ELLE
149 RUE ANATOLE FRANCE
92534 LEVALLOIS PERRET CEDEX - 01 41 34 60 00

03 FEV 12
Hebdomadaire Paris
OJD : 370659

Surface approx. (cm²) : 5025
N° de page : 89-97

ELLE

SPÉCIAL RAJEUNIR

moi en mieux

les techniques **douces** qui ne font pas peur
le **make-up** anti-fatigue
la tendance slow esthétique **sans bistouri**
les meilleurs **sérums** du moment
✚ tout ce qu'il faut savoir **avant de se lancer...**

30 pages pour rajeunir sans se transformer.

PHOTOS JOHN AKEHURST. RÉALISATION JULIE CHANUT-BOMBARD.

DOSSIER RÉALISÉ PAR MONIQUE LE DOLÉDEC ET ELISABETH MARTORELL,
AVEC ISABELLE SANSONETTI, CLAIRE DHOUAILLY, JEANNE DEROO, SOPHIE GACHET, DANIÈLE GERKENS ET LINH PHAM.
MAQUILLAGE JURGEN BRAUN. COIFFURE OLIVIER LEBRUN. MANUCURE ELSA DESLANDES.

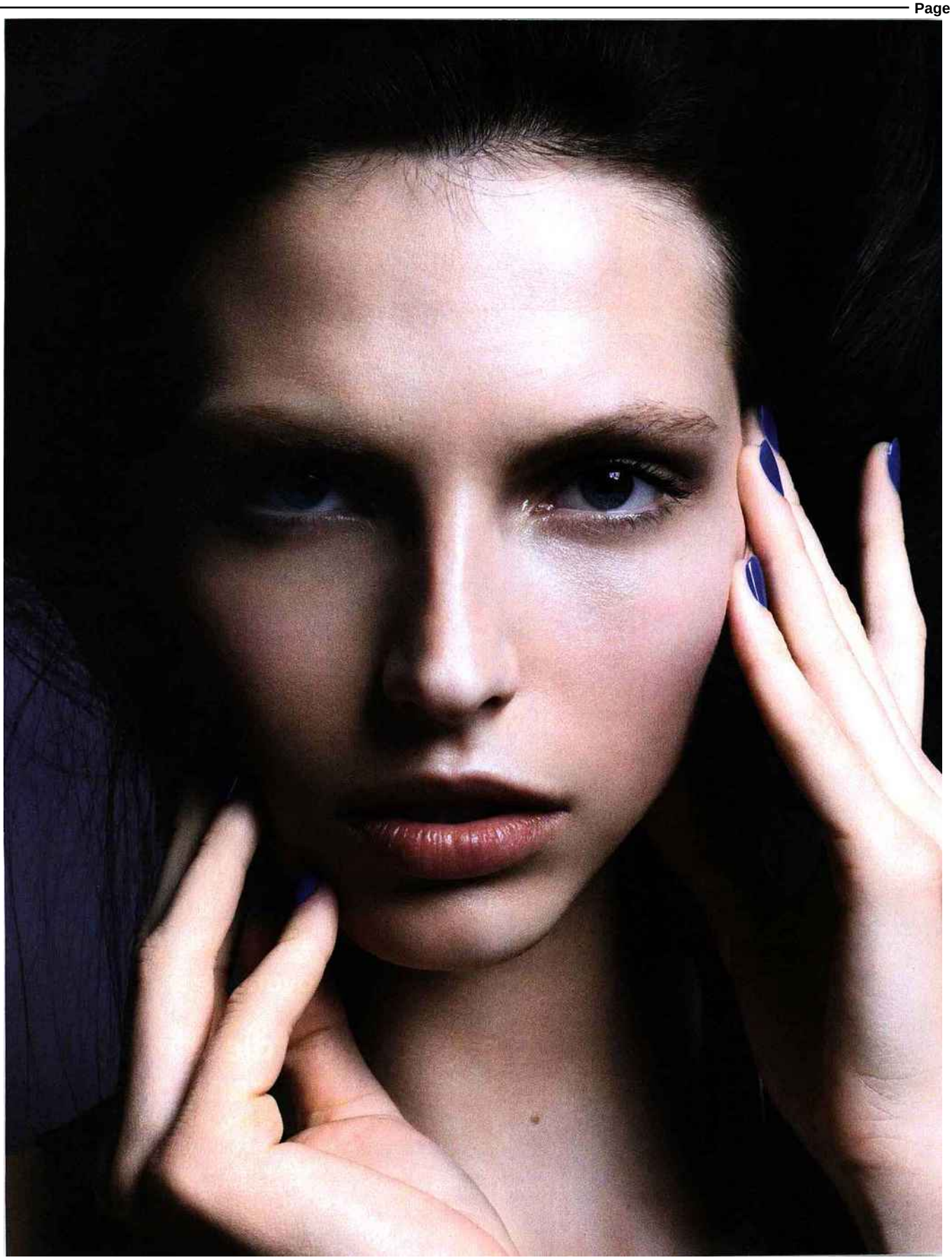
Eric Degrange

Eléments de recherche : FRANÇOIS NIFOROS : chirurgien plasticien, toutes citations

ELLE
149 RUE ANATOLE FRANCE
92534 LEVALLOIS PERRET CEDEX - 01 41 34 60 00

03 FEV 12
Hebdomadaire Paris
OJD : 370659

Surface approx. (cm²) : 5025
N° de page : 89-97



ELLE
149 RUE ANATOLE FRANCE
92534 LEVALLOIS PERRET CEDEX - 01 41 34 60 00

03 FEV 12
Hebdomadaire Paris
OJD : 370659

Surface approx. (cm²) : 5025
N° de page : 89-97

INJECTIONS D'ACIDE HYALURONIQUE
CE QU'IL FAUT SAVOIR

Le scandale des prothèses mammaires PIP jette le doute sur les produits implantables en esthétique. Voici tout ce qu'il faut savoir pour se faire injecter en limitant les risques.

