

beauté

Anti-âge, ce qui marche vraiment

Ridules, joues moins rebondies, taches brunes sur le visage, le décolleté... Pour corriger ces signes de vieillissement cutané, il existe aujourd'hui des solutions ultra-efficaces, cosmétiques ou esthétiques. Suivez le guide des actifs et des petites interventions qui changent tout. PAR VIRGINIE MARCHAND

J'ai des pattes-d'oie au coin des yeux

Ces rides d'expression, petites cassures de la peau, sont peu profondes et peuvent facilement être gommées. L'objectif : lifter la peau. **LES SOLUTIONS LIGHT** Des soins lissants, spécifiquement conçus pour les yeux, car cette zone très fragile demande une concentration d'actifs adaptés. Au cœur des formules, des polymères ou des polysaccharides issus de végétaux, qui créent, à l'application, comme un film tenseur à effet défroissant. Côté prévention et réparation, des antioxydants comme l'acide férulique, par exemple, qui ralentissent le processus de vieillissement cellulaire sur le long terme, et souvent des actifs qui boostent la production de collagène pour repulper la peau de l'intérieur.

Notre top 4 Triple action, un puissant complexe antioxydant qui pénètre rapidement, AOX eye gel, Skinceuticals, 80 €. Soins anti-âge reconstituant fondamental, une formule repulpante qui convient aux peaux sensibles, Substiane+ yeux, La Roche Posay, 23,80 € (1). Lissage express, ultra concentré en actifs pour un résultat immédiat, Stylo Frown Fix Nip + Fab chez Nocibé, 10,25 € (2). Coup de frais, un tenseur naturel pour un effet resurfaçant instantané, Sérums liftant contour des yeux, Objectif jeunesse, Delarom, 46 € (3).

LA SOLUTION ESTHÉTIQUE Pour un résultat bluffant : la toxine botulique. En injection ciblée dans le muscle orbiculaire (entre la tempe et le coin de l'œil), elle paralyse les nerfs et les muscles, pour remettre la peau sous tension. La séance dure environ 30 minutes.

