

beauté
dossier

Épilation définitive

ce qu'il faut savoir

AVANT D'Y ALLER !

C'est un sujet qui pointe son nez dès les premiers rayons de soleil, et pour cause ! On retire peu à peu doudounes, pulls et pantalons pour des vêtements plus légers qui laissent s'exposer la peau. Ce qui nous laisse face à ce que l'on avait un peu négligé, la pilosité. L'épilation dite « définitive » est-elle une solution pour ne plus se laisser piéger ? Peut-être, mais à condition de suivre certaines règles incontournables.

Marie Munoz et Suzy Jourdan

Avant d'envisager une épilation de longue durée, il faut d'abord savoir qu'avant 25 ans, les femmes n'ont pas terminé leur phase de maturité hormonale : les follicules pileux sont encore jeunes et trop robustes pour être détruits de façon optimale. Conséquence, avant cet âge et même au bout du nombre de séances requises (huit en général), il peut rester des poils récalcitrants et y revenir ne servirait à rien. Pour les hommes, on place le curseur plutôt vers 35-40 ans.

Quelles sont les zones concernées ?

En théorie, toutes les parties du corps peuvent être traitées. Mais en pratique on peut rencontrer certaines problématiques, c'est le cas du visage, par exemple. C'est en effet une zone complexe et les médecins redoutent ce qu'on appelle la repousse paradoxale. « *Quelques semaines après la séance, de nouveaux poils*

foncés apparaissent sur la zone traitée. Et pire encore, sur les zones adjacentes, comme les joues, le cou, le menton, explique le docteur Michael Naouri, dermatologue, spécialisé en laser, qui sont des zones hormono-dépendantes, sujettes aux repousses inesthétiques. Les peaux mates, au duvet dense, sont les plus touchées. Les échecs sont donc plus fréquents, non seulement à cause de la densité de poils plus importante, de l'épaisseur de la peau, mais aussi de cette influence hormonale », enchaîne le dermatologue. Pour éviter tout ça, on ne joue pas à l'apprenti sorcier et on remet ses poils du menton à un praticien rompu aux techniques du laser. Autre critère pour obtenir des résultats

significatifs : que le poil soit assez foncé. En effet, les poils blancs ou blonds, qui contiennent peu de mélanine, ne seront pas impactés par les effets du laser ou de la lumière pulsée.

Pour quelle méthode opter ?

Deux technologies se partagent le plus gros du marché de l'épilation définitive : le laser et la lumière intense pulsée. Comment ça marche ? « L'énergie lumineuse, monochromatique des lasers ou polychromatique des lampes pulsées, va être absorbée par la mélanine

située dans le bulbe pileaire et transformée en chaleur, explique le docteur Nathalie Gral, dermatologue et membre de la SFLD (Société Française des Lasers en Dermatologie). Le but est en effet de détruire par effet thermique les structures germinatives profondes, dont le bulbe du poil, de façon à ce qu'il ne puisse plus repousser, et ce sans endommager les autres structures de la peau, poursuit notre spécialiste. « Les laser Diode 800 nm et laser Alexandrite 755 nm permettent d'épiler avec un meilleur ratio efficacité et risques d'effets secondaires. Le laser Nd:YAG 1 064 nm, quant à lui permet d'épiler les peaux foncées et bronzées, mais au prix d'un inconfort plus important. » précise Nathalie Gral. « Aujourd'hui les plateformes laser sont de plus en plus performantes. Ainsi, le

PRÉPARER SA PEAU À UNE SÉANCE D'ÉPILATION

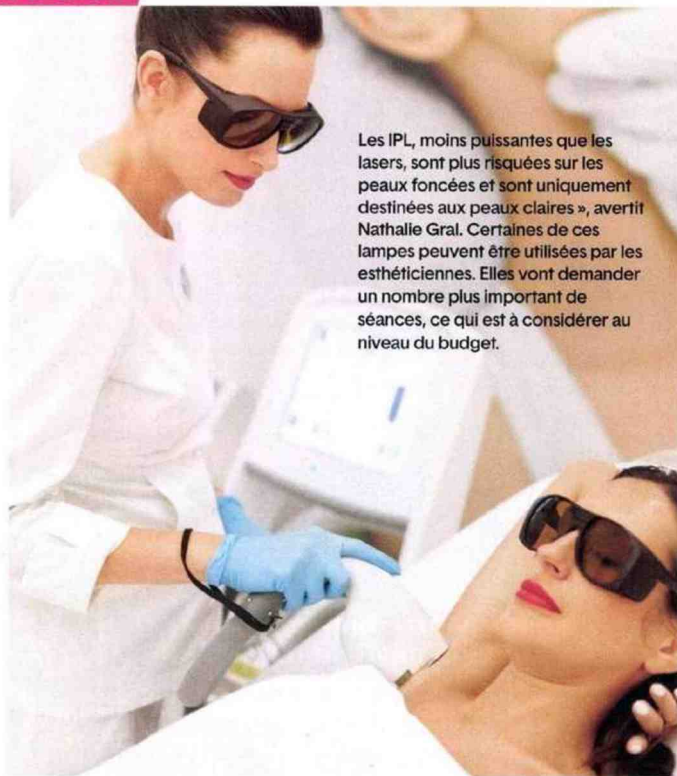
On ne fait pas d'épilation à la cire ou à la pince à épiler au moins deux mois avant la première séance de laser, ainsi qu'entre chacune d'elles. La cire arrache une partie du bulbe et, sans bulbe, pas d'épilation définitive ! Et on ne vient pas bronzé(e), ou même hâté(e) par un autobronzant. En effet, les rayons ne font pas la différence entre la mélanine de la peau et celle du poil. Lorsque le praticien pose l'embout au-dessus du poil, il risque donc de brûler la peau.

