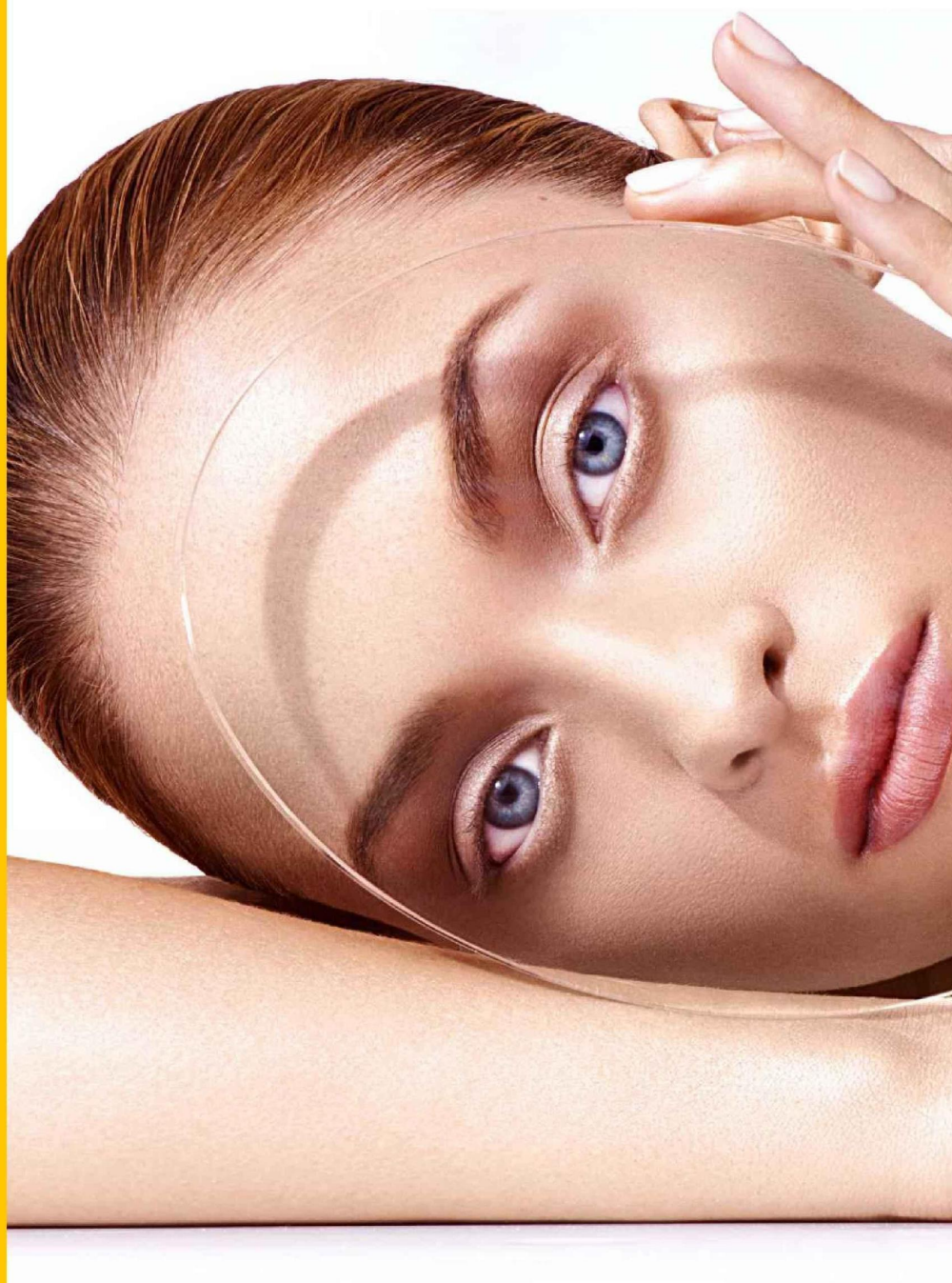




DOSSIER

MÉDECINE



ESTHÉTIQUE

je me lance !

Plus abordable, moins taboue, la médecine esthétique (qui n'a rien à voir avec la chirurgie !) séduit de plus en plus de femmes. Pour pousser la porte d'un cabinet en toute sérénité (et sécurité), voici ce qu'il faut savoir sur les différentes techniques, vos droits et les médecins autorisés à pratiquer.

