

santé ZOOM

Plus discrète, efficace et moins invasive que la chirurgie, la médecine esthétique séduit de plus en plus de femmes... et d'hommes. Le point sur les dernières avancées.

Par B. Transon de Puyraimond

MÉDECINE RÉPARATRICE

*Les nouvelles solutions
sans bistouri*





14 millions

C'est le nombre d'actes de médecine esthétique réalisés en 2020 dans le monde. Injection de Botox®, d'acide hyaluronique et traitement de la cellulite, en particulier sur le ventre, sont les plus pratiqués.

Source: International Society of Aesthetic Plastic Surgery.

E

ffacer un petit air triste, éclairer un regard fatigué, affiner une silhouette... se soucier de son apparence n'a rien de futile. « Certaines blessures, comme une histoire difficile, le stress ou la fatigue peuvent laisser des stigmates au niveau du visage. On parle de vallée des larmes, de triangle d'amertume », approuve Anne Gotman, sociologue et directrice de recherche au CNRS, rattachée au centre de recherche sur les liens sociaux (CNRS/université de Paris Descartes). En les atténuant, la médecine esthétique offre des solutions et permet à certaines femmes de reconstruire l'estime d'elles-mêmes. Une aide discrète, voire secrète. « Au contraire des Américaines, la plupart des Françaises qui ont recours à des interventions ne le disent pas. Car c'est

de la triche! », s'amuse la sociologue. A la différence de la chirurgie, la médecine esthétique permet dans de nombreux cas d'éviter le scalpel. Le Botox®, les nouveaux acides hyaluroniques, le laser, la cryolipolyse... sont autant de techniques qui ont bénéficié d'études rigoureuses. De quoi permettre aux médecins et aux chirurgiens de répondre encore mieux aux attentes de leurs patientes. Changer quelque chose pour que rien ne change!

La toxine botulique

Communément appelée Botox®, elle possède de nombreuses indications thérapeutiques et a bénéficié de plus de 7 000 publications scientifiques et d'essais cliniques sur plus de 20 000 patients.

L'ovale de mon visage est moins bien dessiné

« Le vieillissement est un processus multifactoriel. L'os et la graisse profonde s'amouindrissent. En résulte une perte de soutien et de support des bajoues plus ou moins importante », explique le Dr Olivier Claude, chirurgien esthétique. Il est donc nécessaire de créer des points de tension afin de restaurer l'équilibre du visage.

LE DÉROULEMENT

■ Un peu comme pour l'acupuncture, le Dr Mauricio de Maio (Brésil) a cartographié le visage en douze zones, avec une série de codes (MD) qui correspondent aux différents points d'injection. Par exemple, pour la pommette, on n'en compte pas moins de cinq. Cela permet au médecin d'injecter de manière beaucoup plus précise et plus en profondeur.

■ « On commence toujours par le haut du visage. Cela permet de remonter le centre de gravité. L'injection d'acide hyaluronique se pratique sous le muscle, au niveau de l'os. Pour que les injections ne soient pas douloureuses, j'applique une crème anesthésiante entre 15 et 30 minutes avant l'intervention », précise le Dr Claude.

■ « Lors d'un deuxième rendez-vous, je travaille sur le bas du visage, avec une restauration de la ligne de la mâchoire et du

menton. » Les produits injectés sont généralement de l'acide hyaluronique dense réticulé (par exemple, Juvéderm Volux® ou Juvéderm Voluma® des laboratoires Allergan Aesthetics).

⊕ Les nouveaux gels d'acide hyaluronique permettent d'obtenir des résultats qui durent plusieurs années. Par ailleurs, seules des injections de « maintenance », de moins en moins importantes en quantité au fil du temps, sont nécessaires.

⊖ Cela ne suffira pas à un visage trop marqué. Si c'est le cas du vôtre, il vous faudra faire un lifting en complément, afin d'obtenir de meilleurs résultats.