Depuis quelques semaines, tous les matériaux esthétiques implantables (produits de comblement pour les rides, fils d'or, fils crantés...), qui sont classés dans les dispositifs médicaux au même titre que les prothèses mammaires, sont sur la sellette (la toxine botulique, elle, n'est pas concernée, car elle a le statut de médicament). Le sujet de discussion ? Leur évaluation et leur mise sur le marché ne seraient pas soumises à des conditions suffisamment drastiques. Et quid de la surveillance des « produits » une fois qu'ils ont été injectés ? Des dizaines de nouveautés sont lancées chaque année et les industriels comme les médecins manquent de recul sur les effets secondaires survenant parfois des années après l'implantation. L'Afssaps* en convient et souhaiterait y remédier rapidement, via un guideline européen qui imposera aux fabricants de répondre aux mêmes obligations avant la mise sur le marché de leurs produits. Il est tout de même rassurant de savoir que, si tout n'est pas parfait dans l'univers du produit de comblement, entre 0,1 % et 1 % seulement des 600 000 doses injectées chaque année entraînent des effets indésirables graves. Comme on n'est jamais trop prudent, voici tout ce à quoi vous devez absolument veiller avant et après toute injection.

SUR LES 600 000 DOSES INJECTÉES PAR AN, ENTRE 0,1 ET 1 % ENTRAÎNERAIENT DES EFFETS INDÉSIRABLES GRAVES.

avant l'injection

▶ **Orientez-vous vers un médecin habitué aux injections :** dermatologue, chirurgien plastique, médecin esthétique ou tout autre praticien pouvant justifier d'une formation en médecine esthétique.

