



BEAUTÉ

Botox acide hyaluronique peeling Je me lance ou pas ?

Offrir un petit coup de pouce à la nature, c'est tentant. Mais gare aux dérives et à l'effet « too much ». Avant de prendre rendez-vous, on fait le point entre fantasmes et réalité.

PAR EMMANUELLE LANNES. PHOTOS EMMANUELLE HAUGUEL. RÉALISATION VISUELLE DOMIQUE ÉVÈQUE.

Sur les réseaux sociaux, filtres en pagaille et youtubeuses à la peau ultra lisse ont décomplexé nos envies, et surtout modifié l'idée que l'on se fait des injections ou interventions esthétiques. Aujourd'hui, en particulier pour les 18-34 ans, cette « triche » n'est absolument plus taboue. Un courant mainstream, amplifié par les confinements successifs qui ont mis notre image à rude épreuve. Relaxer des traits crispés ou rebooster un teint fatigué, pourquoi pas... à condition d'oublier Kim K et ses excès. Et d'opter pour une mini-intervention (pas dix), à faire dans les règles de l'art dans un cabinet médical. On ne se sent pas prête à 100 % ? C'est qu'il faut laisser tomber. Bonne nouvelle : il existe aussi des moyens d'agir avec le meilleur outil qui soit, la pulpe des doigts et des soins adaptés.

J'ai la ride du lion

Quand se jeter à l'eau ? Stress, écrans à haute dose, télétravail non-stop... Dès 25 ans, une fille à la peau fragile ou sensible peut voir apparaître cette fameuse cassure entre les deux sourcils qui donne un air sévère. Si c'est vraiment gênant, on peut l'effacer d'un petit coup de toxine botulique, communément appelée Botox®. En prime, une action préventive en intervenant avant que la cassure ne s'installe.

Comment ça se passe ? La toxine botulique est une molécule « paralysante », complètement réversible et qui, bien maîtrisée, ne présente aucun risque ni effet secondaire. Cinq micro-points suffisent à régler ce petit souci. Ça ne fait pas mal et l'effet dure six mois, avec parfois la bonne surprise de constater qu'on n'en a plus besoin.

Alternative maison. Tous les soirs, on détend la zone : d'une main, bloquer la ride, de l'autre, pincer fermement et lisser les sourcils vers le haut. La peau est rouge, chaude ? C'est le signe que la microcirculation est relancée et que les nutriments reviennent à la surface. Ensuite, assouplir à l'huile ou au sérum végétal. **Quoi ?** Huile de coco, Waam ; Huile de prune, Oden ; Sérum Immortelle Divine, L'Occitane.

J'ai le front froissé

Quand se jeter à l'eau ? Depuis la maternelle, on est hyper-expressive. On fait rire les autres, on imite tout le monde... À la longue, les rides d'expression marquent le front. Ça nous dérange beaucoup ? On peut réagir avec une intervention light mais efficace.



Assistants stylisme Linda Khirat et Marion Renoux.
Maquillage Lisa Legrand, agence airport. Coiffure Cyril Lanoir, agence wise and talented. Photos réalisées à l'Hôtel Long Beach Mauritius, A Sun Resort Hotel.



Comment ça se passe ? L'objectif : bloquer la transmission neuromusculaire dans les couches profondes de la peau, à l'origine de toutes nos mimiques. Le dermato nous fait grimacer et marque au crayon les plis trop marqués, puis injecte sur ces points un dosage de Botox® sur mesure. Quinze jours plus tard, contrôle et retouche éventuelle.

Alternative maison. Matin et soir, pendant 3 minutes, on « bloque » les ridules avec une main, et de l'autre, on stimule. Puis, avec la pulpe des deux index, on dessine des « points de croix » sur le front en remontant jusqu'à la racine des cheveux. La peau est alors prête à recevoir des peptides comme l'Argireline, un actif décontractant.

Quoi ? Sérums Pro Perfectionist, Estée Lauder ; Argireline Solution 10 %, The Ordinary, deciem.com.

J'ai des ridules autour des yeux

Quand se jeter à l'eau ? Ce léger plissé donne vie au visage. Pour éviter l'installation de pattes d'oie aux commissures, on peut injecter des microdoses de Botox®.

Comment ça se passe ? 3 à 4 micro-points entre la tempe et l'extrémité du sourcil permettent d'agrandir le regard. Une piqûre de rappel tous les six mois est largement suffisante.