PRIX: à partir de 1000 €.

Les prix sont donnés à titre indicatif.





santé ZOOM



L'acide hyaluronique

Ce constituant naturel du derme, qui permet à la peau d'être hydratée, diminue avec l'âge. L'acide hyaluronique, proposé notamment en esthétique, bénéficie de plus de 30 ans de recherches et d'études cliniques sur plus de 6000 patients.

J'ai l'air triste

Au fil des années, les muscles élévateurs (émotions positives) fonctionnent moins bien en raison de la perte de graisse et d'os qui survient au niveau de leur zone d'insertion.

LE DÉROULEMENT

■ « Des petits dépôts précis de gel d'acide hyaluronique sur ces zones permettent de réaliser une modulation musculaire positive », explique le Dr Claude. Et pour les muscles abaisseurs, situés à l'angle de la bouche (sourire inversé), on injecte plus en superficie pour diminuer leur action. Enfin, de la toxine botulique est administrée au niveau du front et de la patte d'oie pour « neutraliser » les contractions excessives des muscles réflexes.

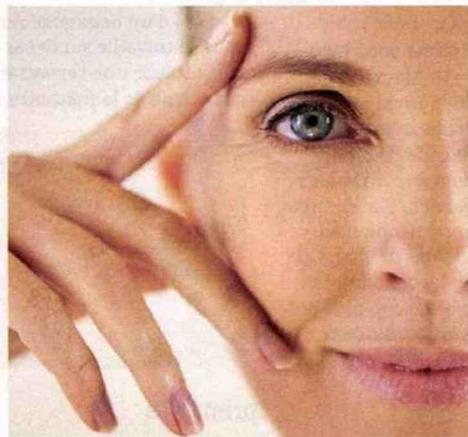
⊕ Le visage a l'air plus serein et plus reposé.

⊖ De petits hématomes peuvent parfois apparaître sur le point d'injection.

PRIX : à partir de 1000 €.

J'ai des cernes

Le cerne est dû à un manque de graisse au niveau de l'orbite. Il donne un air fatigué qui ne reflète pas forcément la réalité. « On peut être jeune et avoir des cernes, précise le Dr Catherine Navarro, médecin esthétique. Avec le temps, ils s'ac-



centuent. Il y a donc tout intérêt à intervenir le plus tôt possible. »

LE DÉROULEMENT

La prise en charge consiste à combler le creux avec des injections d'acide hyaluronique au plus près de l'os. Le nombre de séances dépend de la structure osseuse. « C'est le cadre orbitaire dans sa globalité qui doit être pris en compte », tient à préciser Catherine Navarro.

⊕ Cette technique donne un résultat naturel, qui dure dans le temps et est exempte d'effets secondaires.

⊖ Pour camoufler le cerne coloré (ethnique ou juste un peu rouge), la seule solution est d'utiliser un bon anticernes.

PRIX : à partir de 400 €, selon le besoin de correction.

J'ai une bosse sur le nez

Le nez est constitué d'os et de cartilages. De naissance, à la suite d'un accident ou d'une chute, la cloison nasale peut être déviée. Sans passer par la rhinoplastie, il est aujourd'hui possible de « lisser » une bosse nasale.

LE DÉROULEMENT

■ Le médecin peut « combler » le creux à l'aide d'injections d'acide hyaluronique. Puis, il remodèle le nez avec ses doigts afin de répartir le produit correctement.

⊕ L'intervention n'est ni invasive ni douloureuse. Le résultat est visible immédiatement.

⊖ Les lunettes doivent être portées loin sur le nez pendant quelques jours, le temps que le produit se stabilise.

PRIX : à partir de 600 €.

ISTOCK/GETTY IMAGES





MON COU EST FRIPÉ

Parce que trop souvent on oublie de l'hydrater ou de le protéger des UV, il se « ride ».