PAR V. MARCHAND, A. DAVID, H. GINHUT, B. LORANT

1 JE VEUX LISSER MON FRONT

LA TECHNIQUE: LES INJECTIONS DE BOTOX

L'injection de toxine botulique permet de relaxer les muscles du front, afin de lisser les rides causées par les expressions.

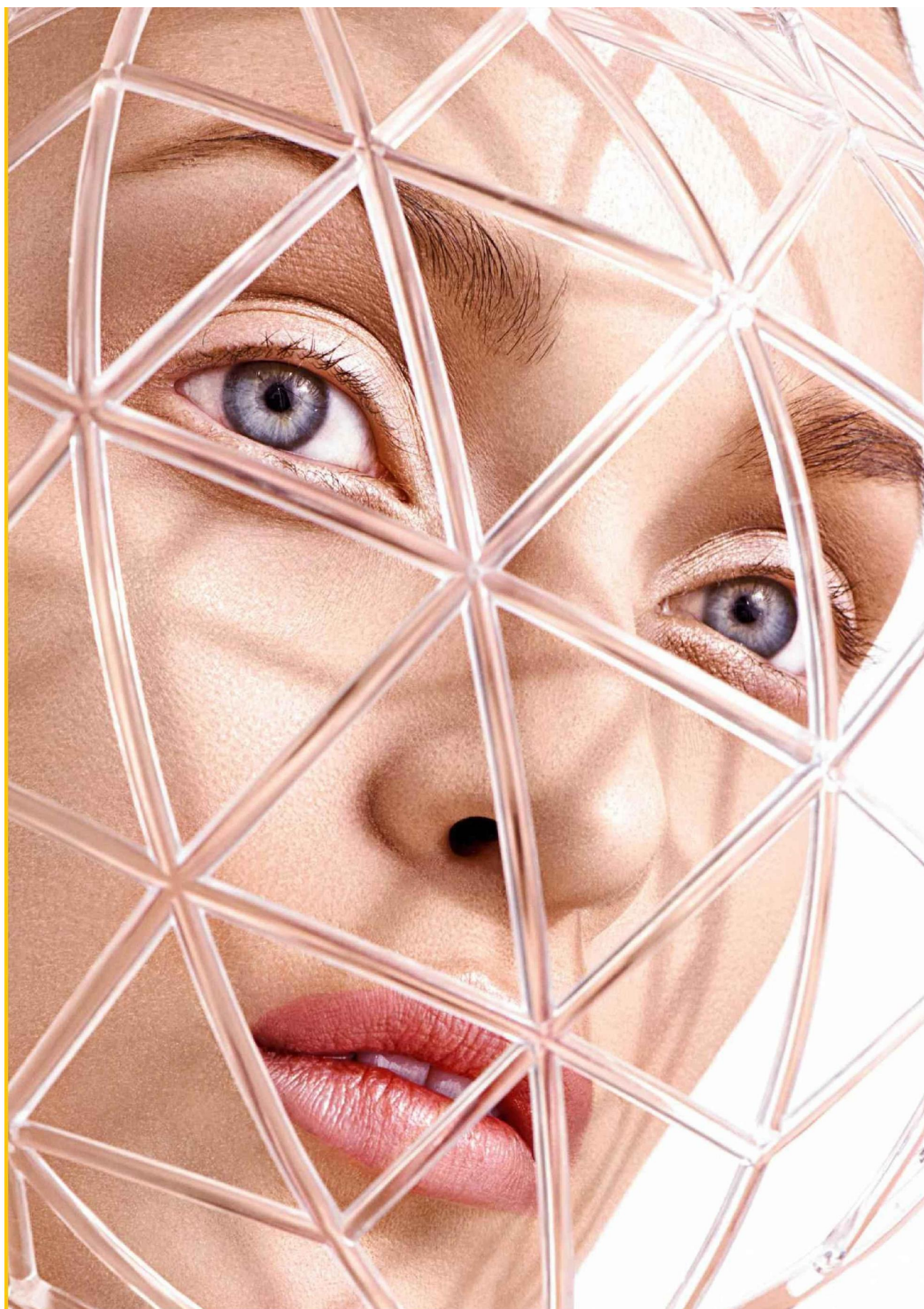
La séance. Elle dure environ 15 minutes. Le médecin injecte la toxine en toute petite quantité à l'aide d'aiguilles fines sur plusieurs points du front. Après le traitement, évitez le sport, le hammam ou le sauna, ainsi que tout ce qui serre le front pendant 2 ou 3 jours, le temps que le produit se place.