Et après ? On ne l'appelle pas « Lunch Time



MASSAGE FUTÉ 3 GESTES POUR LIFTER LE REGARD

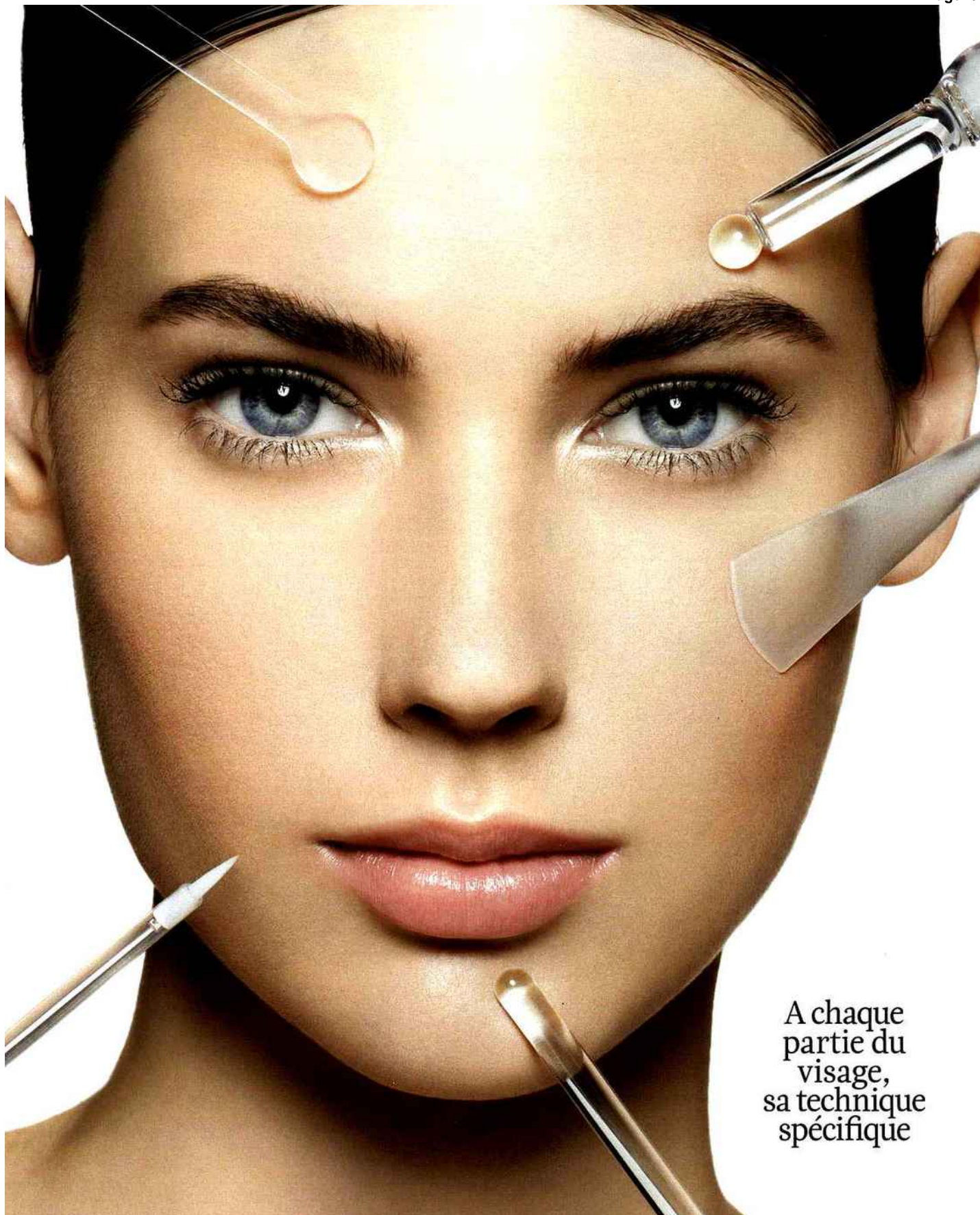
Ce petit rituel express, inspiré du Spa Guerlain, est parfait les matins difficiles. Il se pratique une fois le soin de jour appliqué. Commencez par passer les doigts sous un filet d'eau froide : ils auront un petit effet frisson décongestionnant. Avec les majeurs, lissez la peau de l'intérieur de l'œil vers l'extérieur, 3 fois en dessous, 3 fois sur la paupière mobile. Dessinez des spirales sur les tempes au niveau des pattes-d'oie. Finissez par un lissage vertical vers le haut des tempes.

Treatment » (« le traitement de la pause déjeuner ») pour rien. Ces injections sont peu douloureuses et elles laissent parfois un léger bleu que l'on facilement camoufler par du maquillage. Le résultat, visible au bout de quelques jours, dure entre trois et six mois. **Budget** Entre 250 et 550 €, selon l'importance de la zone à traiter.

Le contour de ma bouche a tendance à s'affiner

Avec le temps, le collagène et l'élastine font défaut. La bouche s'affine et perd de son volume. L'objectif : repulper et regonfler les ridules. **LA SOLUTION COSMÉTO** Miser sur une double action, à la fois immédiate et sur le long terme. Le bon duo ? De l'acide hyaluronique qui redonne du volume dès l'application, associé à des actifs de synthèse appelés « botox like » (ils simulent l'effet du Botox® en diminuant les tensions musculaires pour réduire l'aspect des rides) : des biosphères de collagène ou du rétinol, par exemple. Certains y associent une texture « gomme » qui se travaille du bout des doigts pour un comblement express, et des pigments soft focus qui floutent les rides par effet d'optique. **Notre top 3** Rajeunissement ciblé, une formule inspirée des techniques des dermatologues, Combleur double-soin Lèvres et contours, L'Oréal Paris, 16 € (1). Perfecteur global,





A chaque
partie du
visage,
sa technique
spécifique



Les
injections
redonnent
à la peau un
aspect lisse
et rebondi

des actifs dosés à des concentrations professionnelles, Instant Filler, Keraskin Esthetics, 30 € (2). High-tech, la valeur sûre de l'anti-âge, avec du rétinol, pour lisser les rides sur le long terme, Retin-Ox, Rides Filler yeux et lèvres, Roc, 17 € (3).

