

## Une peau à soigner...

La peau est constituée chez l'adulte de 70% d'eau. Son intégrité résulte d'un juste équilibre entre évaporation de l'eau, apport d'eau de l'extérieur et rétention d'eau.

L'hydratation cutanée est directement sous influence de 2 structures :

- **La couche cornée ou couche externe de l'épiderme**, formée d'un empilement de cellules, « libres » en surface, jointives en profondeur, bourrées de kératine. Elle s'oppose à la pénétration de tout microbe et à la fuite d'eau. Chaque cellule de la couche cornée se gorge d'eau remontant du derme. Celle-ci est piégée par les lipides des espaces intercellulaires.
- **Le film hydrolipidique de surface**. En surface de la couche cornée mais aussi ciment entre les cellules, il est constitué d'eau et de graisse. L'eau provient du dedans (derme) et du dehors (air). Le « gras » tire son origine du sébum et d'une synthèse de lipides par l'épiderme.

La quantité d'eau de notre peau est donc régulée par plusieurs éléments conjoints : une couche cornée d'épaisseur normale, une sécrétion sébacée modeste et un apport d'eau suffisant, au niveau dermique et en surface, capital à protéger pour garder sa peau « normale ».