Le déroulement. « J'injecte un nouvel acide hyaluronique sur une dizaine de points qui suivent la ligne V du cou, puis d'autres points situés au centre. Le Prophilo® (lab. Ibsa Derma) est une copie parfaite de l'acide que fabrique le fibroblaste. Très pure (aucune substance chimique ajoutée) et stable, sa formule unique permet de stimuler la production du collagène, de l'élastine et de l'acide hyaluronique physiologique. Il faut prévoir deux séances à un mois d'intervalle », explique le docteur Maxence Caillens, médecin esthétique.

⊕ Il est également très efficace sur le visage, le décolleté et les mains.

⊖ Des rougeurs, voire des petites boules, peuvent apparaître, puis disparaître au bout de quelques heures.

PRIX: à partir de 400 €.

Ma peau est moins lisse

Le stress, la fatigue, la pollution ou encore un manque d'hydratation vont altérer la capacité de régénération de l'épiderme et entraîner ridules, teint terne, petites marques...

LE DÉROULEMENT

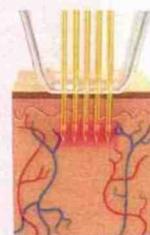
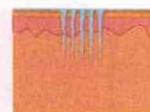
Potenza (Cynosure) est un dispositif de 4 modes de radiofréquences associées au microneedling (une vingtaine de minuscules aiguilles).

« L'appareil délivre une énergie en profondeur très ciblée, qui permet de faire pénétrer efficacement les produits régénérants, avec pour effet de relancer la synthèse du collagène et de l'élastine, sans brûler », explique le Dr Julien Vivier, médecin esthétique au centre laser Sorbonne. Cela permet de retendre les tissus, de lisser les rides et d'améliorer la qualité de la peau. Résultat: le teint est plus lumineux, la peau plus ferme, les traits mieux dessinés. « Attention toutefois, cela ne remplace pas le lifting », précise le spécialiste.

⊕ Il est possible de traiter tous les phototypes. La technique est également efficace sur les cicatrices d'acné.

⊖ Une sensation de picotements transitoire peut surgir sur la zone, qui reste rouge pendant environ 12 h.

PRIX: à partir de 400 € la séance.





santé ZOOM

J'ai du ventre

Un ventre ultra-plat est souvent l'apanage des très jeunes. Avec l'âge et après quelques grossesses, il n'est pas rare d'avoir des rondeurs et des difficultés à fermer son jean!

1. Bourrelets disgracieux: le Coolsculpting®

Cette technique médicale permet de traiter les amas graisseux localisés. « Elle consiste à exposer à un froid intense, entre -11 et -12°C (cryolipolyse), les adipocytes (cellules qui stockent les lipides) sous-cutanés », explique le Dr Maryse Mateo Delamarre, médecin esthétique. Lorsque les cellules atteignent la température de + 4°C, les acides gras à l'intérieur des adipocytes cristallisent et entraînent leur mort cellulaire. Ils sont éliminés peu à peu (pendant environ 90 jours) par l'organisme.

LE DÉROULEMENT

■ Des applicateurs, reliés à l'unité centrale paramétrée en fonction des résultats souhaités, sont disposés sur la zone à traiter. Des tissus enduits de gel sont positionnés entre la peau et les applicateurs, ce qui permet un contrôle thermique constant et assure une sécurité totale. « Plus de 100 études ont été publiées depuis sa mise sur le marché. Aucun cas de brûlure ou de nécrose n'a été rapporté », précise la spécialiste.

⊕ Lors d'une séance, il est possible d'éliminer jusqu'à 30% des adipocytes. Il faut attendre deux à trois mois pour pouvoir évaluer le résultat.

⊖ Le ventre est douloureux pendant deux à trois jours, et insensible pendant au moins une à deux semaines.

PRIX: à partir de 800 €.