LA SOLUTION ESTHÉTIQUE Le must, le laser fractionné qui fonctionne très bien sur les zones où la peau est fine et qui présentent des ridules. Le « laser » creuse comme de petits puits dans le derme. Avec la cicatrisation, celui-ci reforme du collagène, renforçant ainsi la peau. La séance dure environ 10 minutes, et comme elle peut être un peu douloureuse, le praticien prescrit une crème anesthésiante (type Emla) à appliquer au moins une heure avant.

Et après? La zone reste un peu gonflée quatre à cinq jours, puis forme des petits « grains de poussière », pour ensuite devenir rosée. En tout, il faut compter quinze jours pour retrouver une bouche à croquer. Au besoin, le médecin peut compléter avec un peu d'acide hyaluronique ou de toxine botulique. L'effet dure entre un et deux ans, selon la puissance du laser.

Budget Environ 450 à 500 €.



DU NOUVEAU EN MATIÈRE D'INJECTIONS

Côté produits. Une nouvelle génération d'acide hyaluronique permet une correction des rides sur mesure. La gamme propose 5 textures avec différents degrés de fermeté et d'effets volumateurs.

Emervel, Galderma, à partir de 250 €. Q Med propose un rajeunissement cutané avec les « skinboosters » : un acide hyaluronique, sous forme de perles micro-sisées, qui s'injecte en nappage pour restaurer l'élasticité de la peau et la réhydrater. Un beau coup d'éclat. Restylane Vital et Vital Light.

Côté technique. Exit le Botox® pour remonter un nez qui s'affaisse avec l'âge. L'acide hyaluronique épais injecté en avant de l'angle nasio-labial, permet de « remonter » le bout du nez. Un résultat immédiat.



J'ai le visage marqué

Quand le processus de renouvellement de la peau s'essouffle, les rides tendent à se creuser. L'objectif : recréer un environnement favorable pour relancer la production de collagène et d'élastine.

LES SOLUTIONS LIGHT Un traitement lissant qui répare la ride de l'intérieur. Les formules misent sur différentes stratégies. Certaines contiennent des actifs « recruteurs » (comme les peptides, l'extrait de maïs ou des extraits d'algues), qui guident les cellules vers les zones creuses pour stimuler de nouveau la production de collagène. D'autres se gonflent illico en captant l'eau environnante (acide hyaluronique ou protéines de blé) ou encore stimulent des protéines clés pour raffermir la peau. On aime : ces nouveaux packagings en forme de « seringues » (inspirés des méthodes de la médecine esthétique), à appliquer le matin, avant le soin de jour, en suivant bien la ligne de la ride, et à faire pénétrer par petits tapotements.

Notre Top 3 Précis, une triple action anti-rides ultra ciblée, Combleur Lisse Suprême Pro, Progressif Anti-rides, Carita, 70 € (1). Nourissante, toute l'efficacité d'un soin raffermissant la douceur en plus, Ultra correction Lift, Crème confort jour lift fermeté, Chanel, 107 € (2). Spécial peaux sensibles, un actif anti-âge puissant concentré à l'extrême pour une formule totalement hypoallergénique, Lift Activ Serum 10, Vichy, 33, 60 € (3).

LA SOLUTION ESTHÉTIQUE La vedette, c'est l'acide hyaluronique ! Cette substance déjà présente à l'état naturel dans notre peau, agit comme un combleur longue durée qui redonne du volume là où il fait défaut. L'avantage : il est totalement résorbable. Pour les rides profondes, le praticien choisira un acide hyaluronique fortement réticulé (en clair, assez épais) injecté directement sous la peau, dans le derme, tout le long de la ride pour la remonter. Le résultat est quasi-immédiat.

Et après? Les produits contenant des anesthésiants (comme la lidocaïne), le praticien commence donc par de petites touches, pour

Le Botox® en France

Trois toxines sont disponibles sur le marché : Vistabel des laboratoires Allergan, Azzalur chez Galderma et Bocouture chez Merz. Aucune n'est « meilleure » que l'autre, c'est le praticien qui choisit celle qui est le plus adaptée au traitement décidé lors de la consultation. Il établit alors un devis, et si celui-ci convient, les injections peuvent se faire dans la foulée. Pour le choix du praticien, le mieux reste encore le bouche-à-oreille. A rayer de son carnet d'adresses les médecins « multispécialistes » (ORL et médecine esthétique par exemple). Et, d'ici deux ans, devraient apparaître des médecins avec une « capacité », une sorte de diplôme reconnu par l'ordre des médecins, ce qui pourrait vous guider dans votre choix.

