

BIEN-ÊTRE ET ESTHÉTIQUE MÉDICALE

N°3

**SEXUALITÉ, SOLEIL
ET CHIRURGIE INTIME****25 EXPERTS
VOUS CONSEILLEN****SEXE**REVISITER LE POINT G
RÉDUIRE LES PETITES LÈVRES**SOLEIL**NOS CONSEILS
AVANT APRÈS SOLEIL
PEELING : TRAITER
LES TACHES PIGMENTAIRES**LIPOLYSE**CE QUE VOUS DEVEZ
(vraiment) SAVOIR**L'ESSENTIEL**
DES SOINS ANTI-ÂGE
ET D'ESTHÉTIQUE MÉDICALEUne sexualité boostée
par les hormones
Viagra, Cialis, Levitra...
La cosmétique du plaisir**VOTRE GUIDE**NUTRITION
COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES
COSMÉTIQUES
ESTHÉTIQUE MÉDICALE

Le traitement des taches pigmentaires chez les peaux noires et asiatiques

par **Nadia LEONARDI**, cosmétologue

Les peaux noires et asiatiques sont plus sujettes que les peaux « européennes » aux taches pigmentaires. Leur traitement doit être adapté et effectué par des professionnels ayant pratiqué régulièrement ces actes.

LES PEAUX NOIRES, DES PEAUX QUI MARQUENT À TRAITER EN DOUCEUR

À ma connaissance plus de 80 pour cent des peaux noires sont acnéiques. Elles présentent une hyperséborrhée accompagnée souvent de kystes inflammatoires qui après cicatrisation laissent place ensuite à une tache pigmentaire. C'est ce que l'on appelle les taches pigmentaires post-inflammatoires. On retrouve aussi ce type de taches qui restent très visibles, même des années après le traumatisme sur les cicatrices après petites coupures, brûlures légères ou plaies plus profondes. Ce sont des peaux qui marquent. On pourrait penser que ce sont des peaux résistantes car épaisses, mais elles gardent en mémoire tous les traitements anti-acnéiques antérieurs. Ces peaux sont donc fragilisées avec des risques de brûlures rapides si les peelings sont trop forts, la peau réagissant comme une éponge par endroit. Il est donc très important de les traiter avec douceur, en utilisant des peelings au pH haut donc doux qui éliminent la couche cornée sans irriter la peau ce qui pourrait entraîner des risques d'hyperpigmentation par endroit.

Pour éliminer les taches pigmentaires, il est conseillé de traiter tout d'abord leur terrain séborrhéique, avec des peelings à base d'acide salicylique, suivi de l'extraction des comédons. Ils provoquent très peu de desquamation et n'entraînent pas d'éviction sociale. Ces traitements doivent être accompagnés d'un suivi à domicile qui prend le relais du peeling professionnel. Par exemple, le matin une crème à base d'acide naturel d'écorce

de saule : l'acide salicylique, connu depuis l'antiquité pour ces pouvoirs contre l'acné. Ne pas oublier d'appliquer ensuite un produit de protection solaire à indice élevé. Le soir, une crème réparatrice et antibactérienne contenant du zinc par exemple peut être utilisée ponctuellement sur les kystes enflammés en alternance avec une crème exfoliante dépigmentante comme par exemple Phytic Crème de mene&moy, Whitening Cream de Bioface ou Pigment Regulator de Skinceuticals.

Les séances de peeling sont à réaliser tous les 15 jours pendant deux mois. Au départ une supplémentation en zinc par voie orale sera conseillée et si l'acné est trop sévère une antibiothérapie peut s'avérer nécessaire. On pourra noter au fil des traitements une amélioration notable de la séborrhée, une diminution des microkystes et également une diminution de l'imprégnation pigmentaire. Je conseille de faire suivre ces séances par un traitement spécifique pour les taches afin d'unifier le teint et de donner de la lumière à la peau avec la méthode **SKIN'ECLIPSE** offrant un traitement personnalisé innovant associant la luminothérapie à des produits cosmétiques dépigmentants. Ce concept spécifique prend en charge les cernes et certaines parties du corps, mains, pieds, genoux, fesses, zones souvent plus pigmentés, demande fréquente des patientes qui ont le désir d'harmoniser la différence de couleur de ces zones.

