

# ADOLESCENT PEAU ET RASAGE: NOUVELLES PERSPECTIVES ET CONSEILS D'EXPERTS

L'adolescence est la période de transition entre l'enfance et l'âge adulte au cours de laquelle une multitude de changements physiques et émotionnels se produisent. Cette période peut être très intense, mais elle est souvent marquée par des sentiments de confusion et d'embarras. Les adolescents de sexe masculin ont besoin d'aide pour comprendre les changements auxquels ils doivent s'attendre pendant cette période et les moyens de prendre soin de leurs poils et de leur peau en développement. Cependant, les renseignements offerts sont insuffisants et les conseils sur la façon de faire face aux changements de la peau et des poils sont souvent contradictoires.

En se basant sur sa grande compréhension de la peau, des poils et du rasage, Gillette présente une nouvelle étude examinant les connaissances des adolescents de sexe masculin sur les changements qui surviennent au niveau de la peau et des poils du visage pendant la puberté, les impacts émotionnels associés à ces changements et leur expérience de rasage. Cette étude, menée par un bureau d'études de marché indépendant, a interrogé : 3738 adolescents de sexe masculin âgés de 16 à 21 ans dans huit pays différents



É.-U.



R.-U.



ALLEMAGNE



BRÉSIL



CHINE



JAPON



INDE



AUSTRALIE

L'éminente dermatologue Alison Layton a prodigué des conseils sur la manière de mener l'étude et d'obtenir des renseignements précieux allant au-delà des connaissances actuelles dans la littérature scientifique. Et cela ne s'arrête pas là. Gillette présente ses dernières découvertes sur sa technologie innovante Gillette SkinGuard et explique comment celle-ci peut offrir aux adolescents une solution de rasage à la fois originale et unique.

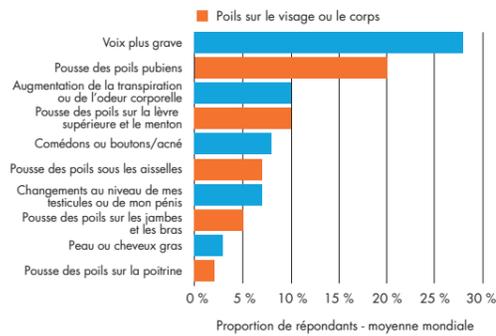
Ces **résultats clés, les nouveaux renseignements précieux et les conseils d'experts** sur la peau et le rasage des adolescents sont présentés ici.

(Vanoosthuyze and Layton, 2019)

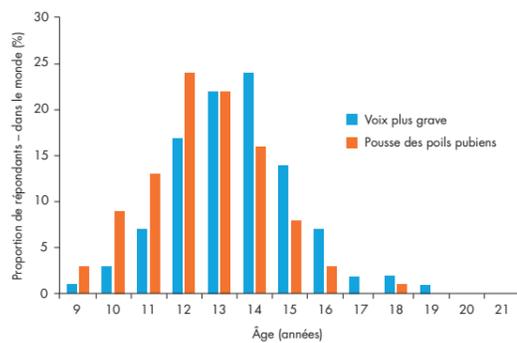
**Gillette**<sup>®</sup>  
**SKINGUARD**  
SENSITIVE

## LES PREMIERS SIGNES DE LA PUBERTÉ

Les premiers signes physiques de la puberté apparaissent dès l'âge de 9 ans, mais principalement aux alentours de 12 à 14 ans. Dans le monde, les premiers signes physiques de la puberté les plus fréquents sont une voix plus grave (28 %), le plus souvent observée entre 12 et 15 ans, et l'apparition d'une pilosité pubienne (20 %), souvent remarquée entre 11 et 14 ans.



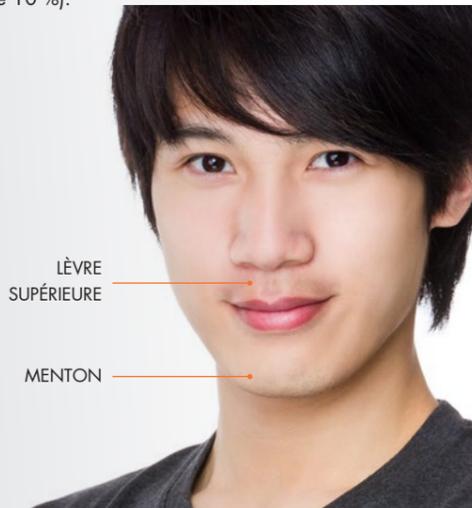
### Premier signe physique de la puberté



Âge où les premiers signes physiques de la puberté ont été constatés

### PERSPECTIVES PAR PAYS

Des différences notables ont été constatées entre les pays. En Chine et en Inde, les adolescents sont nettement plus nombreux que la moyenne à signaler l'apparition de poils sur la lèvre supérieure et le menton comme premier signe de puberté (18 % et 14 % respectivement, contre une moyenne mondiale de 10 %).



