



## BEAUTÉ

# Rajeunir ni vu ni connu

Vous rêvez d'un petit coup de frais, mais pas question d'être trop marquée, transformée ni immobilisée pendant des jours ? Voici toute une liste d'interventions légères, dont vous ressortirez comme vous êtes entrée : avec la plus grande discrétion. Et diablement rafraîchie...

*Par Linh Pham  
Photo Gyslain Yahri*

Passé la trentaine, on a toutes un petit signe de vieillissement sur lequel on commence à tiquer. Une légère ride sur le front, des cernes qui donnent l'air fatigué, un teint terne... Rien de grave. Aujourd'hui, la médecine esthétique permet d'y remédier facilement, grâce à des gestes simples, qui ne se voient pas (ou à peine). Alors, pourquoi s'en priver ? Le résultat est toujours réussi, dès lors que l'on choisit bien le professionnel qui va l'exécuter et que l'on reste mesurée dans sa demande (des petites retouches espacées valent toujours mieux qu'une grosse). Le vieillissement est un phénomène naturel qu'il ne faut surtout pas freiner mais accompagner. C'est le secret du visage qui évolue de façon toujours harmonieuse avec le temps. Petit tour des interventions les plus demandées autour de 40 ans.

## Décrisper les rides du front

Des rides horizontales qui barrent le front ou deux rides verticales entre les yeux qui donnent un air soucieux. Voilà en général, ce que l'on demande de faire disparaître.

**La solution ?** Une injection de toxine botulique (plus connue sous le nom de « Botox », mais les vrais noms des produits

sont en réalité Vistabel, Azzalure ou Botox), qui va détendre les muscles sous la peau. Ce sont leurs contractions répétées qui sont responsables de l'apparition des rides d'expression. Le médecin pique à différents endroits sur le front. Ce n'est pas super agréable, mais très rapide. Si vous avez peur des piqûres, signalez-le au médecin, qui dispose d'une arme secrète : le Calinox, un petit shoot de protoxyde d'azote qui détend illico. Des rougeurs, des petits bleus sont possibles après l'injection. Le résultat apparaît sous huit jours et persiste quatre à six mois.

**Combien ça coûte ?** Entre 350 € et 450 €, selon les spécialistes.

## Estomper les sillons nasogéniens

Ce sont les plis qui apparaissent de chaque côté du nez. Les femmes les détestent car ils donnent un air triste au visage.

**La solution ?** Une injection d'acide hyaluronique dense, en insistant sur la partie haute du sillon pour ne pas alourdir davantage cette zone qui a tendance à l'affaissement. Ce n'est pas très douloureux, le produit contient un anesthésiant. Comme toujours avec les injections,



MISE EN BEAUTÉ LANGÔME  
PAR MARIE DUHART AVEC  
LE SÉRUM ADVANCED  
GÉNIFIQUE, LA BASE PREP  
& HYDRATE, TEINT MIRACLE  
BEIGE DORÉ, TEINT IDOLE  
ULTRA WEAR, CAMOUFLAGE  
BEIGE NATURE, LA POUDRE  
LONG TIME NO SHINE  
TRANSLUCENT, BLUSH  
SUBTIL BRUN ROCHE,  
POUR LES YEUX, LE CRAYON  
K-JOL' OI NOIR, PALETTE  
HYPNÔSE TRAIÇHEUR  
ROSEÉ, LE MASCARA  
HYPNÔSE NOIR, POUR  
LES LÈVRES, L'ABSOLU  
MADEMOISELLE SHINE  
TEINTE 230, COIFFURE  
SANDRINE GARCIA DE  
L'AGENCE AURÉLIEN.

KENNIDY PORTE UN BODY  
LA PETITE FRANÇAISE.

MERCI À L'HÔTEL  
LES DEUX GIRAFES  
(23, PASSAGE BESLAY,  
PARIS 11,  
LESDEUXGIRAFES.COM)  
QUI NOUS A  
CHALEUREUSEMENT  
ACCUEILLIS.

**in je ne sais quoi**



des rougeurs, un gonflement, des bleus sont possibles (programmez votre rendez-vous une semaine au moins avant toute occasion importante). Le résultat est immédiat et dure environ un an.

**Combien ça coûte ?** À partir de 350 €.

## Estomper les cernes

Il convient déjà de bien identifier la nature des cernes. Ils sont creux ? Certains visages s'émacient avec le temps, notamment dans la région orbitaire. Ils sont très pigmentés ? Dans ce cas, ils signalent un excès de mélanine (un problème fréquent chez les personnes à peau mate à foncée).