Le traitement des cicatrices hyperpigmentées peut être avantageusement complété par la technique d'AQUA REJUVENATION®

consistant à pratiquer une microdermabrasion par projection de poudre de noyaux de fruit suivie d'une projection sous haute pression de micros jets de solution dépigmentante. Pour les peaux noires ne présentant pas de problème particulier, on pratiquera des peelings superficiels à base d'acide glycolique tous les 15 jours pour donner de l'éclat, avoir une action unifiante et resserrer le grain de peau.

LES PEAUX ASIATIQUES, DES PEAUX QUI SUPPORTENT MAL LES PRODUITS DÉPIGMENTANTS

Les peaux asiatiques se marquent prématurément de taches pigmentaires, environ quinze ans plus tôt que chez les populations à peau blanche. Généralement, on constate sur les peaux asiatiques les phénomènes suivants : taches pigmentaires surtout au niveau des pommettes, peaux fragiles et réactives notamment au niveau péri-oculaire qui est une zone très facilement irritable, résistance au laser (voir impossibilité de les traiter avec).

Il faut effectuer des peelings légers répétés comme les peelings à base d'amande (acide mandélique), peelings très doux, non irritants et non photosensibilisants. Ils peuvent donc être utilisés toute l'année même en été. Ce type de peeling provoque une exfoliation douce de la peau sans entraîner brûlure ni rougeur cutanée. Utiliser en relais des crèmes dépigmentantes non irritantes en laissant un espace de soin cocooning afin que la peau soit apaisée. Je conseille un soir par semaine de faire un break (par

exemple, appliquer un masque hydratant en prenant son bain et le faire pénétrer pour la nuit). Le matin : gel Alexandrite Alchimie Forever ou sérum Phloretin CF de Skinceuticals ou Flavo C de Auriga, un produit de protection solaire à indice élevé. Le soir : crème dépigmentante Even Better de Clinique, Phyto de Skinceuticals, Crème Dépigmentante, White System Sérum Eclaircissant de SKIN'ECLIPSE. On peut compléter le traitement par des gommages et des masques une fois par semaine : Anti Oxydant Kantic Mask, Eximer Plus de Alchimie Forever.

Les peaux asiatiques sont difficiles à traiter : elles supportent peu de produits dépigmentants, la localisation de leurs taches laisse peu de possibilités de traitement car ce sont souvent des zones sensibles et très réactives. Enfin le cosmétologue devra servir de guide à la patiente, dans l'éducation. Ici il s'agit de lui apprendre à gérer cette pigmentation en surveillant l'efficacité du traitement, l'absence de rougeur le matin au réveil et lui apprendre également à doser la quantité de crème dépigmentante à utiliser : dosez sans abuser. ■

POUR ALLER PLUS LOIN

- **Peau noire : cosmétologie et dermatologie** - Dr Camille Fitoussi - Éditions J LYON
- **L'hyperpigmentation et ses traitements cosmétiques** - Dr Jean Luc Levy - Collecjion ARNETTE, 2009
- **Taches et peau noire, les vraies solutions** - Dr Camille Fitoussi - Éditions J LYON

LE BLANCHIMENT DE LA PEAU, ATTENTION DANGER !

Le blanchiment de la peau ou l'éclaircissement de la peau n'est pas seulement un phénomène qui touche les africaines, beaucoup de maghrébines succombent à cette tentation. Pour se blanchir la peau, elles utilisent des produits fortement toxiques, sans forcément avoir conscience du danger qu'ils représentent. Si le phénomène est un véritable problème de santé publique dans certains pays d'Afrique, les pays occidentaux ne sont pas épargnés. La France a d'ailleurs lancé, une grande campagne de sensibilisation aux dangers inhérents au blanchiment de la peau.