### À RETENIR

Il est important de noter que la puberté est différente pour chaque adolescent, ce qui signifie qu'il est difficile de prédire quand les changements se produiront. Cela peut susciter des inquiétudes quant à ce qui est considéré comme « normal ».

## C'EST NORMAL DE SE SENTIR ANORMAL

Les adolescents du monde entier ont déclaré se sentir anormaux pendant la puberté (27 %) et se sentir différents de leurs pairs (35 %). En moyenne, plus d'un tiers des répondants étaient trop gênés pour parler des changements qu'ils vivaient pendant la puberté, y compris à leurs parents.



### PERSPECTIVES PAR PAYS

En Chine et en Inde, les adolescents sont nettement plus nombreux que la moyenne mondiale à être trop gênés pour parler des changements qu'ils vivent pendant la puberté (42 % et 44 % respectivement, contre 37 % dans le monde).

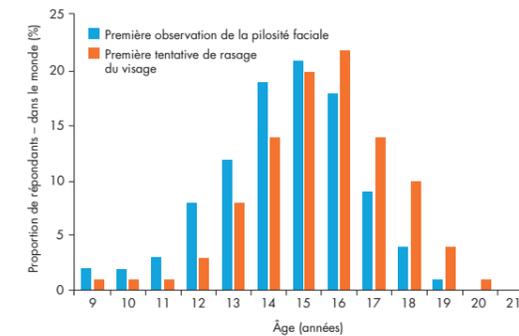
Les adolescents au Japon (20 %) et en Allemagne (26 %) se sentaient les moins capables de parler à leurs parents des changements qu'ils vivaient (contre une moyenne mondiale de 36 %).

### À RETENIR

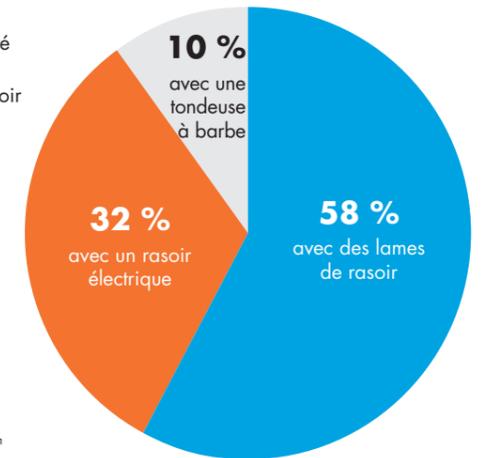
Les premiers signes de la puberté étaient accompagnés de sentiments de honte et de confusion : **plus d'un adolescent sur trois étant trop gêné** pour parler des changements qu'il vivait.

## POUSSE DES POILS DU VISAGE ET DÉBUT DU RASAGE

En moyenne, 70 % des sujets ont remarqué l'apparition d'une pilosité faciale entre 13 et 16 ans et 70 % ont essayé de se raser à l'âge de 16 ans ou avant. Dans le monde entier, la plupart des adolescents utilisent des lames de rasoir pour se raser pour la première fois.



Âge où les adolescents ont remarqué une pilosité faciale et ont tenté de se raser pour la première fois



Méthode utilisée lorsque les adolescents ont commencé à se raser

### PERSPECTIVES PAR PAYS

Les adolescents américains ont essayé de se raser plus tôt que la moyenne (>10 % avant l'âge de 12 ans), ce qui est cohérent avec le fait qu'ils sont nettement plus nombreux à avoir remarqué la pousse de poils sur le visage entre 10 et 11 ans que la moyenne mondiale (12 % contre 5 %, respectivement). En particulier, les données publiées suggèrent que la puberté chez les adolescents américains pourrait survenir plus tôt que les années précédentes (Herman-Giddens et coll., 2012).