▶ **N'acceptez que des produits résorbables.** Ce sont les plus sûrs car leur présence dans l'organisme n'excède pas trois à six mois. Ils sont, pour la majorité, dérivés d'acide hyaluronique. Il existe également des produits « lentement résorbables », persistant de six mois à deux ans. Leur innocuité totale n'est pas garantie. Il convient de distinguer les acides hyaluroniques (a priori fiables) des produits à base d'hydroxylapatite de calcium (Radiesse) et d'acide Poly-L-Lactique (New Fill, Sculptra), sur lesquels on a encore peu de recul. Quant aux produits « non résorbables », qui restent ad vitam dans le corps, ils sont fabriqués à partir de polymères acryliques ou méthacryliques ou de gel de polyacrylamide (associé ou non à de l'acide hyaluronique ou à du collagène). L'Afssaps déconseille fortement leur utilisation du fait du risque non maîtrisé d'effets indésirables graves, pouvant survenir longtemps après leur injection.

▶ **Signalez au médecin impérativement vos traitements esthétiques antérieurs.** Si vous avez reçu une injection quelques mois ou, même, quelques années auparavant mais ne savez plus quel produit a été utilisé, votre médecin se mettra en contact avec votre ancien praticien. Ne lui cachez rien, il en va de votre santé. La superposition de produits différents dans la même zone peut entraîner une réaction inflammatoire grave, de type granulome (boule indurée) difficile à traiter. En revanche, tous les acides hyaluroniques du marché sont compatibles entre eux.

▶ **Sélectionnez les grandes marques.** Restylane, Emervel, Juvéderm, Glytone... les produits issus de grands laboratoires pharmaceutiques ont l'avantage de présenter des études cliniques sérieuses, publiées dans des revues scientifiques de référence comme le « JEADV » (« Journal of the European Academy of Dermatology and Venereology »). N'hésitez pas à questionner votre médecin sur l'origine du produit, et si celui-ci a fait l'objet d'une évaluation suffisante.

après l'injection

▶ **Conservez votre carnet esthétique à vie.** Idem pour tout autre document précisant les actes esthétiques pratiqués, le nom des produits utilisés, l'étiquette portant le numéro de lot, les zones du visage traitées.

▶ **Signalez à votre médecin tout effet indésirable** dont il informera l'Afssaps ou faites-le vous-même (afssaps.fr).

▶ **Si vous perdez votre carnet de santé, contactez votre médecin.** Il est tenu de conserver entre dix et quinze ans les dossiers médicaux de ses patients.

LINH PHAM

* Agence française de sécurité sanitaire des produits de santé
Merci à Nicolas Thévenet, de l'Afssaps, aux Dr Robert Vergereau, François Niforos

LE DEVIS EST OBLIGATOIRE

Pour tout acte esthétique supérieur à 300 €, le médecin doit vous remettre une feuille qui mentionne : son identité, sa spécialité, son numéro du Conseil départemental de l'Ordre des médecins, l'existence ou non d'une assurance en responsabilité civile professionnelle, la nature de l'acte, le produit utilisé, le type d'anesthésie, le lieu de la prestation, le prix, un numéro d'urgence où joindre le médecin. Un délai de réflexion minimum de quinze jours doit être respecté entre la remise du document et l'intervention éventuelle.

Photo John Akehurst Manucure Elsa Deslandes (Top Felipe Oliveira Baptista.)

ELLE
149 RUE ANATOLE FRANCE
92534 LEVALLOIS PERRET CEDEX - 01 41 34 60 00

03 FEV 12
Hebdomadaire Paris
OJD : 370659

Surface approx. (cm²) : 5025
N° de page : 89-97

Porter ce casque d'électro-stimulation vingt minutes par jour, comme une séance de gymnastique faciale, pour prévenir le relâchement de l'ovale. (Casque Philip Treacy pour Slendertone. Chemise Céline.)

John Akehurst

ELLE
149 RUE ANATOLE FRANCE
92534 LEVALLOIS PERRET CEDEX - 01 41 34 60 00

03 FEV 12
Hebdomadaire Paris
OJD : 370659

Surface approx. (cm²) : 5025
N° de page : 89-97

LED, LASER, MÉSO...