Les risques. Si le praticien n'est pas un professionnel, la paupière supérieure peut se relâcher, trois ou quatre jours après l'injection. Mais pas de panique, les médecins disposent de produits qui neutralisent cet effet et redynamisent le muscle de la paupière.

Dans le miroir. Le Botox met entre 3 et 7 jours pour faire effet, le résultat définitif est visible au bout de 15 jours et dure entre 4 et 6 mois. Le front est lissé, un peu plus bombé, il réfléchit mieux la lumière et la queue du sourcil se redresse, ouvrant automatiquement le regard.

Tarifs : entre 300 et 450€.

visage figé, pommettes démesurées, bouche disgracieuse... Vous pouvez effacer ces images de votre esprit. La médecine esthétique d'aujourd'hui s'attache à sublimer et non plus à transformer. Pour cela, elle s'appuie sur des traitements non invasifs de plus en plus précis et une prise en charge très personnalisée. Les résultats sont ainsi beaucoup plus naturels et harmonieux. Terminé l'air triste, fatigué, l'ovale du visage relâché ou encore les taches sur le décolleté. Mais pour éviter les mauvaises surprises, voire de réelles complications, attention aux faux médecins qui proposent des traitements à prix dérisoires ! D'autant plus que les tarifs se sont démocratisés. Une raison de plus de considérer la question.



2

JE VEUX DÉFROISSER MES PATTES-D'OIE

LA TECHNIQUE: LES INJECTIONS DE BOTOX

Comme pour le front, elles permettent de minimiser les tensions musculaires qui créent ces petites cassures dermiques positionnées en éventail. Bien dosées, elles offrent un résultat naturel, sans impact sur la forme des yeux et des sourcils.

La séance. Elle dure en moyenne 15 minutes. Le Botox est injecté avec une aiguille très fine en 3 points par côté, répartis sur toute la hauteur des rides. Le traitement est quasi indolore.

Les risques. Il y en a peu. Vous pouvez éventuellement présenter des petits hématomes sur les points d'injections. Ils disparaissent au bout de 3 ou 4 jours.

Dans le miroir. L'effet de la toxine botulique est visible au bout de 5 jours environ avec un effet progressif sur deux semaines et dure entre 4 et 5 mois. La patte-d'oie est lissée, le regard gagne en éclat et en jeunesse.

Tarifs : entre 150 et 200 €.

La pré-consultation : étape essentielle

Avant tout traitement, le médecin doit se renseigner sur vos antécédents médicaux mais aussi sur votre mode de vie (si vous fumez, si vous vous exposez au soleil...) et sur le résultat que vous recherchez. L'entretien peut être réalisé 2 ou 3 jours avant le traitement, car en esthétique, il n'y a pas de temps de réflexion obligatoire.

3

JE VEUX COMBLER MES SILLONS NASOGÉNIENS

LA TECHNIQUE: LES INJECTIONS D'ACIDE HYALURONIQUE VOLUMATEUR

Aujourd'hui, les médecins esthétiques ne comblent plus simplement la ride, ils traitent aussi les pommettes et les joues pour un résultat plus harmonieux.

La séance. Elle dure environ 30 minutes. Les injections commencent au niveau de la pommette pour remonter le sillon. En effet, les produits volumateurs utilisés, comme le Juvederm Voluma chez Allergan, repositionnent les volumes et retendent donc la ride. Le médecin injecte ensuite directement dans la ride. Les produits contiennent un anesthésiant, la lidocaïne, ce qui rend les injections non douloureuses. Elles peuvent néanmoins être inconfortables. Si vous êtes sensible, vous pouvez prendre des granules d'arnica avant la séance.

Les risques. Ils sont quasi nuls si l'acte est réalisé par un médecin.

Dans le miroir. Le résultat est immédiat, et vraiment bluffant durant 4 à 6 semaines après la séance.

Les volumes du visage sont recréés de façon très naturelle. La peau est plus éclatante et hydratée.

Cet effet dure entre 12 et 18 mois.

Tarifs : à partir de 700 €.