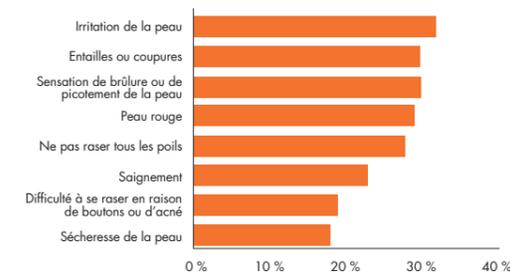
En revanche, les adolescents de Chine et d'Inde ont essayé de se raser plus tard que dans la plupart des autres pays (avec un pic à 17 ans).

### À RETENIR

En moyenne, **la majorité des adolescents masculins ont essayé de se raser à l'âge de 15 ou 16 ans** et ont utilisé des lames de rasoir lorsqu'ils ont commencé à se raser.

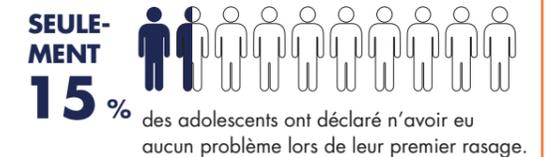
## UNE PÉRIODE D'IRRITATION

Lorsque les adolescents essaient de se raser pour la première fois, le défi le plus courant auquel ils sont confrontés est l'irritation de la peau (32 %), les entailles et les coupures (30 %) ou la sensation de brûlure ou de picotement sur la peau (30 %).



Défis rencontrés lors de la première tentative de rasage

La difficulté à se raser en raison de la présence de boutons ou d'acné a également été signalée comme un problème lors du premier rasage. Notamment, l'âge auquel la plupart des adolescents essaient de se raser pour la première fois coïncide avec la période où l'acné est la plus répandue (13 à 19 ans) (Karciauskienė et coll., 2013).



### PERSPECTIVES PAR PAYS

C'est au Brésil que la proportion d'adolescents signalant une irritation de la peau (44 %), des entailles ou des coupures (51 %) et des saignements de la peau (31 %) est la plus élevée.

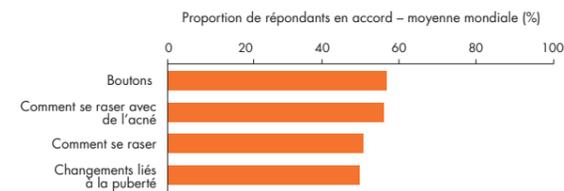
En Australie, un adolescent sur quatre a éprouvé des difficultés à se raser en raison de boutons ou d'acné.

### À RETENIR

Lorsqu'ils commencent à se raser, seule une minorité d'adolescents ne rencontrent aucun problème. La plupart sont confrontés à plusieurs problèmes, notamment l'irritation causée par le rasage, les entailles et les coupures, et la présence de boutons ou d'acné suggérant que **l'état de leur peau est un facteur important** lorsqu'ils commencent à se raser.

## LE BESOIN DE RENSEIGNEMENTS SUPPLÉMENTAIRES

Dans le monde entier, les adolescents ont clairement besoin d'être mieux informés sur les changements auxquels ils doivent s'attendre pendant la puberté (50 %), sur la gestion des boutons (57 %) et sur la façon de se raser (51 %), en particulier en présence d'acné (56 %).



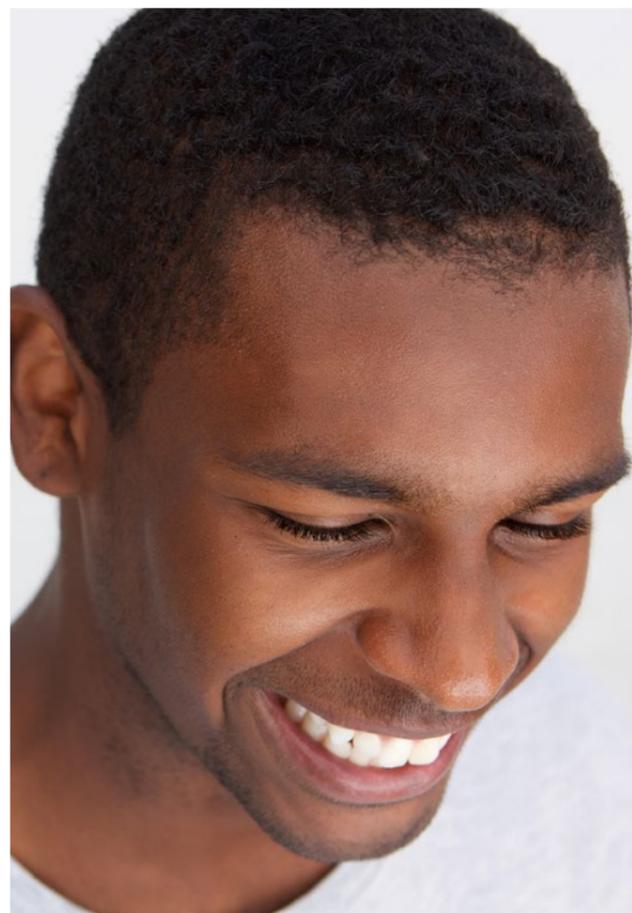
Besoin général de renseignements supplémentaires sur les changements à prévoir pendant la puberté

