

INJECTIONS ET CHIRURGIE ESTHÉTIQUE : PAR OÙ JE COMMENCE ?

Avant de se lancer, voici ce qu'il faut savoir.

Ride du lion ou sillons, manque d'éclat ou de fermeté, ovale flou... les signes de l'âge s'installent progressivement selon une chronologie remarquée par les experts, du haut vers le bas du visage. Pour autant, nous ne réagissons pas toutes de la même façon à leur apparition. « La jeune femme qui découvre sa première ride voudra qu'elle disparaisse. La femme plus mature sait qu'une ride n'est pas si dramatique et traquera plutôt le relâchement », remarque le Dr Marie- Thérèse Bousquet, médecin esthétique.

Une question d'âge alors ? Pas seulement. « Le vieillissement dépend plus de la morphologie et de facteurs extérieurs comme le milieu social, le poids, l'alimentation », affirme le Dr Frédérique Olivier-Masveyraud, chirurgienne esthétique. Surtout, sa perception est très variable. Certaines trentenaires consultent par prévention, convaincues des bénéfices de la médecine esthétique sur leur mère, superbe, quand des quadras freinent des stiletto par peur de ressembler à une tante ou à une amie qui en fait trop. « A tout âge, on voit des femmes venir pour un premier traitement », note le Dr **Véronique Gassia, dermatologue**. Ce qui les gêne ? « 80 % se plaignent d'une expression négative* : fatigue, tristesse, sévérité ou anxiété. Dans un visage, il y a toujours une zone de fragilité prioritaire... », ajoute-t-elle. Notre enquête pour y voir plus clair et cerner vos besoins.

**Etude 2013 réalisée sur 80 patients en cours de publication.*

La qualité de la peau

On s'en soucie à tout âge, un bon réflexe. « Les jeunes femmes qui sortent beaucoup ou viennent d'avoir un bébé déplorent leur air fatigué alors qu'elles se sentent en forme. Elles se rendent compte que leur peau change,

qu'elle n'a plus la même densité, surtout après le bouleversement hormonal d'une ou deux grossesses », rapporte le Dr Bousquet. Leur demande : avoir bonne mine. Même préoccupation chez les quadras contrariées par leur image dans le miroir, surtout quand elles ont abusé du soleil ou de la cigarette. Quant aux quinquas, peu s'habituent au manque de fermeté et d'éclat de leur peau. A chaque problématique sa solution ciblée.

Parfois, les médecins combinent les techniques : peeling superficiel à l'acide glycolique pour dégriser un teint terne et resserrer les pores ; multi-injections superficielles d'acide hyaluronique non réticulé parfois associé à des vitamines (= mésothérapie) pour repulper une peau déshydratée ; laser pour dégommer des taches isolées... Sans oublier le traitement cosmétique de fond prescrit par le médecin, crème aux acides de fruits (AHA), à la vitamine C ou à la vitamine A acide : plus costaud qu'un soin anti-âge lambda, à suivre pendant trois à six mois pour restaurer ou maintenir une belle qualité de peau.

Le front

Ce qui gêne le plus souvent ? Cette fameuse ride du lion fichée entre les sourcils qui donne l'air sévère ou anxieux. Si elle se marque au fil des années et dérange autour de la quarantaine, elle peut s'installer dès 30 ans chez des personnes très expressives. La parade ? Une injection de toxine botulique pour relaxer les muscles responsables de ces rides d'expression. A partir de 40 ans, le médecin traitera aussi les rides horizontales et la région du sourcil pour bien ouvrir le regard. Quand on est réfractaire à la fameuse toxine, une injection d'acide hyaluronique peut combler la cassure de la peau, mais le résultat ne dure pas plus de quatre mois puisqu'on continue de froncer les sourcils.

Le contour des yeux

Dans cette zone hyper mobile, la peau très fine se marque facilement. Passé 30 ans, une femme sur deux se dit préoccupée par son contour de l'oeil*. Il n'est pas rare qu'une jeune femme consulte pour ses cernes colorés, pour lesquels le médecin ne peut rien. En revanche, il les comblera avec de l'acide hyaluronique injecté en profondeur quand ils sont creux. Une intervention délicate réservée aux pros de l'injection. « Vers 30/35 ans, les femmes viennent aussi pour des détails, comme une petite fripuration au niveau de la paupière inférieure qui leur donne l'air fatigué », rapporte le Dr Isabelle Catoni, dermatologue. Des séances de mésothérapie peuvent atténuer ces fines ridules, mais il faut être motivée – car cela fait des bleus – et sûre de son médecin.

Les rides de la patte-d'oie ? On s'en soucie autour de 40 ans, rarement après 50. « Ce sont des rides du sourire et du rire, elles dérangent peu », constate le Dr Catoni. Une injection de toxine botulique va les diminuer, et repositionner un sourcil qui tombe un peu. On peut aussi lisser ces ridules avec un laser fractionné qui stimule la production de collagène, donc redensifier la peau. Quand les paupières supérieures tombent ou qu'on ne supporte plus ses poches, seule une chirurgie rajeunira le regard, à partir de 45/50 ans.