4

JE VEUX LIFTER L'OVALE DE MON VISAGE

LA TECHNIQUE: LE LIFTING MÉDICAL

Il s'agit ici de retendre les traits du visage à l'aide d'injections d'acide hyaluronique. Les médecins en combinent deux types : le premier est dit « moyennement réticulé » pour le haut et la partie médiane du visage, le second est plus épais afin de structurer davantage le bas du visage, au niveau du menton.

La séance. Elle dure environ 40 minutes. Vous pouvez appliquer une crème à l'arnica avant la séance, mais sachez que les produits contiennent de la lidocaïne, un produit anesthésiant. Le traitement reste néanmoins assez douloureux. Des injections complémentaires peuvent être effectuées après 8 mois.

Les risques. Il y en a peu. Vous pouvez voir apparaître des hématomes qui se résorbent en 7 à 10 jours au niveau des points d'injections.

Dans le miroir. Le résultat est immédiat, et optimal au bout de quelques jours. Le visage retrouve du galbe, l'ovale se redessine. Les injections sont à renouveler tous les 12 à 18 mois pour conserver l'effet tenseur.

Tarifs : à partir de 1 000 €.

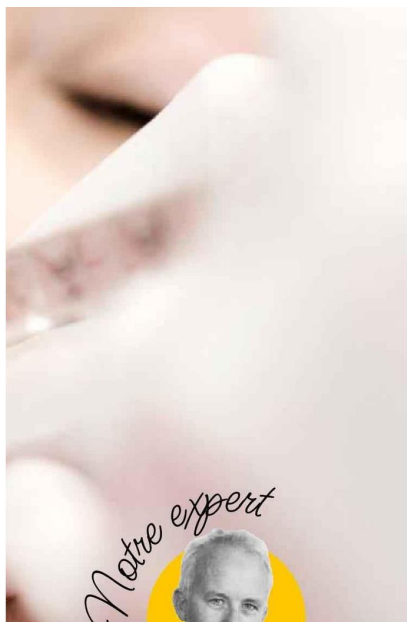
Remodeler son corps, c'est possible !

Il existe des appareils high-tech qui permettent de redéfinir aussi les contours de la silhouette. Le Coolsculpting Elite, par exemple, se sert de la cryolipolyse pour geler les cellules adipeuses quand le truBody, lui, couple la radiofréquence pour réduire les graisses et l'électrostimulation pour renforcer la masse musculaire. Les deux technologies offrent des solutions personnalisées.



Virginie de Tarlé
Rédactrice en chef adjointe
Mode Beauté

“ N'hésitez pas à démarrer les traitements avant que les signes de l'âge ne soient vraiment marqués. Ils auront ainsi un rôle correctif et préventif. ”



Notre expert

Dr Jean-Christophe Seznec
Psychiatre*

« PERMETTRE DE VIEILLIR SANS ÊTRE VIEUX »

A quoi aspirent les candidates à la médecine esthétique ?

Simplement à rester à l'aise dans leur corps le plus longtemps possible. L'idée, en France en tout cas, n'est pas à l'intervention visible, mais à l'accompagnement. La médecine esthétique se nourrit des connaissances acquises sur le vieillissement au cours du xx^e siècle. Elle s'inscrit dans une vision plus large du soin de soi, au même titre que les compléments alimentaires, l'alimentation équilibrée, l'activité physique. Il ne s'agit donc pas de transformer les gens en chimères, mais de leur permettre de vieillir sans être vieux.

Cette « démocratisation » rend chaque femme plus responsable de son image. N'est-ce pas culpabilisant pour celles qui décident ou ne peuvent pas se « retoucher » ?

Pas pour l'instant. Je pense même que le fait de se faire enlever les poches sous les yeux, par exemple, peut donner des envies à d'autres car elles constatent qu'il suffit parfois de peu de chose pour déclencher une nouvelle jeunesse. Autrefois, le choix était plus limité et plus radical.

* Auteur de « J'arrête de lutter avec mon corps », éd. Psychoguides Puf.



5 JE VEUX GOMMER MES TACHES

LA TECHNIQUE: LA LUMIÈRE PULSÉE OU LE LASER

Il s'agit de lumière de forte intensité qui se transforme en chaleur en atteignant les pigments foncés de la peau, puis entraîne leur destruction.