METTEZ-VOUS À LA SLOW ESTHÉTIQUE

Ralentir, prendre le temps de faire les bonnes choses, limiter les risques... le concept de la « slow life » touche aussi les techniques de rajeunissement. Une approche progressive pour un résultat naturel qui nous plaît.

Depuis quelques années, on a appris à dompter notre impatience. On n'est plus dans le « tout, tout de suite ». On combine les techniques, on étale les séances, pour un geste plus doux, des suites plus confortables. On a compris que, pour un résultat naturel, le caractère progressif était un plus. Alors, comme on va chez son esthéticienne chaque mois, on retourne régulièrement chez le médecin esthétique. C'est une nouvelle hygiène que l'on s'impose pour le bien de sa peau. « Ce que les femmes recherchent au travers de ces techniques douces, c'est un résultat qui ne les transforme pas. On le constate avec la percée des nouveaux produits de mésothérapie. Notre concept Skinboosters, qui réhydrate le derme en profondeur pour une meilleure qualité de peau, est celui qui, actuellement, connaît le plus fort taux de croissance, devant les "fillers" et la toxine botulique ! Il ne modifie pas les volumes du visage ni les lignes d'expression. Il est très rassurant », explique Benoît Chardon, directeur de la division esthétique du laboratoire Galderma. Et toutes les autres techniques qui se rapprochent de cette philosophie ont le vent en poupe : les peelings superficiels, les traitements par la lumière et la chaleur, le « liquid lift », qui ne se pratique qu'avec des injections... La slow beauty, c'est la hot tendance de l'année 2012. Inventaire des problématiques et des slow techniques à faire en cabinet médical.

la Led

▶ Un teint terne + un grain de peau irrégulier + des micro-ridules + un manque de tonicité

Quèsaco ? Cette lumière colorée, jaune ou rouge, de basse énergie (ReGen LED System Triwings), stimule les cellules cutanées (notamment les fibroblastes qui produisent le collagène) pour améliorer l'éclat du teint, la texture cutanée, la tonicité.

Ça fait mal ? Est-on marquée ? Non, c'est totalement indolore. Pour un plus grand confort, il existe aujourd'hui des masques (Young Again de Deka) qui épousent parfaitement le visage. Après la séance, la peau est intacte.

Et le résultat ? Le coup d'éclat est immédiat. Et on commence à voir la texture de la peau changer à partir de la troisième séance (sur une cure de dix à douze séances, à raison de

ELLE
149 RUE ANATOLE FRANCE
92534 LEVALLOIS PERRET CEDEX - 01 41 34 60 00

03 FEV 12
Hebdomadaire Paris
OJD : 370659

Surface approx. (cm²) : 5025
N° de page : 89-97

ELLE
149 RUE ANATOLE FRANCE
92534 LEVALLOIS PERRET CEDEX - 01 41 34 60 00

03 FEV 12
Hebdomadaire Paris
OJD : 370659

Surface approx. (cm²) : 5025
N° de page : 89-97

deux par semaine). A condition, toutefois, d'exposer son visage sous un appareil d'une puissance suffisante. La quantité d'énergie absorbée par la peau doit être de treize joules au centimètre carré, la lampe placée à moins d'un demi-centimètre, pendant dix à quinze minutes.
Ça coûte combien ? 80 € la séance.

la radiofréquence bi ou tripolaire

▶ Une peau flétrie

Quèsaco ? Ces appareils (EndyMed 3 Deep, I Skeen, Tri-Active + de Deka, Skin Surfing) fonctionnent sur le même principe que celui du laser de remodelage, sauf que, là, ce sont des ondes radiofréquence qui génèrent de la chaleur. Et l'action est plus superficielle.
Ça fait mal ? Est-on marquée ? A priori, c'est indolore. En sortant de la séance, le visage est un peu rosé.