### PERSPECTIVES PAR PAYS

En Chine, au Brésil et en Inde, les adolescents sont nettement plus nombreux que la moyenne mondiale à vouloir en savoir plus sur ce qui se passe pendant la puberté.

### À RETENIR

Dans le monde entier, les adolescents ont besoin de plus de renseignements sur les changements liés à la puberté, notamment les boutons et l'acné, la pousse des poils du visage et les techniques de rasage. Une meilleure compréhension des changements auxquels il faut s'attendre et du moment où ils se produisent peut aider à contrer les sentiments de gêne et d'anormalité.



## OÙ TROUVER CES RENSEIGNEMENTS?

Où obtiennent-ils leurs renseignements? Pour la plupart des adolescents, l'éducation scolaire était la principale source de connaissances sur la puberté (61 %), suivie par l'Internet (58 %).

### PERSPECTIVES PAR PAYS

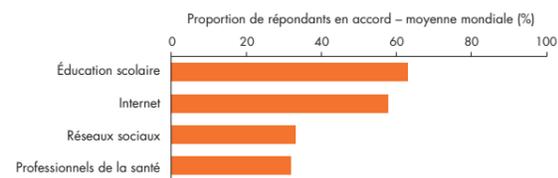
Au Royaume-Uni, aux États-Unis et en Allemagne, au moins 70 % des adolescents ont été sensibilisés aux changements survenus pendant la puberté à l'école.

C'est en Chine (48 %) que ce pourcentage est le plus faible, les adolescents s'appuyant principalement sur l'Internet (58 %) et les livres (53 %) pour obtenir des renseignements sur la puberté.

En revanche, en Inde, les adolescents ont surtout compté sur leurs amis pour obtenir ces renseignements (55 %).

### Où préfèrent-ils obtenir leurs renseignements?

Lorsqu'on leur demande comment ils aimeraient obtenir des renseignements sur la puberté, l'enseignement scolaire est la source d'information privilégiée (63 %), suivi par l'Internet (58 %), les médias sociaux (33 %) et les professionnels de la santé (32 %).



### Sources de renseignements préférées sur les changements à prévoir pendant la puberté

Seuls 10 % des répondants souhaitent obtenir des renseignements de leur famille. Ceci est conforme à la littérature publiée qui rapporte que les adolescents de sexe masculin se montrent moins bavards et se renferment sur eux-mêmes dans leurs relations avec leurs parents pendant l'adolescence (Branje et coll., 2012).

### PERSPECTIVES PAR PAYS

Le rôle des professionnels de la santé pour informer les adolescents sur les changements de la puberté est particulièrement important dans des pays tels que les États-Unis, le Brésil et la Chine, où les adolescents sont plus nombreux que la moyenne mondiale à indiquer que les professionnels de la santé sont leur source d'information préférée.

### À RETENIR

Les professionnels de la santé peuvent jouer un rôle important dans la communication de conseils et de renseignements sur les changements à prévoir pendant la puberté, en plus de l'enseignement scolaire et de l'Internet.



## NOUS SOMMES INSPIRÉS...

Ces connaissances essentielles sur les changements physiques pendant la puberté, la nécessité d'obtenir plus de renseignements sur ce à quoi les adolescents doivent s'attendre et sur la façon de se raser ont inspiré les chercheurs de Gillette à évaluer l'état de la peau des adolescents, la pousse des poils du visage et le rasage.