**La solution ?** Les médecins traitent les cernes creux avec des injections d'un acide hyaluronique spécifique (type Teosyal Redensity II), à la fois fluide et qui fixe peu l'eau, pour ne pas provoquer un gonflement inopportun des paupières. Le geste est réalisé en profondeur, au contact de l'os. Mais il est important de le confier à des mains expérimentées car les complications existent. Autrement, ce n'est pas particulièrement douloureux. Le traitement peut entraîner des bleus pendant quelques jours. Le résultat est immédiat et dure environ un an. « Pour les cernes pigmentaires, réputés difficiles à traiter, il existe aujourd'hui un traitement : le Xela Rederm, des injections d'un mélange d'acide hyaluronique non réticulé et d'acide succinique, éclaircissant. Nous n'avons pas encore beaucoup de recul, mais les premiers résultats sont intéressants », rapporte le Dr Marie-Thérèse Bousquet, médecin esthétique. Le produit est injecté en petites papules le long de la paupière, lesquelles s'estompent ensuite rapidement. Parfois, on note un petit gonflement et des bleus. Le protocole comprend trois séances espacées de deux semaines. Les cernes ne disparaissent jamais entièrement mais

sont bien atténués après la troisième. Le résultat dure six à sept mois.

**Combien ça coûte ?** Environ 500 € l'injection des cernes creux et 200 € la séance de Xela Rederm.

## Gommer les taches

Des expositions répétées au soleil en sont souvent la cause. Mais les hyperpigmentations peuvent aussi apparaître à la suite d'une irritation, une blessure, des boutons... en particulier pour les peaux mates et foncées (les plus difficiles à traiter).

**La solution ?** Si les taches sont peu nombreuses et bien délimitées, le mieux est de les traiter au laser (pigmentaire ou CO<sub>2</sub> fractionné). Le traitement ne prend que quelques minutes. Immédiatement après, les taches foncent, puis une fine croûte se forme et tombe après cinq jours. En revanche, si les hyperpigmentations sont présentes partout sur le visage, un peeling superficiel ou un traitement à la lampe flash est plus pratique. Dans tous les cas, plusieurs séances peuvent être nécessaires. Les suites : des rougeurs entre un à quatre jours. Les peaux mates et foncées doivent être confiées à des mains très expérimentées car tout traitement mal conduit peut entraîner un « rebond pigmentaire » (les taches foncent encore plus). Préférer les peelings doux au laser.

**Combien ça coûte ?** Entre 150 € et 300 € la séance de peeling ; 150 € la séance de laser pigmentaire ou fractionné.

## Booster l'éclat

Le teint terne fait partie des toutes premières manifestations du vieillissement. Le moindre petit écart dans l'hygiène de vie et la peau le paie illico !

**La solution ?** Un traitement esthétique qui va stimuler le renouvellement cellulaire pour raviver l'éclat. La première chose à faire est d'inclure dans sa routine cosmétique des soins exfoliants : nettoyage

le matin avec un produit à base d'AHA (Soothing Cleanser de SkinCeuticals) et crème de nuit du même type (Sleep & Peel de Filorga). Ensuite, une fois par mois, on programme une microdermabrasion (nettoyage de peau un peu profond avec une machine type Hydrafacial ou Perfect Skin) chez le dermatologue. Si le résultat est trop léger, on passe à l'étape supérieure avec des peelings superficiels à base d'AHA ou de BHA (Lumilight Peel d'Eneomey, Brightpeel de Filorga). Prévoir trois séances, deux fois par an. Si le médecin juge que la peau manque de fermeté, il peut coupler la séance à un Mésolift, des injections de vitamines, oligo-éléments, minéraux..., à l'effet stimulant sur les fibroblastes (les usines à collagène et élastine de la peau).

**Combien ça coûte ?** Autour de 150 € la séance de microdermabrasion ou de peeling léger ou de Mésolift.

## Redonner un aspect pulpeux à la peau

Avec le temps, la peau perd son aspect hydraté, charnu. Particulièrement si elle est fine.

**La solution ?** Des séances de biorevitalisation (Skinboosters), réalisées avec un acide hyaluronique faiblement réticulé, qui va réhydrater la peau en profondeur et restaurer immédiatement un teint frais et lumineux. En prime, ces séances stimulent les capacités de régénération de la peau, qui se tonifie au fil des séances. Comptez deux à trois séances espacées d'un mois puis une séance d'entretien tous les six mois.

**Combien ça coûte ?** 250 € la séance.

## Supprimer le double menton

Avec l'âge et les kilos en trop, les visages larges ont tendance à s'empâter. L'ovale s'alourdit, la ligne de profil est cassée. Ça ne passe plus sur les selfies.