2. Ventre «trop rond»: l'EMSCULPT NEO®

Cette nouvelle machine utilise des ondes électromagnétiques de haute intensité. Cette stimulation neuromusculaire peut provoquer jusqu'à 20000 contractions par séance de 30 minutes et ainsi « produire » du muscle. Ce gain musculaire s'accompagne d'un effet de lipolyse (phénomène de dégradation des corps gras). « Les résultats ont montré une réduction de la graisse profonde, en particulier la graisse viscérale, très significative », précise le Dr Jean-Michel Mazer, dermatologue. Comme l'EMSCULPT NEO® fait gagner du muscle, il permet notamment de se remettre au sport sans danger ou de s'entraîner plus efficacement. « Il peut également être proposé aux

personnes âgées pour retrouver de la force musculaire ou aux sportifs de haut niveau qui ont été blessés », souligne le dermatologue.

LE DÉROULEMENT

■ Le praticien place sur le ventre un ou deux applicateurs reliés à la machine. Le pourcentage de chaleur et de contractions est réglé en fonction de la sensibilité de la patiente. Chaque séance dure 30 minutes.

⊕ Ce n'est pas douloureux. Et au bout de 4 séances, le résultat est très significatif.

⊖ Les effets ne durent que si l'on pratique une activité physique en continu.

PRIX: à partir de 300 € la séance.

MES BRAS MANQUENT DE FERMÉTÉ

On les appelle aussi les bras de « chauve-souris ». Ce phénomène est lié à une distension de la peau et/ou à un triceps défaillant. L'EMSCULPT NEO® est en mesure de leur redonner du tonus. La stimulation du triceps va permettre de reconstruire du muscle et ainsi de raffermir les bras. « Nous manquons de recul pour évaluer cette technique. Mais, associée à des exercices musculaires, elle peut être une réponse lorsqu'on n'ose plus mettre de vêtement sans manches », indique le Dr Jean-Michel Mazer.

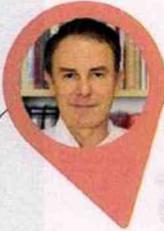




L'ESTHÉTIQUE À BAS PRIX



Les cryobars, les bars esthétiques et les pubs sur les réseaux sociaux font des promesses alléchantes, mises en scène par des jeunes femmes au physique attirant. « On constate une dérive des actes esthétiques et laser », s'indigne le Dr Yvon Perrillat, dermatologue. Ils nécessitent pourtant un niveau de compétences élevé, car les effets secondaires peuvent être très importants. En effet, les risques de nécroses et d'infections sont bien réels. Avec, parfois, des dommages irréversibles. « N'oublions pas que dans "médecine esthétique", il y a le mot "médecine", gage de sérieux et de savoir-faire », conclut la sociologue Anne Gotman.



L'avis de notre expert

**Pr Jean-Paul Meningaud,
 chef de service de chirurgie esthétique***

« **Beau n'est pas synonyme de parfait** »

“ L'apparence peut sembler être une préoccupation futile, frivole. En tant que spécialiste de la chirurgie de la face, j'ai pu constater à quel point beaucoup de mes patientes et patients peuvent en souffrir, qu'il s'agisse d'un visage mutilé à la suite d'un accident ou tout simplement de l'empreinte du temps. Par ailleurs, on a pu démontrer que la chirurgie esthétique pouvait réduire l'anxiété, améliorer la confiance ou l'estime de soi. Ces paramètres psychologiques ont une influence sur la sécré-

tion des hormones du stress, dont on sait qu'elles favorisent les processus biologiques impliqués dans le vieillissement. Attention, les critères académiques ne suffisent pas à définir le beau. Des études de psychologie expérimentale ont établi de façon significative que l'œil humain préférerait les visages légèrement asymétriques. De plus, un visage souriant et amoureux équivaldra toujours à bien des liftings! »

*A l'hôpital Henri-Mondor, à Créteil. Il est également auteur du Programme anti-âge, éditions Bookellis.

ISTOCKGETTY IMAGES