ON ESTIME À 25 % PAR AN L'AUGMENTATION DU NOMBRE DE PERSONNES QUI FERONT APPEL À LA MÉSOTHÉRAPIE ET AUX SKIN BOOSTERS. (Source : Q-med)

Et le résultat ? Si vous tombez sur un médecin rodé à la technique, qui a fait une bonne analyse de votre peau, vous obtiendrez un bel effet tenseur qui estompera l'aspect flétri sur les joues, le cou, le décolleté, mais ça s'arrête là. Il n'y a pas d'action remodelante comme avec le laser non ablatif. Le protocole comprend six séances : les trois premières sont espacées d'un mois, les suivantes de quinze jours. Ensuite, une séance d'entretien tous les deux mois.
Ça coûte combien ? 250 € la séance.

la mésothérapie

▶ Une peau fine, sèche, qui manque d'éclat

Quèsaco ? Un acide hyaluronique, non ou faiblement réticulé, est injecté dans le derme pour réhydrater en profondeur la peau. Il faut distinguer deux types de produits : la mésothérapie classique, aussi appelée Mésolift ou Revitalisation (NCTF de Filorga), contient en prime un cocktail de vitamines, d'acides aminés, de minéraux, d'antioxydants, etc., à l'effet stimulant sur les fibroblastes. L'injection se fait très superficiellement, en nappage, ou en formant des petites papules sous la peau, qui vont y capter l'eau, puis s'estomper progressivement en deux jours. Le protocole est de six séances (les quatre premières espacées d'une à deux semaines, les deux autres d'un mois), puis d'une séance d'entretien tous les deux à six mois. Plus récente, la mésothérapie dite « profonde » (Skinboosters de Q-Med, Juvéderm Hydrate, Light Filling de Téoxane) s'injecte plus loin dans le derme, avec la promesse de résultats plus durables (après trois séances espacées d'un mois, une seule séance d'entretien tous les six mois).
Ça fait mal ? Est-on marquée ? Ce n'est pas très agréable. L'application d'une crème anesthésiante trente minutes avant la séance (quand les produits ne sont pas « lidocaïnés ») est toujours un plus. Les suites sont fonction du type de mésothérapie et de la technique d'injection. La technique d'injection par papules est fréquente avec le Mésolift. Mieux vaut programmer le rendez-vous la veille d'un week-end. Ou ne traiter que le cou et le décolleté, plus faciles à dissimuler sous une écharpe ou un foulard. Après une mésothérapie profonde, le visage n'est pas ou peu marqué (parfois de légères ecchymoses, mais que l'on est autorisée à maquiller et qui s'estompent en quarante-huit heures).
Et le résultat ? Dans les deux cas, on voit vraiment la différence. La peau est repulpée, défroissée, lumineuse.
Ça coûte combien ? Mésothérapie classique : 150 € la séance ; mésothérapie profonde : 250 € la séance.

le peeling

▶ Un teint qui manque d'éclat, peu uniforme

Solution 1 : le peeling superficiel à l'acide glycolique (Glycopeel de Filorga, Glytone…).
Quèsaco ? Une exfoliation douce réalisée à l'aide d'un produit chimique, après une préparation de la peau aux acides de fruits pendant quinze jours. Un traitement particulièrement adapté aux peaux fines.
Ça fait mal ? Est-on marquée ? Ça picote vaguement.. On ressort du cabinet nickel. La peau ne pèle pas.
Et le résultat ? La peau est plus claire, les pores sont resserrés, les irrégularités de pigmentation sont estompées. Mais ça reste un coup d'éclat léger. Il faut au minimum quatre séances (espacées de deux semaines) pour maintenir l'effet sur plusieurs mois. Ensuite, recommencez la cure une à trois fois par an.
Ça coûte combien ? De 80 à 110 € la séance.
Solution 2 : le peeling superficiel à l'acide trichloracétique 12 %, 15 % ou 20 %.
Quèsaco ? Un peeling chimique plus costaud, pour les peaux plus épaisses, réalisé après une préparation qui dure quinze jours.
Ça fait mal ? Est-on marquée ? Ça chauffe à l'application. On ventile la peau pour l'apaiser. On sort du cabinet plus ou moins rouge. Après trente-six heures,

TROIS TECHNIQUES MAISON QUI MARCHENT

Les effets ne sont pas aussi spectaculaires que chez le médecin, mais on les remarque.