Taches pigmentaires :

bien préparer sa peau avant soleil

par **Nadia LEONARDI**, cosmétologue

On a toutes envie de bronzer mais comment prendre des couleurs sans risque d'aggraver ses problèmes de taches pigmentaires. Nous ne sommes en effet pas tous égaux face au soleil.

Une personne présentant des problèmes de taches pigmentaires devra toute sa vie se protéger car si on a réussi à traiter les taches, on ne pourra pas traiter sa prédisposition à tacher. Cependant pour limiter les dégâts, il faut savoir respecter quelques règles :

- > Éviter les épilations à la cire trop chaude qui entraînent une irritation. Celle-ci peut lors de l'exposition au soleil se transformer en tache.
- > Éviter tous les produits photosensibilisants comme les parfums par exemple. Attention au cou et au décolleté et aux eaux de toilette pour homme qu'ils s'appliquent sur le torse avant de marcher au soleil. Certains médicaments peuvent aussi être photosensibilisants.
- > Éviter l'application de certains produits topiques irritants.
- > Éviter les hammans trop fréquents et l'utilisation d'huile de carotte, de jus de citron et surtout les frictions trop fortes lors des gommages au gant ou au savon.

QUELLE EST LA BONNE CONDUITE À TENIR ?

> User et abuser d'antioxydants qui vont agir en tant que véritable bouclier de peau en application locale par exemple Diode 1 et 2, Alchimie Forever à base de thé vert, Serum Phloretin Skinceuticals, Flavo C Auriga, Vino Perfect de Caudalie ...

> Utiliser une crème de protection solaire anti UVA et UVB à fort indice de protection que vous superposerez à votre produit de soins de jour. Appliquer le dès les beaux jours sur le visage et les mains.

> Ayez toujours dans votre sac un stick solaire (La Roche Posay, Avene...) que vous utiliserez dans la journée. À appliquer avec son maquillage sur les zones les plus sensibles lorsque vous êtes au soleil sur une terrasse de café par exemple. L'application de tout produit solaire devra être renouvelée toutes les deux heures.

Et enfin utiliser des compléments alimentaires antioxydants qui aident à lutter contre les radicaux libres.

QUE FAIRE AVANT DE S'EXPOSER AU SOLEIL ?

Malheureusement, personne n'a encore mis au point un « programme » avant soleil mais pour celles qui souhaitent obtenir en toute sécurité un hâle qui vous donnera bonne mine, voici nos conseils.

Une peau bronzée par les UV ne veut pas forcément dire une peau protégée. Les séances d'UV ne permettent pas de fabriquer de la mélanine qui permettra d'augmenter la barrière cutanée. Une exposition progressive aux « vrais » rayons du soleil déclenchera la production de mélanine et épaissira votre peau.

Le gommage avant exposition peut être intéressant à condition de ne pas trop diminuer les couches de l'épiderme. Vous pouvez avec un gommage, voir un peeling léger, vous débarrasser de toutes les cellules mortes qui vous empêcheront d'obtenir une peau lisse. Il faut le faire en douceur et ne pas attaquer votre barrière épidermique indispensable à votre protection.

Les autobronzants vous apportent un teint hâlé mais comme les UV ne renforcent pas votre protection contre les ultraviolets. Même si vous avez l'impression d'être bronzée, il faudra malgré tout utiliser une crème de protection solaire.

Les compléments alimentaires jouent le même rôle que les séances d'UV ou les autobronzants avec quelquefois en plus une meilleure hydratation de la peau. Les compléments vont vous apporter un effet bronzage et surtout prolonger votre coloration. Ils ne produisent pas de mélanine. Vous pouvez également absorber dans votre alimentation plus de carotène que vous trouverez dans les carottes mais aussi le persil, le melon, la tomate, les mangues. Vous obtiendrez plus de vitamine A aux propriétés antioxydantes.

Attention, certains dermatologues préfèrent éviter de donner des compléments alimentaires à base de bêta-carotène lorsque l'on a une prédisposition aux taches pigmentaires.

