SKIN CARE

Consultation results

Report number
3a2e4975-6b6e-46dd-b02b-00ae62aaf2c8

Generated on
16/10/2026

> Les données de ce rapport sont basées sur les résultats fournis par l'intelligence artificielle (IA).



01 Consultation

Votre peau présente un teint uniforme avec une bonne élasticité générale. On observe quelques ridules d'expression autour des yeux et sur le front, ce qui est normal pour votre âge. La texture de la peau semble légèrement déshydratée par endroits, notamment sur les joues, et il y a une légère tendance à la brillance sur la zone T, indiquant une peau mixte à normale avec des signes de déshydratation et les premières préoccupations anti-âge. L'objectif principal sera d'améliorer l'hydratation, de prévenir le vieillissement cutané et de maintenir l'équilibre de la peau.

02 Care recommendations

Votre peau est mixte à normale avec des signes de déshydratation et les premières préoccupations anti-âge. L'objectif est d'hydrater en profondeur, de protéger contre les agressions environnementales et de cibler les ridules.

Routine Matin:

1. Nettoyant doux: Utilisez un nettoyant doux, sans sulfate, pour éliminer les impuretés accumulées pendant la nuit sans décaper la peau. Massez sur peau humide, puis rincez abondamment à l'eau tiède.
2. Sérum antioxydant: Appliquez un sérum riche en antioxydants pour protéger la peau des radicaux libres et des dommages environnementaux. Quelques gouttes suffisent, tapotez doucement sur le visage et le cou.

3. Crème hydratante légère: Utilisez une crème hydratante non comédogène pour maintenir l'hydratation tout au long de la journée. Appliquez une petite quantité sur le visage et le cou en massant délicatement.

4. Protection solaire: Indispensable chaque matin, appliquez un écran solaire à large spectre avec un SPF de 30 ou plus pour prévenir le vieillissement prématuré et les dommages solaires. Appliquez généreusement comme dernière étape de votre routine.

Routine Soir:

1. Double nettoyage (si maquillage): Commencez par une huile démaquillante pour dissoudre le maquillage et la crème solaire, puis suivez avec un nettoyant doux pour nettoyer la peau en profondeur. Massez l'huile sur peau sèche, rincez, puis utilisez le nettoyant sur peau humide.

2. Sérum hydratant/réparateur: Appliquez un sérum hydratant ou un sérum ciblant les ridules pour favoriser la réparation nocturne de la peau. Quelques gouttes sur le visage et le cou.

3. Crème de nuit: Utilisez une crème de nuit nourrissante mais non occlusive pour soutenir la barrière cutanée et l'hydratation pendant le sommeil. Appliquez une quantité suffisante sur le visage et le cou.

4. Crème contour des yeux: Appliquez une crème spécifique pour le contour des yeux pour hydrater et cibler les ridules fines. Tapotez délicatement une petite quantité autour des yeux avec l'annulaire.

Soins Complémentaires (1-2 fois par semaine):

1. Exfoliant doux: Utilisez un exfoliant chimique doux (AHA/BHA) pour éliminer les cellules mortes, améliorer le renouvellement cellulaire et l'éclat de la peau. Appliquez sur peau propre et sèche, laissez agir selon les instructions du produit, puis rincez.

2. Masque hydratant: Appliquez un masque hydratant pour un coup de boost d'hydratation et pour apaiser la peau. Laissez poser 10-15 minutes, puis retirez l'excédent ou rincez selon le type de masque.

Considérations Importantes:

- Hydratation interne: Buvez suffisamment d'eau tout au long de la journée pour soutenir l'hydratation de la peau de l'intérieur.
- Alimentation équilibrée: Une alimentation riche en antioxydants (fruits, légumes) et en acides gras essentiels (poissons gras, noix) contribue à la santé de la peau.
- Sommeil: Un sommeil suffisant est crucial pour la régénération cellulaire et la réparation de la peau.
- Éviter les irritants: Limitez l'utilisation de produits contenant des alcools desséchants, des parfums ou des huiles essentielles en grande quantité si votre peau est sensible ou déshydratée.

- Patch test: Introduisez toujours de nouveaux produits un par un et effectuez un test cutané sur une petite zone pour éviter les réactions indésirables.

INCI / REFERENCE LIST

03 Ingredient reference

Names and qualifiers are reproduced from the service response. This is not a universal list of safe or unsafe ingredients.