Dans une étude portant sur des adolescents de 15 à 19 ans, il a été constaté que la pousse du poil était relativement clairsemée avec une direction de pousse principalement dirigée vers le bas (Knight et Cowley, 2019).



Pousse du poil clairsemée chez les adolescents avec une direction de pousse principalement dirigée vers le bas

Lors du rasage, plus d'un tiers des adolescents n'ont pas préparé le visage et les poils avec de l'eau ou une préparation au rasage. Pendant le rasage, ils effectuaient généralement des mouvements lents et hésitants, ce qui peut expliquer les problèmes signalés : l'irritation de la peau, les entailles et les coupures.

Par rapport à une population d'hommes de 40 à 49 ans, les adolescents ont utilisé nettement moins de passages et un plus grand nombre de passages vers le bas (74 % contre 63 %, respectivement), ce qui peut correspondre à leur densité de poils visiblement plus faible et à leur manque d'expérience (Knight et Cowley, 2019).

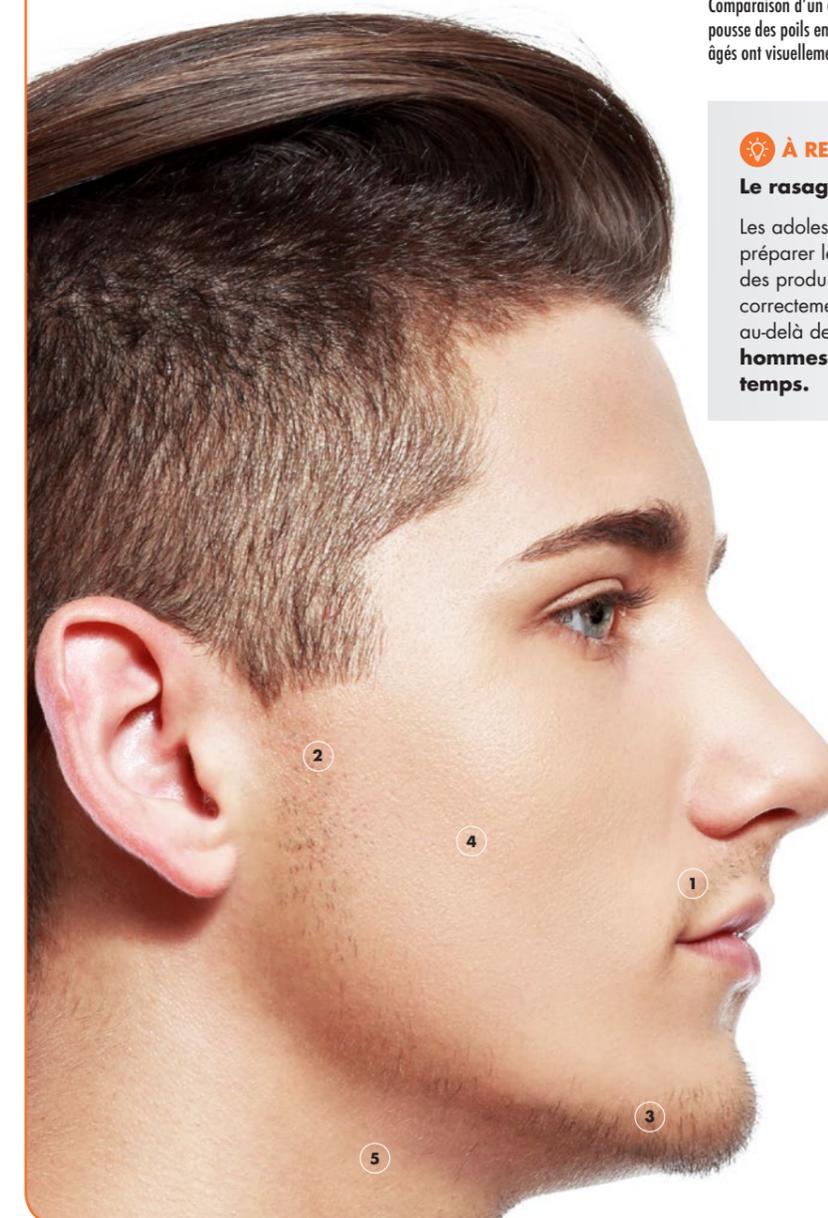


Comparaison d'un couple père/fils dans le cadre de l'étude montrant des différences dans la pousse des poils entre les adolescents de sexe masculin et les hommes adultes. Les hommes âgés ont visuellement plus de poils sur la joue et le cou.