**La solution?** Une cryolipolyse, un traitement par le froid qui détruit les cellules graisseuses. Mais impérativement réalisée par un médecin (et non une esthéticienne), avec un appareil portant le marquage CE médical, car le risque de complications (brûlures, nécrose...) existe. Un petit applicateur incurvé adapté à cette partie du visage permet de saisir le bourrelet sous le menton, qui est refroidi à une température de -11 °C pendant 45 minutes. Ensuite la zone est massée pour être réchauffée (ce n'est pas le moment le plus agréable). Les suites: des rougeurs pendant une vingtaine de minutes, un gonflement léger pendant 48 à 72 heures, parfois quelques bleus et une sensibilité pendant quelques jours. « En résumé, rien qui empêche de poursuivre le travail », rassure le Dr Maryse Matéo-Delamarre, médecin esthétique. La zone bien cachée sous un foulard, on n'y voit que du feu ! Les résultats apparaissent dans les trois mois suivant le traitement. Une seconde séance six semaines plus tard peut être nécessaire en fonction de la quantité de graisse à retirer.

**Combien ça coûte?** Autour de 700 à 1200 €.

## Atténuer les rides verticales sur la lèvre supérieure

Ce problème est fréquent chez les fumeuses et les femmes qui ont la peau fine.

**La solution?** Une injection d'acide hyaluronique très fluide à l'intérieur de chaque ride, si elles sont peu nombreuses. Sinon, le médecin nappe toute la lèvre supérieure, puis les remplit une à une. Vous pouvez en profiter pour faire repulper légèrement votre bouche si elle s'est amincie. « Mais là, on ne va pas mentir, ça peut être très gonflé pendant deux jours et tatoué de jolis petits bleus en prime. Mieux vaut prévoir l'injection la veille d'un week-end », indique le Dr Bernard Peyronnet, dermatologue. Le résultat dure environ un an.

**Combien ça coûte?** À partir de 350 €.

## Raffermer la peau

C'est une grosse demande, pas seulement pour le visage mais aussi pour la zone du cou, du décolleté, l'intérieur des bras...

**La solution?** Il y a plusieurs options possibles. Parmi les plus utilisées: la radiofréquence, une méthode qui peut être utilisée sur toutes les peaux. Une chaleur autour de 40 °C (quasi indolore) pénètre en profondeur les tissus et stimule la synthèse d'un néo-collagène pour une peau plus ferme. Les suites sont légères: des rougeurs qui s'estompent en quelques heures. Comptez six à huit séances, espacées d'un mois. Puis une séance d'entretien deux à trois fois par an. Autrement, un tout nouveau protocole de réjuvenation par la lumière, appelé Kleresca, vient de faire son apparition sur le marché, avec des premiers résultats très encourageants aux dires des médecins. Un gel spécifique est appliqué sur l'ensemble du visage, du cou et du décolleté, puis le

médecin oriente une lumière LED bleue sur la zone à traiter. Cette dernière est alors convertie par le gel en une énergie fluorescente qui couvre toutes les longueurs d'ondes de la lumière visible (le bleu, le jaune, le rouge qui pénètrent à des profondeurs différentes) et qui va stimuler l'activité cellulaire (en particulier celle des fibroblastes qui produisent le collagène), pour une peau plus tonique. Ça chauffe, parfois fort. Mais après neuf minutes, le visage est rincé et la séance est terminée. La peau peut être rouge pendant deux jours. Comptez quatre à six séances espacées d'une semaine, puis une séance d'entretien tous les trois à quatre mois. « Les résultats sont visibles à la fin du protocole complet: la texture de la peau est améliorée, les pores sont resserrés, les ridules estompées. Les patientes sont ravies ! », rapporte le Dr Sandrine Sebban, médecin esthétique.

**Combien ça coûte?** Autour de 150 € la séance de radiofréquence et de Kleresca. ■

## Comment bien choisir son médecin esthétique?

- **Faites jouer la bouche-à-oreille.** Une amie satisfaite est toujours un bon point de départ.
- **Renseignez-vous sur le médecin en question**, via Internet. Souvent, les spécialistes ont un site, sur lequel ils détaillent les techniques pratiquées, avec des avant/après (précieux pour s'assurer que son esthétique est conforme à la vôtre), parfois même les prix des prestations. Il est médecin généraliste ?
- Eh oui, comme beaucoup ! La médecine esthétique n'étant pas encore une spécialité officiellement reconnue, tout médecin a le droit de la pratiquer. L'important est d'en choisir un qui a suivi une bonne formation.
- **Médecin esthétique, dermatologue, chirurgien plasticien :** quel est le plus compétent ? Pour des actes de médecine esthétique, a priori légers, un médecin esthétique ou un dermatologue (spécialisé en esthétique) sont les premiers spécialistes auxquels s'adresser. Toutefois, les chirurgiens peuvent aussi réaliser des injections, mais ils maîtrisent généralement moins bien les autres « petits » traitements.
- **Pour en savoir plus :** consultez Le Journal de Mon Corps, lejournaldemoncorps.fr, un site grand public qui fait le point sur toutes les techniques en vogue, conçu par la journaliste spécialisée qui a signé cet article.