Enfin, **hydratez votre peau** avant, pendant et après exposition. Vous pouvez utiliser la majeure partie des crèmes solaires qui vous apportent cette hydratation et certains compléments alimentaires.

CLAUDE



Chirurgien Qualifié en Chirurgie Plastique, Reconstructrice et Esthétique Diplômé du D.E.S.C. de Chirurgie Plastique, Reconstructrice et Esthétique. Diplômé du Collège Français de Chirurgie Plastique, Reconstructrice et Esthétique. Chirurgien Assistant Pr. Yaremchuk Plastic Surgery - Harvard, Boston, USA. Plastic Surgery Laboratory - Harvard, Boston, USA. Ancien Chef de Clinique. Ancien Interne des Hôpitaux de Paris. Enseignant au Diplôme National d'Injections en dermatologie et en chirurgie plastique (Paris V-XII).

COSTA



Pierre Costa est Chef du Service d'Urologie-Andrologie du CHU Caremau à Nîmes depuis 1996. Il a obtenu son diplôme de Docteur en Médecine à la Faculté de Médecine de Montpellier en 1981 et a été nommé à Diriger des Recherches en Urologie. Il est professeur des Universités en Urologie depuis 1995. Membre actif de plusieurs commissions scientifiques françaises et internationales, il préside aujourd'hui la Commission Inter-Hospitalo-universitaire de l'Andrologie (AIHUS). Ses centres d'intérêt en Urologie médicale et en recherche sont essentiellement les troubles mictionnels et l'andropause. Chercheur actif, il a donné de nombreuses conférences et a publié plusieurs articles. Il est l'auteur du livre intitulé : « Couple fragile des deux n'est pas elle », publié en 2010 aux éditions Anne Carrière.

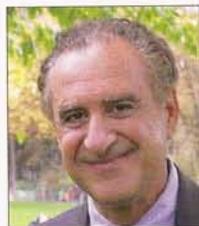
DALLE



Thèse en 1982 à Paris. Diplômé d'acupuncture, mésothérapie, hypnose Ericksonienne. A partir de 1995, passion pour le domaine du vieillissement et de la recherche sur la longévité. Exercice de

l'anti-âge depuis 15 ans. Conférencier international sur la médecine anti-âge (Congrès de type Mondial de l'anti-âge). Chargé de cours (France et organisation internationale) à la faculté de Médecine de Paris. Directeur scientifique de congrès internationaux anti-âge. Sociétés savantes : Président de la WOSIAM (World Society for Interdisciplinary Anti-Aging Medicine). Président Fédération Européenne de l'Age Actif. Membre de l'International Hair Research Society. Livres : « Guide pratique de médecine anti-âge », « Anti-Aging : the guide » (pour les médecins) (version française et anglaise), « Les traitements anti-âge », « Peau et anti-âge ».

David ELIA



Le docteur David Elia, Gynécologue, est l'auteur de très nombreux livres pour le grand public (plus de 35 ouvrages) dont plusieurs ont été des Best Sellers, édités chez la plupart des éditeurs Français. Le Dr David Elia est membre de la Société Française de Gynécologie (SFG), vice président de l'association Francophone pour l'Après Cancer du Sein (AFACS). Il est le créateur de 2 Centres de la ménopause de la FM P et de la MG (la Fédération des Mutuelles Parisiennes et la Mutuelle Générale). Il est depuis plus de 15 ans le rédacteur en chef de la revue gynécologique spécialisée GENESIS, revue plébiscitée n°1 par ses confrères gynécologues. Enfin il anime un site grand public d'informations gynécologiques très complet : www.docteurdavidelia.fr.

Marc GALIANO



Chirurgien Urologue-Andrologue de l'Institut Montsouris, Activité libérale d'Andrologie, Paris 9ème, Ancien chef de clinique des Hôpitaux de Paris, Spécialiste de la maladie de Lapeyronie, de la chirurgie de la verge et du traitement de l'impuissance masculine. Président de l'association AERAUS (Association pour l'Enseignement et la Recherche en Andrologie, Urologie et Sexologie). Membre de l'AFU (Association Française d'Urologie). Membre titulaire du comité d'andrologie de l'AFU. Directeur de l'Enseignement du module "Dysfonction érectile" à l'Ecole Européenne de

chirurgie (Paris). Membre de la SFMS (Société Francophone de Médecine Sexuelle).