« endormir » la peau, puis effectue son traitement. A la sortie, quelques rougeurs, voire de petits bleus apparaissent. Facilement dissimulables, ils s'effacent en une semaine. L'effet dure entre un an et dix-huit mois.

Budget Environ 400 € la seringue (le contenu d'une seringue suffit pour les sillons nasogéniens par exemple).

Ma peau manque de fermeté

Dès l'âge de 20 ans, les cellules deviennent paresseuses, le « matelas » de soutien de la peau commence à manquer de punch, elle se relâche et perd du volume. L'objectif : raffermir en profondeur.

LA SOLUTION COSMÉTO Des soins qui réhydratent intensément et relancent le processus de renouvellement de la peau. Certains misent sur le côté relipidant et nutritif pour redonner du bombé à la peau (acide linoléique, huile d'argan), d'autres cherchent à augmenter l'épaisseur du derme grâce à des actifs aux vertus redensifiantes (comme le calcium), ou encore visent la stimulation du nombre de fibroblastes, ces molécules qui produisent le collagène, avec des peptides par exemple.

Notre Top 4 Remodelage cosmétique, un duo perle et calcium qui renforce la structure cutanée, Vital Soins de Nuit Fermeté Eclat, Nivea, 9,30 € (1). Lifting like, concentrée en agents remodelants, raffermissants et hydratants, Crème tenseur remodelante visage et cou, StriVectin, chez Sephora, 79 € (2). Revitalisante, avec du glycoléol hautement relipidant associé à des fragments d'acide hyaluronique pour un effet régénérant, Crème jour nutri-redensifiante, Sérénage Jour, Avène, 33,35 € (3). Ultra raffermissant, un trio d'actifs pour lutter contre le relâchement et repulper intensément, Soins anti-relâchement, Densitium Concentré, SVR, 39 €.

LA SOLUTION ESTHÉTIQUE Là aussi l'acide hyaluronique fait des miracles : injecté aux bons endroits, il agit comme un lifting. Pour redessiner l'ovale du visage, le médecin comble le pli, qui part de la commissure des lèvres, jusqu'au menton, pour remonter les coins de la bouche et redonner du volume. Il peut aussi redessiner l'angle des mâchoires et même



TENDANCE LES LOTIONS ANTI-ÂGE

A ne pas confondre avec des lotions démaquillantes ! Leur rôle est de préparer la peau à profiter au maximum des soins de la même ligne qui seront appliqués ensuite. Le plus : dès l'application elles lissent et raffermissent immédiatement. **C'est pour qui ?** Toutes celles qui trouvent le duo crème-sérum étouffant, mais qui cherchent tout de même à décupler l'efficacité de leur crème de jour. **Comment les utiliser ?** Elles s'appliquent matin et soir, à l'aide d'un coton, sur peau parfaitement démaquillée.

Les dernières nées : Effet lifting, Lotion préparatrice Lift Fermeté, Lissant, Abeille Royale, Guerlain, 47 €; Pour un fini velouté, Lotion Adoucissante Pro-Reconstituante, Nutri Perfect, Bénéfiance, Shiseido, 59 €.

opter pour un repulpage de surface en injectant de toutes petites doses un peu partout (technique de nappage).

Et après ? On est tranquille presque deux ans.

Budget. Il faut environ 3 seringues (10 pour un remodelage total) pour traiter un ovale du visage, donc environ 700 €.

J'ai des taches brunes

Liées au vieillissement cutané, à l'abus de soleil, mais aussi aux modifications hormonales, elles touchent principalement le visage, les mains et le décolleté. A l'origine, ce sont les mélanocytes, ces cellules produisant la mélanine qui permet à la peau de bronzer pour se protéger des UV, qui font des leurs. L'objectif : gommer celles qui sont déjà présentes et limiter l'apparition des nouvelles.