La séance. Elle dure environ 15 minutes. Grâce à cette technologie, le praticien cible chaque tache, pour fragmenter la mélanine (le pigment qui colore la peau) qui s'est accumulée. Vous pouvez ressentir une sensation d'échauffement. La tache va ensuite former une croûte pendant une semaine, puis la peau sera rosée encore une semaine. Ce traitement se fait en 3 séances, exclusivement en hiver, à 1 mois d'intervalle. Il est à renouveler tous les 2 à 3 ans.

Les risques. Le seul risque est l'hyperpigmentation des zones traitées si vous vous exposez au soleil ensuite.

Dans le miroir. La peau retrouve son uniformité après 3 à 4 semaines. Les taches disparaissent. Ce traitement est possible sur le visage, les mains et le décolleté.

Tarifs : entre 200 et 250 €.

6 JE VEUX GAGNER EN ÉCLAT

LA TECHNIQUE: LE PEELING SUPERFICIEL

Il permet de débarrasser la couche superficielle de la peau des cellules mortes.

La séance. Elle dure environ 30 minutes. Le praticien nettoie la peau, puis applique la solution et la laisse poser environ 5 minutes. Vous pouvez ressentir des petits picotements et une légère chaleur sur le visage. De plus en plus de médecins font suivre le peeling d'une séance de luminothérapie pour ses bénéfices anti-inflammatoires et apaisants.

Les risques. Ce soin n'est pas indiqué sur les peaux irritées. Il faut éviter l'exposition au soleil tout de suite après.

Dans le miroir. Le coup d'éclat est immédiat. En bonus, ce soin stimule la production de collagène au sein de la peau : elle est visiblement repulpée.

Tarifs : entre 150 et 180 €.

L'hydra facial, ça sert à quoi ?

Cette méthode de nettoyage venue des Etats-Unis permet d'améliorer l'aspect de la peau. L'appareil aspire les impuretés tout en propulsant des produits de soin choisis en fonction de vos besoins : rides, taches, imperfections. Le teint est immédiatement éclatant.

7 JE VEUX ESTOMPER MES CERNES

LA TECHNIQUE: LES INJECTIONS BIOREVITALISANTES

La séance. Elle dure 15 minutes environ. Le médecin injecte avec de toutes petites aiguilles, au niveau du cerne, de façon superficielle, un cocktail d'acide hyaluronique et de vitamines comme le NCTF de FillMed. Si le produit ne modifie pas le volume, il permet d'attirer l'eau au cœur de la peau, de lisser les ridules, de corriger le bleu du cerne ainsi que

l'hyperpigmentation, et de raffermir cette zone très fine. Il faut compter 3 séances espacées d'un mois pour une vraie correction, puis des retouches 1 fois par an.

Les risques. Aucun, les injections ne sont pas douloureuses et ne laissent aucune marque sur la peau.

Dans le miroir. Dès le premier jour, un nouvel éclat au niveau du regard, à la deuxième séance, on voit une nette amélioration de la qualité de la peau et sur la couleur du cerne.

Tarifs : à partir de 150 € la séance.

8 JE VEUX RAJEUNIR MON DÉCOLLETÉ

LA TECHNIQUE: LES INJECTIONS D'INDUCTEURS DE COLLAGÈNE

Ces produits contiennent des molécules qui stimulent la production de collagène au cœur de la peau afin de retendre le derme de façon très naturelle.

La séance. Elle dure 30 minutes.

Le produit, comme le Radiesse de Merz Aesthetics, s'injecte à la canule, une sorte d'aiguille très fine, souple, à bout rond et mousseux qui se déplace facilement sous l'épiderme. Il faut 2 sessions à 2 mois d'intervalle pour obtenir un beau résultat, puis 1 séance au bout de 18 mois pour l'entretenir.

Les risques. Ce traitement résorbable ne présente aucun risque de rejet ou d'allergie.

Dans le miroir. Il faut environ 4 semaines pour voir la qualité de la peau changer, le temps que le collagène soit stimulé. Ensuite, le décolleté est visiblement défrisé et lissé, la qualité de peau est améliorée.

Tarifs : à partir de 400 €.



Dr Nathalie Grandin
Médecin esthétique au
centre CLEMA à Angers.

COMBINER LES TECHNIQUES: ÇA CHANGE TOUT

Comment a évolué l'ap- proche des traitements en médecine esthétique ?

