

Acné chez l'adulte : le point sur les nouvelles techniques pour en venir à bout

Publié le 16 septembre 2024 à 9h30

ÉDITION ABONNÉES



Acné chez l'adulte - © Photosomnia/ iStock

Selon l'étude All*, une personne sur cinq dans le monde est concernée par ce problème qui touche même les adultes (19,3 % des 25-39 ans), et davantage les femmes (23,6 %) que les hommes (17,5 %). Le point sur ce qui a fait ses preuves et les nouvelles pistes prometteuses pour gagner cette guerre des boutons.

Par Marie Munoz

JE M'ABONNE POUR 1€

DES NOUVEAUX LASERS MÉDICAUX

Ces derniers ne sont pas réservés qu'aux rides ou aux taches. La preuve.

Objectif : réduire la production de sébum **AviClear**, du laboratoire **Cutera**, se fait remarquer dans tous les congrès médicaux. Sa particularité ? Grâce à sa longueur d'onde spécifique de 1 726 nanomètres (nm), c'est le seul laser qui s'attaque à la racine du mal, soit les glandes sébacées, responsables de la surproduction de sébum : « À chaque séance, un certain nombre sont détruites, d'autres sont atrophiées », indique Nathalie Gral, vice-présidente de la Société française des lasers en dermatologie (SFLD).

Résultat ? Dès la première séance, les études du laboratoire **Cutera** montrent une diminution de 50 % des boutons. Notre peau étant dotée de 300 à 900 glandes sébacées par centimètre carré, on conseille au moins trois séances de 30 minutes au minimum sur trois mois. « Par la suite, les épisodes d'éruption de boutons sont plus courts, moins intenses et surtout moins fréquents », assure la dermatologue Rym Benmously Mlika : moins 97 % après deux ans, selon l'étude. Et ça marche sur tous les types de peau.

Un miracle ? La réduction semble significative sur le terrain, si l'on s'en tient aux nombreux témoignages d'Américains sur les forums (84 % de satisfaction sur realself.com), qui ont eu la primeur du traitement. Avec une routine quotidienne complémentaire de soins et d'hygiène adaptés, beaucoup obtiennent des résultats satisfaisants. Toutefois, on a peu de recul au-delà de deux ans, et aucune action n'est constatée sur **les pores dilatés** et les cicatrices.

Prix : 750 € la séance.

OBJECTIF : DIMINUER LES TÂCHES ET CICATRICES

« Pour les taches, les cicatrices ou les points noirs, on se dirige plutôt vers les lasers thulium comme le LaseMD Ultra de Lutronic, avec une longueur d'onde de 1 927 nm », conseille la dermatologue Caroline Pouget. Sa lumière crée des micro-canaux dans l'épiderme, ce qui permet de travailler en synergie avec différents actifs (vitamine A pour freiner **l'acné active**, resvératrol pour rééquilibrer le sébum, vitamine C pour les petites taches), qu'on applique pendant la séance, pour qu'ils pénètrent mieux.

Ses atouts ? « Il est moins profond que les autres lasers fractionnés non ablatifs déjà connus sur le marché, ce qui permet de voir le résultat plus rapidement », ajoute la Dre Gral. On pratique en général quatre séances de laser espacées d'un mois.

Prix : de 300 à 350 € la séance.

LE DUO ACIDE SALICYLIQUE ET ACIDE GLYCOLIQUE

« Ils sont indispensables, confirme la Dre Nathalie Gral. L'acide glycolique est un acide de fruits de référence (AHA) et son acolyte l'acide salicylique (BHA), un extrait de l'écorce du saule. On les applique en combo sous forme de peeling doux pour desquamer la couche superficielle de la peau qui s'est épaissie et empêche le sébum de sortir. Ils préviennent son accumulation à l'intérieur des glandes sébacées et resserrent les pores. Ils traitent aussi les taches laissées par les boutons d'acné, mais n'ont pas d'action directe sur la sécrétion de sébum. »

Le bonus : un super éclat du teint. À la maison, on prépare la peau avec une crème prescrite par le médecin, dosée à 15 % d'acide glycolique, quinze jours avant la séance. Au cabinet, on augmente les doses au fil des séances, jusqu'à 70 %. De trois à cinq rendez-vous, 100 € en moyenne la séance.

ET L'ACIDE RÉTINOÏQUE ORAL ?

« Cette molécule [contenue notamment dans Roaccutane, ndlr] est toujours le médicament de référence lorsqu'on a tout essayé », confirme la Dre Pouget : on le prescrit pour des acnés modérées à sévères très invalidantes, qui ont résisté à tous les autres traitements. Il assèche la glande sébacée pour la mettre au repos. Mais, dès qu'on arrête, ça recommence. Les effets secondaires ne sont pas négligeables : il peut modifier l'humeur et déclencher une dépression pour les personnes déjà fragilisées psychologiquement ; côté esthétique, la peau devient très sèche. Enfin, le traitement doit s'accompagner d'une contraception afin de ne pas tomber enceinte pendant ce laps de temps et éviter tout risque de malformation fœtale.

* Étude présentée par le laboratoire Pierre Fabre au Congrès mondial de dermatologie en 2023.

LE MICROBIOTE EN CAUSE ?

D'après Véronique Mounier, docteure en pharmacie et micronutritionniste, un microbiote intestinal déséquilibré entraîne un état inflammatoire qui favorise l'acné. Une hypersensibilité à certains aliments (gluten, produits laitiers, œufs notamment), l'excès de sucre, d'alcool ou encore une mauvaise gestion du stress peuvent aggraver cette inflammation. une piste à prendre au sérieux auprès d'un professionnel. À noter également, le rôle anti-inflammatoire des oméga-3 (petits poissons gras, oléagineux...), très précieux en cas d'acné, comme l'a démontré récemment une étude de l'hôpital universitaire de Munich, en Allemagne.