### À RETENIR

#### Le rasage est plus complexe qu'il n'y paraît!

Les adolescents de sexe masculin ont besoin de conseils pour préparer leur peau et leurs poils avant le rasage, pour utiliser des produits adaptés à leur type de peau et pour se raser correctement. De plus, la pousse de la barbe continue bien au-delà de l'adolescence, ce qui signifie que les besoins des hommes en matière de rasage évoluent au fil du temps.



Séquence typique du développement de la pilosité faciale chez les adolescents de sexe masculin :

1. Lèvre supérieure
2. Favoris
3. Menton
4. Joues
5. Cou

## NOUS SOMMES LÀ POUR VOUS AIDER AVEC DES CONSEILS D'EXPERTS

Ces résultats soulignent comment aider les adolescents en leur fournissant des renseignements sur les changements qu'ils vivent et en leur apprenant à se raser et à prendre soin de leur peau.

### APPRENDRE À SE RASER : 5 ÉTAPES FACILES

#### 1 LAVER



L'eau peut ramollir les poils de la barbe et les rendre plus faciles à couper. Le frottage avec un nettoyant doux peut aider à soulever et à libérer les poils « coincés » ou « incarnés » pour un rasage plus confortable.

**i** Douchez-vous avant de vous raser pour maximiser l'hydratation.

#### 2 PRÉPARER



Appliquez une grande quantité de gel ou de mousse à raser pour former une couche protectrice sur la peau, améliorer le glissement du rasoir et aider à prévenir les irritations.

**i** La mousse de rasage est légère et se rince facilement. Le gel est plus riche et plus lubrifiant.

#### 3 RASER



Rasez-vous en effectuant des mouvements délicats avec un rasoir conçu pour les peaux sensibles. Évitez les vieilles lames émoussées, car elles peuvent provoquer des entailles, des irritations ou de la résistance.

**i** Rincez souvent le rasoir pour éviter les obstructions.

**Ne tapotez jamais les lames contre l'évier et ne les essuyez jamais sur une serviette. Cela peut endommager les parties du rasoir conçues avec précision et émousser les lames ultrafines.**

#### 4 RINCER



Rincez bien le visage pour vous assurer que tout le gel ou la mousse à raser est éliminé.

**i** L'eau tiède facilite le rinçage. Un jet d'eau froide à la toute fin peut procurer un effet apaisant.

#### 5 HYDRATER



Appliquez une crème ou un baume après le rasage pour réhydrater et apaiser la peau.

**i** Après le rasage, rangez le rasoir dans son support ou à la verticale dans un gobelet ou une tasse.

### QU'EN EST-IL DU RASAGE AVEC DES BOUTONS?

Il est important que les individus choisissent un rasoir et des produits qui sont appropriés à leur type de peau. L'utilisation d'un rasoir à rebords tranchants et demandant moins de pression peut réduire l'irritation. Des technologies innovantes conçues pour minimiser le contact de la lame avec la peau peuvent également protéger les zones sensibles lors du rasage.

#### **i** À RETENIR

Les adolescents ont besoin d'aide pour apprendre à se raser. **Des renseignements devraient être offerts dès le plus jeune âge**, car les premiers signes de pousse de poils sur le visage ont été constatés dès l'âge de 9 ans et la plupart des adolescents ont essayé de se raser à l'âge de 16 ans ou avant, ce qui coïncide avec le pic de prévalence de l'acné.

### DANS LE SENS OU À CONTRESENS DU POIL?

Le rasage dans le sens de la pousse du poil, suivi d'un nouveau passage à contresens, permet généralement d'obtenir un rasage de plus près, plus lisse et plus confortable pour la peau.



## VOICI GILLETTE SKINGUARD

Il est nécessaire de prendre soin de la peau et des poils au moment de commencer à se raser afin de minimiser toute irritation induite par le rasage, en particulier en présence de boutons ou d'acné. Le rasoir Gillette SkinGuard a été conçu spécifiquement pour les personnes à la peau sensible, idéal pour la peau délicate des adolescents qui, selon les résultats de l'enquête, sont confrontés au défi du rasage : irritations causées par le rasage, brûlures et picotements de la peau ainsi que coupures ou entailles.