Stéphane GENTIL



Ancien interne des hôpitaux, ancien assistant des hôpitaux, Chef de clinique à la faculté, Membre de la Société et du Collège français de chirurgie plastique reconstructrice et esthétique. Member of the American Academy of Cosmetic Surgery. Member of the American Academy of Ophthalmology. Post graduate of the Harvard Medical School.

Dr Véronique ISNARD



Praticien Hospitalier - Responsable du Centre de Procréation Médicalement Assistée du CHU L'Archet - Nice.

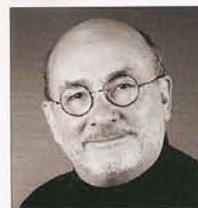
Elyane LEBRE



Avant de se former pour devenir consultante - formatrice en nutrition et anti-âge à Paris, Elyane Lebre a été journaliste grand reporter : TF1, Vogue, Elle et

Psychologies. Aujourd'hui, membre de l'Association Française Anti-Âge (AFAA), elle est spécialiste des tactiques les plus pointues de l'alimentation vivante dans la prévention de l'âge. Après avoir suivi, à Montréal et à New York, la formation « Chef on Raw and Living Food », elle anime des ateliers gourmands de cuisine crue et anti-âge. Elle forme aussi des chefs à la cuisine santé/plaisir : Le Maceo, le Willi's à Paris, La Maison Arabe à Marrakech. Créatrice culinaire, elle élabore également une cuisine raffinée et très aguichante. Elyane Lebre a publié : « Les algues, 10 façons de les cuisiner » aux éditions de l'Épure. Les recettes du livre du docteur Claude Dalle : « Le Guide pratique de la médecine anti-âge », éditions Thierry Souccar, « La diététique anti-âge » éditions Thierry Souccar. www.nutrideliv.com

Jean Claude LE JOLIFF



Professeur associé à l'UVSQ, Jean Claude Le Joliff est biologiste et spécialiste de cosmétique. A ce titre, il suit attentivement depuis plusieurs années l'évolution de la beauté instrumentale.

Nadia LEONARDI



Cosmétologue internationalement reconnue dans le traitement des taches pigmentaires. Consultante en matière de peeling et de traitement de réjuvenation cutanée, c'est auprès du Dr Luigi Polla au centre FOREVER LASER INSTITUT (Genève) premier institut d'esthétique médicalisée d'Europe où elle exerce, qu'elle a mis au point ses techniques de soins pour les mélasmas et les cicatrices pigmentées. Elle est intervenante dans de nombreux congrès internationaux sur les sujets du traitement des taches pigmentaires et publie dans des revues spécialisées. Nadia Léonardi est à l'origine du concept SKIN'ECLIPSE, nouvelle approche innovante du traitement des hyperpigmentations cutanées. Technique brevetée permettant une personnalisation du traitement.

Patrice MARENCO



Spécialiste et ancien Pr. des Hôpitaux, Ancien chef d'unité de recherche clinique hospitalière, Doctorat d'état en Médecine (1999), Master's Degree de Recherche en Physiologie Intégrée (Ecole doctorale des Sciences de l'Environnement en 2006), Formation en Médecine Esthétique au Centre Hospitalier Universitaire Vaudois (Lausanne), Médecin praticien FMH (Fédération des Médecins Suisses), Membre de la Société Européenne de Dermatologie Cosmétique et Esthétique (ESCAD), Membre de la World Society Interdisciplinary Anti-Aging Medicine (WOSIAM), Membre de la World Anti-Aging Academy of Medicine (WAAAM). Il exerce depuis plusieurs années, la médecine esthétique (acides hyaluroniques, toxine botu-