Le milieu du visage

Passé 40 ans, c'est l'objet de toute notre attention. Et si on consulte d'abord pour se débarrasser de sillons nasogéniens marqués, il est rare que la solution soit de les injecter. Pourtant, petit à petit, on ne voit plus que ça dans le miroir. « C'est parce que les tissus situés au-dessus ont glissé, ce qui les alourdit. L'idée est d'injecter de l'acide hyaluronique au niveau de la vallée des larmes, des joues et des pommettes pour les atténuer », explique le Dr Bousquet. Quand le visage s'est émacié, la restauration des volumes est le traitement phare de « l'air fatigué » : elle consiste à injecter un produit volumateur pour compenser la fonte de graisse au niveau des pommettes et des joues et retrouver ainsi une bonne structure de visage.

Une correction qui s'effectue généralement en deux séances pour éviter les excès.

(Etude Arcane Research 2011 réalisée en France.)*

La bouche

Même quand une jeune femme a très envie de lèvres plus pulpeuses, elle consulte rarement pour ça, car elle craint de se retrouver avec une grosse bouche. Celles qui ont les lèvres fines de leur mère passent parfois le cap. Le médecin redessine l'ourlet avec de l'acide hyaluronique, en injecte un peu dans le vermillon pour réhydrater les lèvres, ou un peu plus pour les augmenter. Passé 40 à 45 ans, c'est le dessus de la lèvre supérieure et ses ridules qui contrarient fumeuses, championnes de la mimique et fans de bronzage. Pour défroisser ce « plissé soleil » ou « code-barres », le médecin a le choix entre injecter une faible dose de toxine botulique ou un acide hyaluronique très fluide et peu hydrophile pour éviter un résultat bombé peu naturel.

Quand les ridules sont fines et peu nombreuses, le réourlage de la lèvre à l'acide hyaluronique peut suffire à les atténuer. Si elles sont plus marquées et nombreuses, un peeling moyen à l'acide trichloracétique (TCA) ou un laser fractionné est plus radical si on accepte cinq à huit jours de cicatrisation. Et quand le coin des lèvres s'affaisse, ce qui donne l'air triste, la solution passe par un comblement à l'acide hyaluronique pour redresser chacun d'eux et positiver l'expression.

Le bas du visage

Il commence à nous obnubiler vers 45 ans. Il n'y a pas plus énervant que ces petites bajoues qui s'installent ou cet ovale qui se floute. Pour restaurer une bonne densité de peau, les médecins proposent des traitements à effet tenseur dit de « skintightening » avec des appareils de radiofréquence ou de lumière intense pulsée (IPL), des lasers de réjuvenation (de type Nd-Yag) ou

fractionnés. « Pour que la peau continue de fabriquer du collagène, il faut chauffer et stimuler, stimuler, stimuler », explique le Dr Catoni. Le bémol ? « Ce sont des traitements au long cours, la peau redevient plus costaude, mais l'amélioration est difficile à évaluer. En revanche, on constate que, huit ans plus tard, on n'a toujours pas fait de lifting ! » De la poudre aux yeux ? « Ce n'est pas que de la prévention, on voit l'amélioration au niveau des fines ridules et du froissement des joues », affirme le Dr Gassia. Autre technique pour contrer la perte de fermeté et préserver l'ovale ? Les injections maîtrisées de produits volummateurs qui freinent le relâchement des traits. S'il n'y a pas un excès de peau important que seul un lifting facial corrigera.

Le décolleté et le cou

Quand on a abusé du soleil, le décolleté se fripe et se tache dès 40 ans. Le laser QSwitched va traiter les taches installées, les séances de mésothérapie ou de skinbooster (acide hyaluronique faiblement réticulé) réhydrateront bien la peau, en complément d'un traitement cosmétique éclaircissant au long cours et d'une protection solaire carabinée. A partir de 40 ans, c'est malin de freiner la perte de densité de la peau de cette zone fragile : plusieurs séances de radiofréquence, de laser de réjuvenation ou de laser fractionné vont chauffer la peau et stimuler la production de collagène.

Et le cou ? On peut consulter un chirurgien pour le retendre, vers 55/60 ans, sans avoir jamais rien fait pour ses rides. Le plus souvent, il proposera un lifting cervicofacial pour redessiner aussi l'ovale. Le lifting du cou seul s'envisage quand on a fait des injections pour maintenir une bonne structure de la partie moyenne du visage ou quand on a déjà fait un lifting facial. Une injection de toxine botulique peut atténuer des cordes platysmales marquées, souvent chez une femme mince.