Notre discipline s'inscrit aujourd'hui dans une démarche de beauté plus globale, le travail ne porte plus sur une zone à corriger mais sur l'ensemble du visage, pour garantir une harmonie du résultat. Et la prise en charge du patient est devenue très individuelle en fonction de ses attentes, de son âge, de sa peau.

Concrètement, comment cela se passe ?

Le plan de traitement se fait sur environ 12 à 18 mois. Nous pouvons par exemple combiner l'acide hyaluronique, les inducteurs de collagène, le laser et la radiofréquence. Cela nous permet de baisser les volumes injectés et d'obtenir des résultats encore plus naturels. Certains centres, comme celui dans lequel j'exerce, combinent ces traitements

avec des séances de massage kobido ou de drainage pratiqué par une facialiste, environ 3 à 4 semaines après les injections.

Quelles différences pour les patients ?

Nous vivons plus longtemps mais le visage reflète rarement notre état d'esprit. Après les séances, les patients nous disent qu'ils ont plus confiance en eux, et de nombreuses femmes retrouvent le goût de se maquiller.

9 JE VEUX SUBLIMER MA BOUCHE

LA TECHNIQUE: LES INJECTIONS D'ACIDE HYALURONIQUE

Les médecins utilisent des produits spécifiques comme le Restylane Kysse de Galderma, très fluides, afin de conserver toute l'expression, la mobilité et la souplesse de la zone.

La séance. Elle dure 30 minutes environ. Si le médecin injecte à la canule, il fait un point d'entrée de chaque côté; si le traitement se fait à l'aiguille, il procède en plusieurs points. Il suit le tracé de la bouche et veille à respecter la symétrie. Le médecin masse ensuite doucement la zone pour terminer de positionner le produit.

Les risques. La bouche présente des œdèmes pendant environ 1 semaine. Cette partie du visage est une muqueuse, elle est donc très vascularisée et de nombreuses petites artères la parcourent. C'est pourquoi il faut s'en remettre à un médecin esthétique afin d'éviter les risques de nécroses.

Dans le miroir. Le résultat dure 6 à 12 mois. La bouche paraît plus charnue et est mieux hydratée, ce qui lui donne un léger effet glossy naturel.

Tarifs : à partir de 350 €.



Merci au Dr Brigitte Desporte, médecin esthétique à Paris.



La “french touch”

Elle désigne les résultats très naturels qu'obtiennent les praticiens français. Un peu comme en cuisine, la médecine esthétique de l'Hexagone est reconnue pour sa minutie. Loin des injections à outrance, nos médecins subliment les visages par petites touches sans que le traitement ne soit perceptible par les autres. Un savoir-faire qui est désormais plébiscité à l'étranger.

QUI A LE DROIT DE PRATIQUER LA MÉDECINE ESTHÉTIQUE ?

Lasers et injections peuvent être pratiqués par tous les médecins (même généralistes). Mais mieux vaut s'adresser à ceux qui justifient d'une formation spécifique. Les peelings « superficiels aux acides de fruits par exemple, peuvent être réalisés par une esthéticienne, si elle ne dépasse pas une concentration de 15% en acide glycolique, contre 70% pour un médecin », détaille le Dr Turmel*. En revanche, en ce qui concerne le lifting, « seuls les chirurgiens spécialisés en chirurgie plastique reconstructrice et esthétique ont le droit de le pratiquer », explique M^e Thomas Porchet**.

* Président du Syndicat national des médecins esthétiques. ** Avocat, membre d'Eurojuris.

VOS DROITS

« Avant une intervention, vous devez recevoir une information complète sur le traitement prévu et les risques qu'il comporte. Et une intervention chirurgicale ne peut avoir lieu avant l'expiration d'un délai de réflexion de 15 jours », souligne M^e Thomas Porchet*. En outre, au-delà de 300 €, un devis est obligatoire. Si ces règles simples ne sont pas respectées par votre praticien, c'est mauvais signe. Et ce n'est pas rare. En 2019, le gendarme de la consommation, le DGCCRF, avait relevé un taux d'anomalie de 78% chez les praticiens contrôlés. En particulier parce que les tarifs, qu'ils doivent obligatoirement afficher, n'étaient pas clairs.

* Avocat, membre d'Eurojuris.