



Rougeurs localisées : quel fond de teint pour les camoufler ?



S'il est important d'apaiser son épiderme avec des soins spécifiques quand on a des rougeurs, il est possible, en parallèle, d'atténuer leur aspect grâce au maquillage, et en particulier le fond de teint.

Passagères (sous forme de flushs), ou de plus en plus persistantes, les rougeurs peuvent générer une gêne face à l'aspect de notre peau, et même un inconfort physique dans certains cas. Les soins et le maquillage peuvent aider, mais le choix du produit le plus adéquat vous permettra d'obtenir un résultat parfait, qu'il s'agisse d'un fond de teint fluide ou d'une formule crémeuse compacte. En outre, il faudra maîtriser les gestes de maquillage qui permettront de cacher les rougeurs pendant plusieurs heures, sans retouche.

Ces réflexes simples peuvent soutenir, aussi bien physiquement que mentalement, avant de passer si nécessaire, par la case traitements dermatologique et/ou traitement par laser, comme le recommandent les médecins membres de la Société Française des Lasers en Dermatologie ([SFLD](#)) sur leur site de conseils aux patients [Laser et Peau](#).

Peut-on maquiller ses rougeurs sans risque ?

Dans la plupart des cas, on peut utiliser des soins corrigeant l'aspect de la peau ou mettre du fond de teint sur une peau sujette aux rougeurs, sans que son état ne s'aggrave. À condition toutefois de choisir des produits adaptés, car une peau affichant des rougeurs est par définition réactive et sensible.

Choisissez des nettoyants doux et sans savon. Un lavant trop abrasif détériore la barrière cutanée, ce qui sensibilise d'autant plus les couches internes de la peau et favorise la déshydratation. Au contraire, une surface de peau robuste améliore la tenue du maquillage tout au long de la journée. Faites, en revanche, un double nettoyage chaque soir, notamment lorsque vous utilisez du fond de teint, pour laisser votre peau respirer durant la nuit. Côté soin, optez pour des formules non comédogènes, hypoallergéniques, sans parfum et idéalement sans alcool. Évitez les textures trop épaisses, qui peuvent être occlusives. Les ingrédients stars : l'acide hyaluronique, l'aloé vera, la niacinamide, l'allantoïne, la glycérine ou encore l'extrait de réglisse ou de luzerne... Terminez

toujours avec une protection solaire, car les peaux sujettes aux rougeurs sont encore plus sensibles au soleil que les autres.

Unifier avec le fond de teint

Pensez à bien hydrater votre peau avant de vous maquiller avec une crème hydratante apaisante, éventuellement enrichie en actifs anti-rougeurs. Corrigez localement les rougeurs à l'aide d'un correcteur à la teinte de votre peau ou enrichi en pigments verts, ces derniers neutralisant la couleur rouge. Prélevez une petite quantité de fond de teint et appliquez-la par touches, en partant du centre du visage vers l'extérieur. Utilisez un pinceau dense ou une éponge humidifiée pour bien estomper. Rajoutez un peu de produit sur les zones encore visibles si besoin.

Le bon conseil : si vous appliquez votre fond de teint à l'aide d'une éponge ou d'un pinceau, prenez l'habitude de nettoyer très régulièrement ces derniers. Les bactéries s'y multiplient facilement et le fait d'utiliser des accessoires sales sensibilisent d'autant plus la peau.

Quel type de fond de teint utiliser pour camoufler ses rougeurs ?

Pour obtenir le meilleur résultat possible, plusieurs critères vont être déterminants :

- **La formule** : Comme pour les crèmes visage, privilégiez les compositions les plus douces possibles pour ne pas inflammer davantage votre peau. Le top : les correcteurs ou fonds de teint enrichis en pigments verts qui neutralisent les rougeurs en quelques secondes, de façon à harmoniser le teint, tout en donnant l'impression d'un grain de peau plus lisse.

- **La texture** : Elle dépend de la sévérité des rougeurs. Évitez les fonds de teint à l'eau. Souvent très liquides, ils jouent sur la transparence. Si les rougeurs sont légères, elles peuvent être dissimulées avec une BB ou CC crème, connues pour unifier le teint en conservant un aspect très naturel. Une couvrance moyenne à haute permettra de moduler le fini sur la peau jusqu'à bien cacher les rougeurs.

- **La teinte** : Évitez si possible les sous-tons rosés, car ils renforcent l'aspect des rougeurs. Au contraire, les fonds de teint à sous-tons jaunes ou neutres les contrebalancent efficacement.

À quoi sont dues les rougeurs ?

Les rougeurs localisées sur le visage peuvent avoir plusieurs origines et selon leur aspect, les soins ou traitements, puis la manière de les camoufler ne seront pas forcément les mêmes. La peau, lorsqu'elle est sensible, peut réagir fortement aux agressions extérieures (froid, vent, soleil, pollution, climatisation ou chauffage, passage en chaud/froid, routine beauté inadaptée ou trop agressive). En général, ces réactions sont momentanées et peuvent parvenir à certains moments seulement. C'est ce qu'on appelle les « bouffées vasomotrices » ou les « flushs ». Souvent, ils sont liés au stress, à la consommation d'alcool ou de plats épicés ou à des variations hormonales ou de température (passage du chaud au froid ou inversement). La couperose (qu'on appelle aussi rosacée) désigne une affection chronique causant une dilatation des capillaires (les plus

petits vaisseaux sanguins) localisés au niveau des joues, du nez, du menton ou du front. Comme ils sont juste sous l'épiderme, on les perçoit en transparence et c'est ce qui donne cet aspect rougeâtre sur la peau. Cette pathologie cutanée est évolutive : d'éphémère et localisée, elle devient permanente et diffuse (rosacée papulo-pustuleuse). Dans les stades les plus extrêmes, elle touche toute la partie centrale du visage et donne un aspect granuleux au nez, qu'on appelle rhinophyma (couperose évoluée vers une forme hypertrophique). Autre cause de rougeurs : l'acné inflammatoire, qui prend l'aspect de boutons rouges, souvent accompagnés de rougeurs diffuses. Bien sûr, les rougeurs aussi peuvent être le symptôme d'une réaction allergique, à un aliment, un agent extérieur ou encore à un cosmétique. Dans ce cas, elles seront passagères, mais mieux vaut éviter d'appliquer quoi que ce soit sur votre peau, le temps que l'inflammation s'apaise.

Quelques produits de maquillage adaptés

- Concentré Soins Anti-rougeurs Correcteur Intensif Rosaliac Ar Toleriane, La Roche Posay (23,30 euros 40 ml)
- Stick solaire invisible SPF 50 L53 Typology (18,90 euros 20 g)
- Eco Sun Shield SPF50+ Seventy-One (24,90 euros 50 ml)
- BB cream SPF 15, UV Bio (25,90 euros 30 ml)
- Poudre solaire haute protection SPF 30 UV Bio (24,90 euros 2 x 5 g)
- Fond de teint Resurfaçant 3d Correction Haute Couvrance Spf 25 Dermablend Vichy (20,99 euros 30 ml)

Avant de chercher à traiter et camoufler ses rougeurs, il est important d'en connaître la cause. Le mieux reste de consulter son médecin traitant ou mieux encore, un.e dermatologue. Ce.tte dernier.e pourra vous conseiller au mieux sur le protocole à mettre en place.

Lorelei Boquet Vautor