Recommended in the consultation 251

01	Aqua	02	Glycerin
03	Hyaluronic Acid	04	Niacinamide
05	Ascorbic Acid	06	Tocopherol
07	Ceramide NP	08	Squalane
09	Panthenol	10	Glycolic Acid
11	Lactic Acid	12	Salicylic Acid
13	Zinc Oxide	14	Titanium Dioxide
15	Butyrospermum Parkii Butter	16	Simmondsia Chinensis Seed Oil
17	Camellia Sinensis Leaf Extract	18	Centella Asiatica Extract
19	Aloe Barbadensis Leaf Juice	20	Urea
21	Sodium PCA	22	Allantoin
23	Bisabolol	24	Cholesterol
25	Caprylic/Capric Triglyceride	26	Dimethicone
27	Saccharide Isomerate	28	Sodium Hyaluronate
29	Retinyl Palmitate	30	Retinol
31	Bakuchiol	32	Peptides
33	Ubiquinone	34	Ferulic Acid
35	Resveratrol	36	Licorice Root Extract
37	Alpha-Arbutin	38	Tranexamic Acid
39	Azelaic Acid	40	Mandelic Acid
41	Polyhydroxy Acids (PHA)	42	Gluconolactone
43	Lactobionic Acid	44	Sodium Ascorbyl Phosphate
45	Magnesium Ascorbyl Phosphate	46	Ethyl Ascorbic Acid
47	Tetrahexyldecyl Ascorbate	48	Sodium Lactate

49	Sodium Gluconate	50	Xylitol
51	Anhydroxylitol	52	Xylitylglucoside
53	Trehalose	54	Fructooligosaccharides
55	Beta-Glucan	56	Chondrus Crispus Powder
57	Algae Extract	58	Hydrolyzed Collagen
59	Hydrolyzed Elastin	60	Arginine
61	Lysine	62	Proline
63	Glycine	64	Serine
65	Alanine	66	Threonine
67	Valine	68	Isoleucine
69	Histidine	70	Phenylalanine
71	Tyrosine	72	Tryptophan
73	Methionine	74	Cysteine
75	Aspartic Acid	76	Glutamic Acid
77	Sodium Polyglutamate	78	Ectoin
79	Creatine	80	Carnitine
81	Coenzyme Q10	82	Alpha-Lipoic Acid
83	Glutathione	84	Superoxide Dismutase
85	Catalase	86	Peroxidase
87	Thioctic Acid	88	Dimethylaminoethanol (DMAE)
89	Methylsulfonylmethane (MSM)	90	Silica
91	Boron Nitride	92	Mica
93	Iron Oxides	94	Titanium Dioxide (nano)
95	Zinc Oxide (nano)	96	Octinoxate
97	Octisalate	98	Avobenzone
99	Oxybenzone	100	Homosalate
101	Octocrylene	102	Tinosorb S
103	Tinosorb M	104	Uvinul A Plus
105	Uvinul T 150	106	Mexoryl SX

107 Mexoryl XL	108 Diethylamino Hydroxybenzoyl Hexyl Benzoate
109 Bis-Ethylhexyloxyphenol Methoxyphenyl Triazine	110 Ethylhexyl Triazone
111 Polysilicone-15	112 Drometrizole Trisiloxane
113 Terephthalylidene Dicamphor Sulfonic Acid	114 Phenylbenzimidazole Sulfonic Acid
115 Disodium Phenyl Dibenzimidazole Tetrasulfonate	116 Methylene Bis-Benzotriazolyl Tetramethylbutylphenol
117 Diethylhexyl Butamido Triazone	118 Lauryl Glucoside
119 Decyl Glucoside	120 Coco-Glucoside
121 Sodium Cocoyl Isethionate	122 Sodium Lauroyl Methyl Isethionate
123 Sodium Lauroyl Sarcosinate	124 Cocamidopropyl Betaine
125 Disodium Cocoamphodiacetate	126 Sodium Methyl Cocoyl Taurate
127 Sodium Cocoamphoacetate	128 Glycerin
129 Propanediol	130 Butylene Glycol
131 Pentylene Glycol	132 Hexylene Glycol
133 Caprylyl Glycol	134 Ethylhexylglycerin
135 Phenoxyethanol	136 Sodium Benzoate
137 Potassium Sorbate	138 Citric Acid
139 Lactic Acid	140 Malic Acid
141 Tartaric Acid	142 Gluconic Acid
143 Phytic Acid	144 Ferulic Acid
145 Ellagic Acid	146 Gallic Acid
147 Caffeic Acid	148 Chlorogenic Acid
149 P-Coumaric Acid	150 Rosmarinic Acid
151 Quercetin	152 Rutin
153 Genistein	154 Daidzein
155 Epigallocatechin Gallate (EGCG)	156 Curcumin
157 Gingerol	158 Capsaicin
159 Piperine	160 Lycopene

