

N°10

PEELINGS

MAGAZINE

À LA LOUPE
ZOOM SUR LA
RHINOPLASTIE
MÉDICALE

10 ASTUCES
AU TOP POUR
LE PRINTEMPS

SOIN DE LA PEAU

Préserver son capital soleil

Préserver son capital soleil

Dès le retour du printemps, nous voilà confrontées au même paradoxe, entre envie de profiter du soleil et crainte d'éventuelles conséquences pour notre peau.

PAR AURÉLIA LASORSA

Les rayons du soleil sont bénéfiques, à condition de ne pas en abuser.



Dans son dernier ouvrage *L'étonnant pouvoir du soleil*, paru aux éditions Du Palio, Patrick Moureaux, dermatologue à Vannes, explique l'importance de retisser un lien naturel avec le soleil : « À partir des années 20/30, nous avons adopté une attitude consumériste vis à vis du soleil. Il faut être bronzé pour montrer que l'on va bien, et comme nous vivons dans une société de l'instant, il faut bronzer vite, au point de préférer un hâle artificiel. Une attitude qui se transforme parfois en addiction solaire, à laquelle les femmes sont plus sujettes que les hommes. Sans culpabiliser les patients, c'est à nous, médecins, de montrer l'importance de trouver un équilibre dans nos rapports au soleil. J'ai pour habitude de dire qu'on peut se faire plaisir, sans rôtir et sans flétrir, pour ne pas vieillir. » Car c'est bien là toute l'ambiguïté de notre relation au soleil : ses rayons sont à la fois bénéfiques et nocifs. Meilleur allié de la vitamine D, qu'il synthétise, indispensable pour fixer le fer, l'astre est également un régulateur de notre cycle biologique qui agit positivement sur notre mental et notre moral. En contrepartie, une surdose d'UV peut avoir des conséquences négatives, voire néfastes.

GARE AU PHOTOVIEILLISSEMENT

À force de discours pédagogiques, le rapport au soleil est plus mesuré qu'il y a quelques dizaines d'années. Néanmoins, des générations de patientes paient aujourd'hui une

« C'est aux médecins de montrer l'importance de trouver un équilibre dans nos rapports au soleil. »

Dr Patrick Moureaux,
dermatologue

surexposition. « Nous traitons beaucoup de femmes de 40/50 ans dont le capital solaire est épuisé, car la peau possède une mémoire indélébile, explique le Dr Valeria Romano, médecin esthétique à Paris. Consommé en trop grande quantité, le soleil détériore l'état de la peau car il agit au niveau de ses cellules et de son ADN. Le derme devient plus fragile, souffrant de déshydratation. Des petites ridules apparaissent, suivies parfois d'autres problèmes. Taches, aspect citrin de la peau, perte de l'élasticité et teint terne sont récurrents chez ces patientes. » Ce photovieillissement s'explique par le fait que les cellules de l'épiderme se renouvellent naturellement tous les 28 jours. L'exposition solaire allonge cette durée. De fait, le teint devient terne, comme étouffé par les cellules mortes. ▶

« Les peelings superficiels aux acides de fruits sont parfaits pour retrouver un teint éclatant. »

Dr Valeria Romano, médecin esthétique

Plus fine et plus exposée, la peau du décolleté demande une attention particulière.

“ LUCIE, 65 ANS A TESTÉ L’ADVANCED C BODY LOTION

« À force de m’exposer au soleil et de faire l’impasse sur une hydratation quotidienne, mon décolleté affichait un aspect fripé. Pour y remédier, j’ai essayé de nombreuses crèmes censées lisser ma peau, mais rien n’y a fait. L’Advanced C Body Lotion d’Eneomey affiche des résultats plutôt convaincants. Depuis quelques semaines, je l’utilise matin et soir et je dois bien avouer que ma peau est plus souple mais aussi plus tendue, comme repassée. De plus, au toucher, j’ai une peau beaucoup plus douce et la pigmentation est plus homogène. Ce soin transforme jour après jour mon décolleté.