Il n'existe pas de contre-indications chez les patients prenant des médicaments photosensibilisants. Les lasers épilatoires ont une seule longueur d'onde, loin de celles des UV et ne représentent pas de risque de cancer de la peau.

laser Clarity II (Lutronic) combine les différentes longueurs d'onde pour pouvoir traiter tous les phototypes de peau et ce, toute l'année, puisque même les peaux bronzées sont éligibles, nous apprend le docteur Solange Jung-Hamoude, médecin morphologue et anti-âge. « À éviter cependant, chez les peaux très claires qu'il est préférable de traiter non bronzées. Autre avantage, sa rapidité. La fréquence rapprochée des tirs laser permet de réduire considérablement la durée des séances (de 1h20 à 45 minutes pour jambes, aisselles, maillot par exemple). Enfin, grâce une surface de traitement



beauté dossier



Les IPL, moins puissantes que les lasers, sont plus risquées sur les peaux foncées et sont uniquement destinées aux peaux claires », avertit Nathalie Gral. Certaines de ces lampes peuvent être utilisées par les esthéticiennes. Elles vont demander un nombre plus important de séances, ce qui est à considérer au niveau du budget.

plus large, la séance d'épilation devient quasiment indolore. » conclut le docteur Jung-Hamoudé. Ajoutons que la technologie de Clarity II est efficace même sur les poils les plus fins.

L'électrolyse et la haute fréquence

L'électrolyse consiste à brûler, un à un, les poils à la racine à l'aide d'une aiguille, l'épilation peut donc être longue et fastidieuse, douloureuse et chère car selon la pilosité, nécessiter un nombre important séances. Aujourd'hui, l'électrolyse se pratique à haute fréquence, ce qui représente une solution innovante. À l'inverse des technologies utilisant la lumière et qui ont besoin, entre autres, de la mélanine pour transporter l'énergie jusqu'au bulbe via le poil, la haute fréquence produit son effet thermique directement au cœur du follicule, quelles que soient la couleur du poil, de la peau (même bronzée), l'épaisseur du poil, sa nature ou sa finesse (duvet).

Est-ce que douloureux ?

Comme on l'a vu, il existe différents lasers : le laser Alexandrite pour traiter les peaux claires, le laser Yag pour les peaux foncées. Tous deux sont dotés d'un système de refroidissement, ce qui réduit l'inconfort ressenti lors du tir des lasers. « Le refroidissement a deux intérêts : un effet antalgique, et un effet de protection de l'épiderme, précise le docteur Naouri. En refroidissant la surface, on peut utiliser des puissances plus fortes qui vont bien agir en profondeur tout en limitant le risque de dommages superficiels. » En ce qui concerne le terme « définitif » il faut savoir que des séances d'entretien peuvent être nécessaires sur le corps : la repousse pouvant être favorisée, entre autres, par des modifications hormonales lors de grossesse, ou à la prise de contraception, d'autant plus si le traitement a été commencé à un âge jeune. Sur le visage, les séances d'entretien sont quasi systématiques sur les zones qui peuvent être traitées.

En INSTITUT ou chez le MÉDECIN ?

Initialement, selon la législation française, seuls les médecins avaient le droit d'utiliser les lasers et les lumières pulsées. Puis, en 2019, un décret autorisant les centres esthétiques à pratiquer la lumière pulsée ou lampe flash a vu le jour. Après maints rebondissements juridiques, les esthéticiennes ont ainsi obtenu le droit de proposer des épilations à la lumière. Les lasers restent toutefois à aujourd'hui, une exclusivité des cabinets médicaux ou des centres d'épilation disposant de la présence d'un médecin. Mais un nouveau décret autorisant les esthéticiennes à utiliser des lasers à visée esthétique pourrait voir le jour cette année, dont les lasers épilatoires. Quant aux appareils que l'on utilise à domicile, ils s'adressent en priorité aux peaux claires et aux poils foncés. Si le traitement est réalisé sur des poils trop fins, des peaux bronzées ou des duvets rasés, vous risquez d'avoir de mauvaises surprises, même si les puissances délivrées sont faibles et réputées sûres.

Pour une épilation sûre et efficace

Nathalie Gral l'affirme : la consultation médicale avant un acte laser est indispensable. « Elle permet de renseigner les antécédents médicaux personnels et familiaux, de diagnostiquer un éventuel problème hormonal et qui nécessiterait un traitement. C'est à ce moment également que sera réalisé l'examen de la peau et des poils, afin de déterminer le choix des paramètres du laser, dont dépend l'efficacité et la sécurité de la procédure. Enfin, l'examen médical permet de dépister un grain de beauté suspect et de repérer d'autres affections cutanées ou troubles pigmentaires, poursuit la spécialiste. Le traitement doit être exécuté ou supervisé par un médecin, même si la délégation du traitement peut être possible à une infirmière ou une assistante dermatologique ayant suivi une formation. En revanche, les paramètres doivent être validés en présence du médecin et le matériel doit disposer d'un marquage CE médical », conclut le docteur Gral. Conclusion, si vous avez opté pour un centre d'épilation, que l'on ne vous propose pas cette consultation médicale préalable, et où vous ne rencontrez aucun médecin avant la séance, il est préférable de changer d'adresse ! ■