161 Beta-Carotene	162 Astaxanthin
163 Zeaxanthin	164 Lutein
165 Coenzyme Q10	166 Alpha-Lipoic Acid
167 Glutathione	168 N-Acetyl Cysteine
169 Dimethyl Sulfone	170 Methylsulfonylmethane (MSM)
171 Silica	172 Boron Nitride
173 Mica	174 Iron Oxides
175 Titanium Dioxide (nano)	176 Zinc Oxide (nano)
177 Octinoxate	178 Octisalate
179 Avobenzone	180 Oxybenzone
181 Homosalate	182 Octocrylene
183 Tinosorb S	184 Tinosorb M
185 Uvinul A Plus	186 Uvinul T 150
187 Mexoryl SX	188 Mexoryl XL
189 Diethylamino Hydroxybenzoyl Hexyl Benzoate	190 Bis-Ethylhexyloxyphenol Methoxyphenyl Triazine
191 Ethylhexyl Triazone	192 Polysilicone-15
193 Drometrizole Trisiloxane	194 Terephthalylidene Dicamphor Sulfonic Acid
195 Phenylbenzimidazole Sulfonic Acid	196 Disodium Phenyl Dibenzimidazole Tetrasulfonate
197 Methylene Bis-Benzotriazolyl Tetramethylbutylphenol	198 Diethylhexyl Butamido Triazone
199 Lauryl Glucoside	200 Decyl Glucoside
201 Coco-Glucoside	202 Sodium Cocoyl Isethionate
203 Sodium Lauroyl Methyl Isethionate	204 Sodium Lauroyl Sarcosinate
205 Cocamidopropyl Betaine	206 Disodium Cocoamphodiacetate
207 Sodium Methyl Cocoyl Taurate	208 Sodium Cocoamphoacetate
209 Glycerin	210 Propanediol
211 Butylene Glycol	212 Pentylene Glycol
213 Hexylene Glycol	214 Caprylyl Glycol

215	Ethylhexylglycerin	216	Phenoxyethanol
217	Sodium Benzoate	218	Potassium Sorbate
219	Citric Acid	220	Lactic Acid
221	Malic Acid	222	Tartaric Acid
223	Gluconic Acid	224	Phytic Acid
225	Ferulic Acid	226	Ellagic Acid
227	Gallic Acid	228	Caffeic Acid
229	Chlorogenic Acid	230	P-Coumaric Acid
231	Rosmarinic Acid	232	Quercetin
233	Rutin	234	Genistein
235	Daidzein	236	Epigallocatechin Gallate (EGCG)
237	Curcumin	238	Gingerol
239	Capsaicin	240	Piperine
241	Lycopene	242	Beta-Carotene
243	Astaxanthin	244	Zeaxanthin
245	Lutein	246	Coenzyme Q10
247	Alpha-Lipoic Acid	248	Glutathione
249	N-Acetyl Cysteine	250	Dimethyl Sulfone
251	Methylsulfonylmethane (MSM)		

Cautions from the consultation 19

01	Alcohol Denat.
02	Isopropyl Alcohol
03	Ethanol
04	Menthol
05	Camphor
06	Sodium Lauryl Sulfate
07	Sodium Laureth Sulfate
08	Fragrance (Parfum)

09 Essential Oils (en grande quantité ou si peau sensible)

10 Witch Hazel (Hamamelis Virginiana Extract)

11 Synthetic Dyes (CI codes)

12 Phthalates

13 Parabens (Methylparaben, Propylparaben, Butylparaben, Ethylparaben)

14 Formaldehyde-releasing preservatives (DMDM Hydantoin, Imidazolidinyl Urea, Diazolidinyl Urea, Quaternium-15)

15 Mineral Oil (si peau sujette aux comédons)

16 Petrolatum (si peau sujette aux comédons)

17 Lanolin (si peau sujette aux comédons ou allergique)

18 Silicones lourds (Cyclopentasiloxane, Cyclohexasiloxane) si vous préférez des textures plus légères ou si vous avez des préoccupations environnementales

19 Certains filtres UV chimiques controversés (Oxybenzone, Octinoxate) si vous préférez des filtres minéraux ou si vous avez des préoccupations environnementales

Notes

Products, questions and personal observations

Les données de ce rapport sont basées sur les résultats fournis par l’intelligence artificielle (IA).