Alternative maison. On s'offre un outil en forme de champignon, en quartz rose, que l'on place au frigo. Dès qu'on se pose, on le masse autour de l'œil, de l'intérieur vers l'extérieur. Plus techno, un nouvel outil de beauté associe longueurs d'ondes optimales et sérum à bille massante.

Quoi ? Mushroom, La Maison du Tui Na + Soin Éclat Contour des Yeux, Ren ; Lightinderm et Sérums Repair pour rebooster le collagène, lightinderm.com.

J'ai la bouche trop fine

Quand se jeter à l'eau ? On rit, on pleure, on embrasse, on fume... Les lèvres s'affinent et des ridules peuvent





Pull Over
From Future.

8 réflexes avant/après

1. Seul un médecin peut exercer ce type d'interventions. Les piqûres à domicile et les tutos pour apprendre à les faire soi-même, c'est non. Chez les manucures, c'est non aussi. **2.** Demander un devis. Obligatoire et important car les prix peuvent varier selon les médecins. **3.** Penser traçabilité : sur son carnet de santé, on colle toutes les étiquettes des produits injectés. Ce qui permet, si

on change de médecin, de ne pas faire de « mauvais » mélanges. **4.** Planifier son rendez-vous juste avant le week-end. En cas de petits hématomes, appliquer au pinceau un correcteur jaune (Couvrance, Avène), puis un fond de teint compact avant de poudrer. **5.** Éviter l'aspirine ce jour-là. Elle fluidifie le sang et augmente le risque de petits bleus. **6.** Une heure avant l'injection et plusieurs heures après,

prendre 5 granules d'Arnica 9 CH. **7.** Durant les quatre heures suivant l'injection de toxine botulique, ne pas porter de casque de moto ou vélo pour ne pas appuyer sur la zone traitée. Et pas de postures de yoga tête en bas ! Pendant une semaine, pas de hammam, sauna ni massage du visage. **8.** Après l'intervention, on se protège du soleil : SPF 30 l'hiver et SPF 50 dès le printemps.

apparaître. Nous, on voudrait une bouche plus ourlée, sexy, voluptueuse, et on n'est pas la seule : c'est l'une des demandes qui explosent chez les dermatos (+ 20 % chez les 18-34 ans). Mais attention aux excès. Les proportions démesurées qui défigurent les visages et envahissent les réseaux ont standardisé des critères de beauté qui n'existent pas dans la nature. Donc on reste raisonnable et on s'accorde avec le dermato sur le sens du mot « pulpeux » : on parle d'harmonie avec le visage, de fraîcheur, de souligner une bordure de lèvres. Pas plus.

Comment ça se passe ? L'injection d'acide hyaluronique (lissant, hydratant, repulpant) est réalisée par le biais d'une canule que l'on fait glisser à l'intérieur de la lèvre. Le produit est couplé avec un anesthésiant instantané, mais les plus sensibles peuvent appliquer en couche épaisse une crème anesthésiante. C'est l'une des rares zones où l'acide hyaluronique disparaît assez rapidement, mais au bout de trois injections espacées, l'effet se stabilise.

Alternative maison. Matin et soir, on pince légèrement le contour des lèvres pour les repulper, puis on applique un baume blindé en acide hyaluronique, en lanoline ou en menthol.

Quoi ? 101 Ointment, Menthe, Lanolips ; Rose Perfecto Liquid Balm,

Givenchy ; Crème Contour des Yeux et Lèvres, Sisley, Sisley ; Sérum Time-Filler Intensive, Filorga.

J'ai la pommette plate

Quand se jeter à l'eau ? Ici aussi, les réseaux sociaux ont modifié les canons de beauté. On redescend sur terre et on s'offre un vrai face-à-face avec son toubib : examen statique, dynamique, de face, de trois quarts, de profil... Il nous fait parler, sourire, et c'est lui qui décide si des pommettes plus bombées vont coller avec notre visage et notre personnalité.

Comment ça se passe ? On ne fantasme pas sur le bombé de Huda : le médecin va injecter raisonnablement de l'acide hyaluronique, à la canule ou à l'aiguille, là où l'on sent l'os. La sensation est étrange... mais supportable.

Alternative maison. On hydrate la peau avec un soin blindé d'acide hyaluronique sous toutes ses formes (petit, moyen, lourd poids moléculaire), pour à la fois rester en surface et s'infiltrer en profondeur. Bonus : 3 minutes matin et/ou soir, on masse au roll-on ou au gua-sha, en partant de l'aile du nez et en remontant jusqu'à la tempe.