✘ Un peeling superficiel pour un joli coup d'éclat : un nettoyant concentré à 8 % d'acide glycolique, qui déclenche une exfoliation douce, puis une application quotidienne du soin (acide glycolique + dépigmentants + vitamine C). Trois mois de cure. Nettoyant Pré-Peel, 38 € + Révélateur Eclat, 65 €, MédiCeutics (www.medispa.fr).

✘ De l'électrostimulation pour un effet lifting : vingt minutes quotidiennes de micro-impulsions qui stimulent les muscles faciaux et réduisent le relâchement cutané. Comptez douze semaines ! Bonus : le design de l'appareil signé du célèbre chapelier irlandais Philip Treacy. Slendertone Face by Philip Treacy, 399 € (www.slendertone.com).

✘ Un kit de photoréjuvénation pour ralentir le vieillissement : un appareil LED à appliquer localement huit minutes par jour + un gel potentialisant. Le teint s'unifie peu à peu et la peau est plus belle. Lumitherapist, Filorga, 199 €.

John Akehurst

Eléments de recherche : FRANÇOIS NIFOROS : chirurgien plasticien, toutes citations

ELLE
149 RUE ANATOLE FRANCE
92534 LEVALLOIS PERRET CEDEX - 01 41 34 60 00

03 FEV 12
Hebdomadaire Paris
OJD : 370659

Surface approx. (cm²) : 5025
N° de page : 89-97

la peau desquame finement pendant deux jours, mais on planque ça très bien avec une bonne crème hydratante et un fond de teint. Prévoir deux ou trois séances espacées de quinze à vingt jours.

Et le résultat ? Sublime ! On ne fait pas mieux question luminosité du teint.

Ça coûte combien ? 150 € la séance.

Solution 3 : la lumière intense pulsée (IPL Quantum SR de Lumenis, Ellipse MultiFlex, Beamax de SharpLight…).

Quèsaco ? C'est une lumière polychromatique qui permet, selon la longueur d'onde sélectionnée, de traiter les taches pigmentaires, les rougeurs…

Ça fait mal ? Est-on marquée ? On ressent comme un petit coup d'élastique à chaque tir, mais c'est supportable. Après la séance, la peau est rouge pendant quelques heures. A l'endroit des taches, elle desquame en produisant comme une farine noire. Puis, au cinquième jour, elle redevient lisse et on peut à nouveau se maquiller.

Et le résultat ? En trois ou quatre séances espacées d'un mois, le teint retrouve toute sa pureté. Mais, en cas de taches résistantes, il faut compléter par un laser spécifique.

Ça coûte combien ? De 150 à 250 € la séance.

le laser de remodelage

▶ Un manque de fermeté

Quèsaco ? Ces lasers (Affirm de Cynosure, Aramis de Quantel, Synchro Replay de Deka…) chauffent en profondeur pour stimuler la formation d'un nouveau collagène dans le derme, tonifier, redensifier la peau des quadras.

Ça fait mal ? Est-on marquée ? Ça ne fait pas mal du tout. L'appareil refroidit aussi la peau. Ensuite, selon le laser utilisé, on ressort pas, ou très légèrement, marquée (un coup de soleil qui s'estompe après vingt-quatre heures).

Et le résultat ? On obtient de beaux résultats sur le sillon nasogénien, le cou, le décolleté, l'ovale… Prévoir trois ou quatre séances espacées d'un mois. Puis quatre séances d'entretien par an. Le résultat est appréciable deux à trois mois après la première séance.