LES SOLUTIONS COSMÉTO Il faut être patiente car, même si certains soins parviennent à diminuer les taches dès quinze jours, il faut compter le plus souvent trois mois pour observer un véritable résultat. Ces produits agissent





LA FOLIE DES SÉRUMS DE JEUNESSE

2012 sera l'année des sérums ! Anti-taches, liftants, perfecteurs de teint, ils font tout. Plus concentrés en actifs qu'une crème, mais dans une texture plus light, ils donnent un coup de fouet à la peau et optimisent le soin de jour appliqué ensuite. C'est pour moi ? Si vous sentez que votre crème ne suffit plus, ou en cure aux changements de saisons. Les peaux plus jeunes peuvent y trouver une alternative anti-âge si les soins classiques sont trop riches. Comment ? Répartir quelques gouttes sur tout le visage, faire pénétrer par effleurages, puis par petits tapotements. Matin et/ou soir, sous un soin de jour, ou seul pour les peaux mixtes à grasses.

en 28 jours, Sérum anti-âge correcteur taches, Algenist chez Sephora, 68 € (3).

LA SOLUTION ESTHÉTIQUE La photoréjuvenation, une technique qui utilise la lumière pulsée (connue aussi sous le nom de « lampe flash »), reste la meilleure. La laser classique est plus agressive pour la peau et le peeling dermatologique n'est parfois pas suffisant pour venir à bout des taches. En traversant le derme, cette lumière vient créer de la chaleur qui agit directement sur la zone. La séance dure environ 30 à 45 minutes. Elle peut se renouveler au bout d'un mois si nécessaire.

Et après ? Dans les heures qui suivent, les taches foncent jusqu'à devenir complètement noires. Les jours suivants, elles peluchent, pour finir par disparaître. Si vous voulez éviter qu'elles reviennent, entretenez votre peau avec des cosmétiques adaptés. Si jamais elles refont pendant l'été, faites une séance de rattrapage à la rentrée. Le bon rythme pour garder une peau nickel : une séance par an.

Budget Entre 150 et 250 €.



en général sur trois niveaux. En surface d'abord, avec un léger effet peeling (grâce aux acides de fruit, par exemple). Au niveau des mélanocytes ensuite, pour arrêter la production de pigments et, enfin, sur la mélanine déjà produite mais pas encore arrivée à la surface de la peau avec, entre autres, de la vitamine C. Ces produits s'appliquent de préférence le soir et sont indissociables d'une protection solaire constante (SPF 15/20 même en hiver) pour éviter l'effet rebond. L'avantage, le teint s'illumine très rapidement.

Notre Top 3 Tout-en-un, l'association d'une molécule anti-tâche et d'actifs raffermissants et anti-rides, Sérum Capital Lumière, Anti-tâche, anti-âge, Clarins, 90 € (1). Action express, deux actifs complémentaires qui bloquent les principaux déclencheurs de mélanine, Soins de nuit dépigmentant intensif, visage, main, décolleté, Trio White, Noreva, 26 € (2). Eclat instantané, à base d'acide algonurique, sa texture light agit

Micro-lipostructure, la technique du futur

Nouvelle tendance dans la médecine esthétique, cette technique, qui a le vent en poupe aux USA, devrait connaître un gros succès chez nous. L'IDÉE : le rajeunissement du visage par comblement, en opérant un transfert de ses propres cellules graisseuses. Le médecin les prélève à l'intérieur des genoux, par exemple, les « trie » en centrifugeuse pour ne garder que celles qui ne sont pas sensibles aux variations de poids. Ensuite, il les réinjecte de manière ciblée sur les zones du visage qui manquent de reliefs. L'INTÉRÊT ? Au passage, on injecte aussi des cellules souches et des facteurs de croissance, la peau est alors totalement régénérée. La sécurité est optimale, puisque les cellules sont les nôtres. On observe très peu de bleus et d'œdèmes, et le résultat est quasi définitif. Cette technique donne d'excellents résultats pour combler les cernes, par exemple. L'INCONVÉNIENT : considéré comme un acte chirurgical, le traitement se déroule sous anesthésie locale, en bloc opératoire, et son prix est élevé (environ 1000 € pour le regard).

Merci à Xavier Chirico, docteur en chimie et cosmétique, concepteur des Laboratoires Medispa, au Dr François Niforas, chirurgien plasticien, et au Dr Laurent Miralles, médecin esthétique.