cils. On oublie les fards bleus et les violets qui renforcent les cernes, tout comme le noir sous l'oeil. On finit en appliquant plusieurs couches de mascara, bleu marine ou brun, sur les cils supérieurs.

Si les yeux sont gonflés, place à la base lissante

On utilise d'abord un soin décongestionnant qui limite le gonflement des paupières, grâce à des actifs drainants. A défaut, deux sachets de thé infusés et conservés au frais ont une action antipoches rapide. On peut appliquer un « soin blur » sur la poche pour la lisser. Sur la paupière, on opte pour des fards beiges ou ivoire, mais pas nacrés, car cela mettrait en valeur le gonflement, ni trop mats non plus, car cela risquerait de figer le regard. On finit avec du mascara allongeant. On étire les cils extérieurs vers les tempes pour, là encore, ouvrir le regard.

Quand les yeux sont rouges, la solution est d'utiliser un khôl rosé. Rougis par la [fatigue](#), les yeux ne supportent que les tons neutres comme le blanc cassé, le rose pâle ou le beige. On peut aussi essayer les célèbres Gouttes Bleues d'Innoxa qui illuminent le blanc de l'oeil. Pour masquer les petites rougeurs, on applique sur la paupière inférieure à l'intérieur de l'oeil, soit un khôl vert sapin ou marine si on a les yeux foncés, soit un trait de crayon beige s'ils sont clairs, d'une main légère. Puis, on ferme l'oeil pour que le khôl ou le crayon se diffuse. On préfère des fards mats, non nacrés sur les paupières, qui accrochent la lumière en évitant les tons brun rosé, rouge ou prune.

Mettre l'accent sur la bouche

Mettre ses lèvres en valeur lorsqu'on a mauvaise mine est une bonne solution, car cela fait diversion. On se donne donc un coup de frais avec des rouges à lèvres plutôt satinés, aux teintes vives, rouge vermillon ou rose. On oublie les teintes trop foncées comme le brun ou le bordeaux, les orangés trop jaunes, les rouges tirant trop sur le bleu et les beiges. Si l'on n'est pas à l'aise avec ces teintes franches, on opte pour un simple brillant à lèvres ou un baume repulpant.

Merci à Jérôme Sandevor, maquilleur conseil Dr Pierre Ricaud, Ludovic Engrand, maquilleur conseil Shu Uemura, Christia Vincent, make up artist Marc Jacobs et Jennifer Wahbe, formatrice France Benefit.ge grâce à la coiffure et au [maquillage](#)

- [1](#)
- [2](#)
- [3](#)
- [4](#)
- [5](#)

About the Author

[Articles beauté et recettes grand mère pour être belle](#)

[5 conseils pro pour chasser la fatigue](#)

[blog beauté](#)