Ça coûte combien ? 150 € la séance.

les injections « full face »

▶ Un visage qui s'est creusé

Quèsaco ? Des injections de toxine botulique et d'acide hyaluronique dans la partie centrale du visage (nez, yeux, lèvres) pour effacer les rides et restaurer les volumes. Ce traitement global se déroule sur trois séances espacées de deux à trois semaines. La première (d'environ quinze minutes) est consacrée aux injections de toxine botulique pour mettre les muscles du front et des paupières au repos. Lors de la deuxième (une heure), on attaque les injections d'acide hyaluronique pour rétablir le volume des lèvres et de l'ovale du visage, combler le sillon nasogénien. A la troisième, on termine avec le remodelage des pommettes, des cernes, de la vallée des larmes. Il faut ensuite prévoir une séance d'entretien tous les six mois pour réinjecter la toxine botulique et une tous les ans pour l'acide hyaluronique.

EN 2011, EN FRANCE, 250 000 À 300 000 PERSONNES SE SONT FAIT INJECTER DES PRODUITS DE COMBLEMENT À BASE D'ACIDE HYALURONIQUE. (Source : Q-med)

Ça fait mal ? Est-on marquée ? L'injection de toxine botulique est un geste rapide (on n'a pas le temps de souffrir) qui ne laisse pas de marques (on peut sortir le soir même). En revanche, avant les injections de produit de comblement, l'application d'une crème Emla (si les produits ne sont pas lidocaïnés) est préférable. On sort du cabinet la peau « tendue » ; pendant quarante-huit heures, on a la sensation désagréable que le médecin a injecté trop de produit, ce qui est dû à l'œdème. De légères ecchymoses peuvent apparaître dans les zones délicates des lèvres et des cernes, elles s'estompent en quarante-huit heures.

Et le résultat ? Hallucinant. Vous pouvez revenir plusieurs années en arrière.

Ça coûte combien ? De 400 à 600 € la séance de toxine botulique, et de 650 à 2 000 € le comblement à l'acide hyaluronique selon les zones traitées et les quantités injectées.

le laser CO2/Erbium fractionné

▶ Des rides + un manque de fermeté + des taches

Quèsaco ? Des lasers (SmartXide Dot de Deka, Performa de Cynosure, Matisse de Quanta System…) qui abrasent partiellement la peau pour une cicatrisation plus rapide.

Ça fait mal ? Est-on marquée ? Une crème anesthésiante est appliquée sur le visage une heure avant la séance pour plus de confort. En sortant du cabinet, la peau est rouge, avec un aspect rugueux, pendant trois jours. Puis elle s'assombrit et peluche. Au cinquième jour, on peut se maquiller.

Et le résultat ? La texture de la peau est plus belle, le grain resserré, le visage joliment remis en tension. C'est extra sur l'aspect fripé des paupières inférieures et le plissé soleil de la lèvre supérieure. Mais il faut accepter de vous arrêter cinq jours après chaque rendez-vous (deux séances espacées d'un mois pour une peau moyennement abîmée, et trois à quatre pour une peau très esquintée par le soleil). Le résultat se lit deux à trois mois après la fin du traitement.

Ça coûte combien ? A partir de 200 € la séance.