Quoi ? LiftActiv Supreme, Vichy ; Sérum Extrait de Jouvence, La Provençale ; Crème Hyalu-Procollagène, Thalgo ; Sérum Repulpant Fondamental, Patyka.



J'ai un teint de souris

Quand se jeter à l'eau ? On aime boire des coups, faire des pauses clope... Mais à force d'entendre qu'on a « une petite mine », on finit par détester ce teint grisâtre. La bonne indication ? Le peeling. Déconseillé aux peaux sensibles, il est sans risque pour les autres, et donne un vrai coup d'éclat.

Comment ça se passe ? Un mois avant le rendez-vous, on prépare la peau en l'imprégnant matin et soir d'une lotion ou d'un soin aux acides de fruits. Le jour J, le dermato applique une lotion glycolique quelques minutes, ça pique un peu. Puis rinçage à l'eau et vaporisation d'eau thermale pour couper la sensation de chaud. Obligation de porter ensuite un écran de ville, entre SPF 30 et SPF 50.

Alternative maison. À condition de ne pas avoir l'épiderme trop réactif, on applique tous les soirs une lotion parfaitement dosée en AHA. Au bout de 5 minutes, on se glisse sous un soin méga hydratant et réparateur.

Quoi ? Glow2 OH, Olen Enriksen, exclu Sephora ; Four Acid Peel, The Organic Pharmacy ; Sérum Intensive Propolis Salicylic Acid, Esthederm + Baume Apaisant

Restaurateur, Tolérance Control, Avène ; Cica-Crème, Bariéderm, Uriage ; Dexyane, Ducray.

J'ai la peau mollassonne

Quand se jeter à l'eau ? Snacking à répétition, nuits blanches devant Netflix ? Résultat : pores dilatés, imperfections et sensation d'épiderme qui se laisse aller. Sans aller jusqu'au fantasme

La gym entretien

À tester au moins une fois dans sa vie, la technique de Kinédermolift Manuelle agrippe le muscle profondément, tonifie et rosit le teint mieux qu'une balade au grand air. Une vraie séance de gym faciale, avec un massage intrabuccal pour repulper la peau de l'intérieur ! Toutes les stars en sont dingues. Rens.

Combien ça coûte ?

Injection de toxine botulique : entre 250 € et 400 € selon la quantité de produit utilisé et le nombre de zones traitées. **Injection d'acide hyaluronique :** entre 350 € et 400 €. **Peeling :** entre 120 € et 150 €. **Laser Pico Focus :** entre 200 € et 400 € la séance.

des teints nickel affichés sur Insta (rapel : les filtres ne sont pas la réalité), le dermato peut nous remotiver à l'aide d'un laser « belle peau » aux effets spectaculaires. Son nom ? Le Pico Focus.

Comment ça se passe ? Il faut faire 3 à 4 séances espacées de 2 à 4 semaines, mais dès la première, le grain de peau est resserré et le collagène stimulé. Très vite, la peau s'affiche toute lisse, voire débarrassée de ses cicatrices d'acné. Pendant les quinze minutes que dure la séance, ça claque comme un élastique sur la peau. Ensuite, le dermato applique un masque apaisant. On reste toute rouge pendant trois heures. Pour un résultat au top, on n'applique aucune crème hydratante pendant 48 heures, et on ne s'expose pas du tout. L'idéal ? Une fois par an.

Alternative maison. On mise sur les nouveaux soins anti-imperfections, à la fois capables de traiter les rides, les ridules et l'acné adulte.

Quoi ? Soin Boréade SL, ACM ; Sérum Keracnyl, Ducray ; [Pepti] Biotic, Gel-mat, SVR. ■

Merci au Dr Hervé Brunet, dermatologue esthétique, Centre ML Esthetics Paris ; à Galderma et son étude « Un beau selfie à quel prix ? » ; à Mari Laksperre, créatrice de l'appli Öko Face Fitness ; et à Annie Puigbo, facialiste.

Pour booster son RV dermato

1. L'outil sur mesure, Lightinderm.
2. La boisson, Cacao Glow, Aime, exclu Sephora.
3. Le boost de collagène + Crème Collagène Comblante Rides, Resultime.
4. Le mushroom, La Maison du Tui Na.
5. L'Anti-ageing Eye Massager, My Beauty Routine, Rowenta.
6. Le kit, Get Up, Sephora.
7. Le Masque de Nuit Cica, La Neige.