Témoignages

Nathalie, un lifting à 42 ans

« Après mon troisième enfant, j'ai retrouvé la ligne mais j'avais la peau relâchée. J'ai fait un premier lifting facial. Cela ne m'a pas transformée mais je n'avais plus l'air triste. Dix ans plus tard, j'en ai fait un second car mon ovale s'était de nouveau relâché. Cela ne me rajeunit pas mais on me dit que j'ai bonne mine. »

Elsa, une injection à 29 ans

« Je fronçais énormément les sourcils, cela me donnait l'air sérieux et j'avais une marque de bronzage au retour des vacances... Alors j'ai fait ma première injection de Botox. Je ne voulais pas être toute ridée comme ma mère ! Cela adoucit mon visage et personne ne remarque rien. »

Chantal, une blépharoplastie à 53 ans

« Je me suis fait opérer des paupières trois ans après le décès de mon mari. J'avais tellement pleuré, mes yeux étaient boursoufflés. Ça m'a ouvert le regard, c'est spectaculaire, j'ai récupéré quinze ans. »

Claire, des injections à 30 ans

« Après ma deuxième grossesse, j'ai consulté sur les conseils de ma belle-mère. Je trouvais que mes sillons nasogéniens commençaient à se marquer. Grâce aux injections d'acide hyaluronique, ils ne se sont jamais « cassés ». Quatre ans plus tard, le médecin m'a fait aussi le contour des lèvres pour les redessiner car je ne veux pas avoir les lèvres fines de ma mère. Personne ne le sait, même pas mon mari. Je fais mon âge, pas moins, je veux juste que mes enfants et mon mari soient fiers de moi »

Charlène, du Botox à 59 ans

« Il y a trois ans, je me trouvais l'air fatigué, je voulais quelque chose de léger, un petit coup de bonne mine. Le médecin m'a proposé des injections de toxine botulique et d'acide hyaluronique, j'ai le regard plus ouvert et on me trouve l'air en forme. J'hésitais à faire les lèvres mais elle m'en a dissuadée, alors je continue comme ça une fois par an ».

Marie, des séances de skintightening à 52 ans

« A l'approche de la ménopause, je trouvais ma peau moins ferme. J'ai fait cinq séances de skintightening par an pendant 6 ans et ma peau est restée belle, bien rebondie. Je n'ai pas de rides, mais je mets aussi des crèmes. Si je n'avais pas fait ça, je pense que j'aurais besoin de volume, le laser entretient ma peau ».

Martine, un lifting à 60 ans

« J'ai fait un lifting partiel en juillet, je trouvais que j'avais l'air triste même au retour de vacances, mes 60 ans ont été un déclic. Je ne voulais pas d'un grand lift qui dénature les traits. Cela m'a rendue plus jeune mais je reste moi-même, j'ai le visage que j'avais à 50 ans. Au travail, les gens n'ont rien remarqué à mon retour car j'ai changé ma coupe de cheveux, tout le monde m'a dit que cela me donnait bonne mine ».

Anna, un comblement des cernes creux à 29 ans

« J'ai toujours eu des cernes marqués. A partir de 25 ans, j'ai commencé à faire une fixation dessus car on me disait souvent que j'avais l'air fatigué

même quand j'avais dormi 9h ! Le dermatologue m'a fait une injection d'acide hyaluronique, comme j'avais appliqué de la crème anesthésiante une heure avant, je n'ai pas eu mal, j'ai juste senti la piqûre. C'est resté sensible pendant deux jours. Lors de la retouche un mois après, j'ai eu un petit bleu pendant une semaine que j'ai camouflé aisément avec du fond de teint. Je ne l'ai dit à personne, sauf à mes parents. On m'a complimentée : « Ah tu as bien dormi, ça se voit ! ». Ca ne change pas mon visage mais je me sens mieux, j'ai juste corrigée un défaut ».

Comment trouver le bon spécialiste ?

L'idéal ? Avoir une bonne copine qui vient de se faire injecter ou lifter et prendre rendez-vous avec son praticien. Vous ne connaissez personne et votre médecin traitant n'a aucune piste à vous donner ? Fiez-vous à votre ressenti :

Pour une intervention chirurgicale consultez un chirurgien et vérifiez ses compétences en chirurgie plastique et esthétique sur l'annuaire du Conseil de l'ordre des médecins (conseil-national.medecin.fr) ou sur l'annuaire de la Sofcep (chirurgiens-esthetiques-plasticiens.com).

Pour un acte de médecine esthétique (injections, peelings, lasers), consultez un dermatologue qui a des compétences en esthétique (annuaire sur www.grdec.com). Ou un médecin, sachant qu'il n'existe pas une qualification officielle mais diverses formations dispensées par les sociétés savantes ou l'université (DIU actes esthétiques dermatologiques : injections, peelings, lasers... règles de l'art et vigilance).

Que penser du tout nouveau Label AAC, pour Aesthetic Art Clinic

? A l'origine, un médecin qui souhaite revaloriser l'image de la médecine esthétique et crée un site aaclabel.com. Son objectif : engager les praticiens spécialisés qui s'y abonnent à respecter la charte de bonne pratique validée par le comité scientifique, informer les consommateurs sur les différents actes. Dans la pratique, les médecins intègrent l'annuaire sur envoi de leurs

qualifications et peuvent être directement contactés par les consommateurs.
Est-ce que cela garantit pour autant l'excellence ?