LINH PHAM

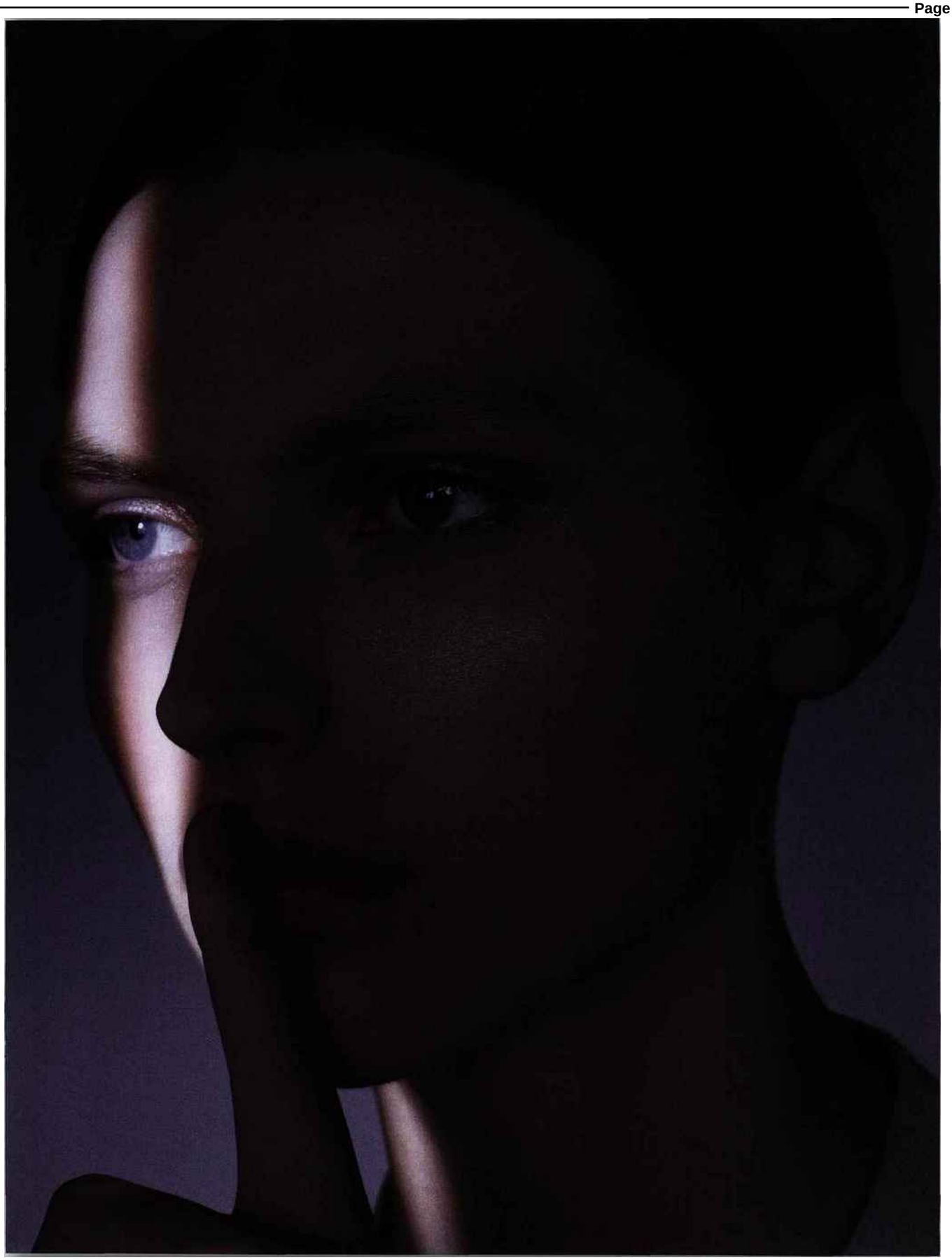
■ Merci au D Dominique Boineau, dermatologue, au D' Christian Deperdu, medecin morphologue et anti-âge, et au D Philippe Kestemont, chirurgien de la face et du cou

LES SOLUTIONS SOFT POUR LE CORPS

Certaines de ces techniques peuvent aussi être appliquées avec de bons résultats. ✗ Pour une peau fripée sur l'intérieur des cuisses, des genoux, des seins manquant de fermeté : LED + radiofréquence. ✗ Pour un relâchement léger à l'intérieur des bras, des cuisses : laser fractionné + laser de remodelage. ✗ Pour des vergetures : laser fractionné + LED. ✗ Pour une chute de cheveux : LED. ✗ Pour le dos des mains : injection d'acide hyaluronique + revitalisation + laser Q-Switched Yag sur les taches.

Photo John Akehurst (Veste Loewe)

ELLE
149 RUE ANATOLE FRANCE
92534 LEVALLOIS PERRET CEDEX - 01 41 34 60 00

03 FEV 12
Hebdomadaire Paris
OJD : 370659

Surface approx. (cm²) : 5025
N° de page : 89-97