Le rasoir Gillette SkinGuard Sensitive combine une technologie innovante avec une conception de lame avancée :

- La nouvelle technologie SkinGuard au centre de la cartouche protège la peau contre les lames
- La conception unique des lames, avec deux lames demandant moins de pression, minimise l'interaction entre la lame et les poils

### NOUVELLE TECHNOLOGIE SKINGUARD

entre les lames pour diminuer la pression afin que les lames exercent moins de pression sur la peau sensible

### 2 LAMES DEMANDANT MOINS DE PRESSIION

Pour minimiser le risque de stimuler les nerfs et de déclencher une réaction d'irritation. Les poils sont coupés en un maximum de deux passages seulement



**LUBRIFICATION AVANT ET APRÈS LES LAMES** pour diminuer la friction

#### **i** À RETENIR

Dans une étude spécialisée menée auprès d'adolescents de sexe masculin souffrant d'acné et comparant le Gillette SkinGuard à leur rasoir habituel, **ces derniers ont majoritairement préféré le Gillette SkinGuard** (Harrington et coll., 2019).

#### **i** À RETENIR

**Le rasoir Gillette SkinGuard est spécialement conçu pour la peau sensible.** Ce rasoir innovant comporte une barre SkinGuard révolutionnaire entre deux des meilleures lames de Gillette pour protéger la peau délicate lors du rasage. Il est donc idéal pour apprendre à se raser, en particulier pour ceux qui craignent les irritations, les entailles et les coupures, ou qui se rasent sur des boutons.



09

## RÉSUMÉ

- **CHAQUE ADOLESCENT EST DIFFÉRENT** – certains remarqueront les premiers signes de puberté plus tôt ou plus tard que d'autres
- C'est **NORMAL** pendant la puberté, tout comme le fait de se sentir **ANORMAL**
- Notre recherche est utile pour **SOUTENIR ET ENCOURAGER LES ADOLESCENTS** pendant la puberté, en aidant à normaliser leurs sentiments et leurs préoccupations
- Le **BESOIN DE RENSEIGNEMENTS SUPPLÉMENTAIRES** sur les changements à prévoir pendant la puberté (comme les boutons), sur le rasage et sur le rasage en présence d'acné **EST TRÈS IMPORTANT**
- **NOUS DEVONS COMMUNIQUER** très tôt, car certains adolescents commencent leur puberté dès l'âge de 9 ans et la plupart des individus ont essayé de se raser à l'âge de 16 ans ou avant
- Nous vous proposons **CINQ ÉTAPES SIMPLES** sur la façon de se raser : laver, préparer, raser, rincer et hydrater
- **GILLETTE SKINGUARD** offre une nouvelle solution de rasage unique pour les adolescents et était largement préféré par ceux souffrant d'acné par rapport à un rasoir normal

### À RETENIR

Nous pouvons soutenir et encourager les adolescents pendant la puberté en leur donnant des renseignements sur ce à quoi ils peuvent s'attendre et à quel moment ces changements peuvent arriver. **Des conseils de rasage facilement accessibles peuvent les aider** à prendre soin de leur peau sensible qui peut être vulnérable aux irritations et aux boutons.

Les différences signalées dans les données de l'enquête mondiale étaient statistiquement significatives à  $p < 0,05$ .

## RÉFÉRENCES

- Branje S, et coll. The Routledge Handbook of Family Communication. Chapter 17: Parent-Child Communication During Adolescence. 2e éd. Routledge: New York, US; 2012.
- Harrington NR, Zupkosky P, Mcmenemy S. Evaluation of razor technologies by juvenile shavers and the impact of their skin issues on their product preference. 24th World Congress of Dermatology ePoster #2314, juin 2019.
- Herman-Giddens ME, et coll. Pediatrics. 2012;130:e1058-68.
- Karciauskienė J, Valiukeviciene S, Gollnick H, Stang A. JEADV. 2013;28(6):733-40.
- Knight L, Cowley K. Blade shaving for the male adolescent: new behavioural and physiological insights. 24th World Congress of Dermatology ePoster #2035, juin 2019.
- Vanoosthuyze KV, Layton AM. Knowledge, perceptions and impact of puberty on the hair and skin in males: a global survey. 24th World Congress of Dermatology ePoster #1876, juin 2019.