► **LE PEELING, UNE TECHNIQUE ÉPROUVÉE**

Parmi les solutions proposées par la médecine : le peeling, choisi en fonction des besoins de chacun. Ainsi, il est possible aujourd’hui d’atténuer, voire d’effacer les conséquences du soleil. Au préalable, le médecin évalue l’état de la peau et l’avancée de son vieillissement héliodermique. Selon l’âge, le mode de vie et l’exposition au soleil du patient, ce dernier correspond à l’un des quatre stades du photovieillissement : du stade 1 par les personnes à partir de 28 ans environ qui présentent des troubles légers du grain de la peau jusqu’au stade 4, reconnaissable à son aspect citrin et ses rides très marquées, généralement des seniors. « Les peelings superficiels aux acides de fruits sont parfaits pour retrouver un teint éclatant, explique le Dr Romano, car ils retirent les couches supérieures de l’épiderme, resserrent les

LE CAS DE LA KÉRATOSE ACTINIQUE

La kératose actinique est l’une des premières causes de consultation dermatologique. Il s’agit d’une lésion précancéreuse, rugueuse et blanchâtre, dont les spécialistes estiment qu’elle est liée au soleil, et qui apparaît dans la très grande majorité des cas sur une zone exposée, comme le décolleté ou le dos de la main. Son traitement nécessite une prise en charge précise et rapide, afin d’éviter qu’elle ne dégénère. Plusieurs traitements sont envisageables, parmi lesquels l’utilisation de crèmes médicamenteuses, la cryothérapie par azote liquide lorsque les lésions sont peu nombreuses, ou encore la combinaison des deux. La photothérapie dynamique fait également partie des traitements efficaces : elle consiste à utiliser une substance photosensibilisante sur la zone touchée quelques heures avant l’exposition à une lumière spécifique, bleue ou rouge. Ainsi activée, la substance va détruire les tissus qui l’ont absorbée. Une fois la kératose éliminée, une protection solaire spécifique est recommandée. Les spécialistes préconisent aujourd’hui l’utilisation d’un écran solaire contenant de la photolyase, une enzyme extraite de l’algue, qui permet de réparer les dégâts du soleil.



Le choix du peeling sera fonction de la peau.

pores et permettent un meilleur renouvellement de la peau. Il faut 4 à 6 séances, à 15 jours d’intervalle pour obtenir de bons résultats. J’utilise fréquemment le Lightening Peel ou le Facial Peel d’Eneomey, ou encore le Milk Peel de Dermaceutic, que je complète par une ordonnance beauté précise, à savoir la Facial Lotion C20 d’Eneomey le matin – parce qu’il est facile de se maquiller dessus – et le soir, la Phytic Cream, pour les patientes de moins de 35/40 ans ou l’Advanced Cream, au delà. Dans le cas d’un photovieillissement plus sévère, j’oriente mes patientes vers un peeling moyen (type Cosmo Peel 20 de Dermaceutic) qui, en plus de l’éclat, apporte une redensification dermique plus importante. Là, une seule séance suffit. » Mais ridules, rides et autres pertes d’éclat ne sont pas les seules conséquences d’une exposition solaire prolongée. L’hyperpigmentation est également de la partie. « Il faudra alors utiliser un peeling spécifique, comme le Yellow Peel d’Eneomey ou le Mela Peel de Dermaceutic, qui contient un agent dépigmentant, poursuit la professionnelle, et compléter par une crème adaptée. » Comme pour tout peeling, il faudra attendre la régénération de la peau (plus ou moins longue en fonction du produit utilisé) pour observer des résultats définitifs. Afin de lutter contre les taches, d’autres techniques ont fait leurs preuves, à l’image de la lumière pulsée.

HARO SUR LES TACHES

Initialement utilisée comme une méthode d’épilation définitive, l’IPL (lumière intense pulsée) aide à l’accélération du renouvellement de la peau et détruit les amas de ►

PHOTO : AFRICAIMAGES

PHOTO : MIKE WATSON IMAGES / THINKSTOCK