

Le vieillissement

Comprendre le processus du vieillissement et le prévenir

Le vieillissement est un processus complexe, lent et progressif, qui implique divers facteurs biologiques, psychologiques et sociaux. Ces facteurs sont en partie génétiques et en partie liés à l'histoire de vie de chacun. C'est un processus naturel. Pas le choix, c'est inéluctable. Mais, on peut faire le choix d'anticiper et de prévenir un vieillissement prématuré, en comprenant le fonctionnement de notre corps prenant de l'âge.

La médecine esthétique propose diverses solutions dans le domaine de la prévention du vieillissement, pour aider à préserver ou améliorer la qualité de la peau et diminuer l'impact des années sur le visage.

Le vieillissement de la peau

Le vieillissement de la peau est un phénomène naturel au même titre que le vieillissement de l'ensemble des organes et de l'organisme. Les cellules de la peau se renouvellent constamment, mais au fur et à mesure, la durée du cycle se rallonge. Ainsi, de vieilles cellules s'accumulent, donnant un aspect de peau sèche, qui accentue les rides.

Une peau moins élastique

La manifestation la plus frappante du vieillissement de la peau est la perte d'élasticité de la peau. Dans un premier temps, celui-ci se manifeste

surtout par un retard de la peau à retrouver sa position initiale après son étirement. Ensuite, la peau perd presque complètement son élasticité pour laisser apparaître un relâchement constant : ptose du visage, apparition de rides.

Les rides

On distingue classiquement

- les rides fines, nettement accentuées par la déshydratation de la peau
- et les rides d'expression, provoquées par les contractions répétées des muscles du visage (le visage est particulièrement riche en muscles au niveau du front (plissé du front, rides du lion,...), du pourtour de la bouche (plissé péribuccal,

sillons nasogéniens) et des yeux)

La médecine esthétique propose diverses solutions pour prévenir et traiter les rides :

- L'utilisation de toxine botulique permet d'atténuer aussi bien les rides horizontales que les rides verticales provoquées par la contraction des muscles. Ce traitement permet de lisser les reliefs cutanés, d'obtenir ainsi un effet de rajeunissement par relâchement de la tension musculaire ainsi qu'un effet préventif et protecteur contre le vieillissement.
- L'acide hyaluronique est aujourd'hui considéré comme le produit de référence en médecine anti-âge pour le comblement et cette substance est fréquemment utilisée pour combler des sillons, des rides ou des ridules.
- Les lasers fractionnels (Pearl® ou Icon®) sont des nouveaux lasers tenseurs et volumateurs perfectionnés conçus pour traiter le grain de peau, les rides, les cicatrices et les vergetures. Ils permettent la réduction des rides et ridules ainsi que

l'augmentation de la tonicité de la peau et l'amélioration de sa texture.

Les taches

Des taches brunes apparaissent sur le dos des mains, sur le visage ou sur le corps, comme conséquence de l'exposition au soleil et également à la lumière du jour, ainsi que du temps qui passe. Ces taches peuvent constituer un dommage esthétique dans la vie quotidienne car elles attirent l'attention. D'autres petites excroissances peuvent également apparaître sur le visage ou le corps, stimulées par le soleil, les frottements ou se développant simplement avec les années.

Après vérification clinique de leur nature bénigne, un traitement par laser, à l'azote ou par électrocoagulation permet une amélioration rapide et très nette de ces taches, redonnant à la peau son aspect antérieur, sans aucune cicatrice. Ce traitement est fréquemment pratiqué aussi bien sur les hommes que les femmes. Une consultation médicale est néanmoins nécessaire afin de s'assurer de la nature exacte des taches.

Rougeurs, couperose, angiomes, veinules

La couperose est caractérisée par l'apparition sur les joues et le nez de petits vaisseaux sanguins dilatés disgracieux. Un traitement pratiqué à l'aide d'un laser vasculaire permet d'améliorer nettement la peau, en supprimant les rougeurs et en donnant au teint un aspect moins terne, plus homogène et globalement plus jeune. Pratiqué sous surveillance médicale, c'est l'un des traitements laser les plus courants, la couperose étant fréquente dès l'âge de 30 ans chez les femmes comme chez les hommes.

Les télangiectasies, veinules ou varicosités des membres inférieurs de taille petite et moyenne peuvent également se révéler gênantes. Une évaluation clinique préalable permet de déterminer la nature des veinules et la nécessité préalable ou pas d'un bilan angiologique. Après l'exclusion d'un problème sous-jacent plus important, ces veinules peuvent être traitées par sclérothérapie ou par laser.

Modification des volumes du visage

Le vieillissement du visage ne se traduit pas uniquement par la perte d'élasticité de la peau ou l'apparition de rides, il s'accompagne aussi de changement dans la morphologie. Les tissus gras présents sous la peau et donnant au visage son volume et son allure juvénile se déplacent.

Les volumes du visage qui diminuent

Avec les années, les tissus gras et musculaires sous la peau tendent à fondre, et les volumes du visage diminuent :

- perte de l'arrondi des pommettes
- affinement de la bouche (des lèvres)
- creusement des joues (surtout chez les personnes minces et/ou fatiguées)
- creusement des tempes, de l'arrière des joues et des pommettes (il donne un effet de « squelettisation » au visage),
- perte de volume de l'angle de la mâchoire

Pour traiter ces pertes de volumes, la médecine esthétique recourt aux injections de produits de comblement. Ce sont des gels clairs et transparents, constitués d'acide hyaluronique (proche de celui présent naturellement dans notre peau) qui sont fréquemment utilisés pour :

- combler des sillons, des rides ou des ridules,
- redessiner les lèvres (contour), les épaissir si elles sont trop fines, ou les rendre plus pulpeuses
- redessiner le contour du visage ou combler des dépressions (creux) ou manques de volumes (pommettes, cernes, menton, contour mandibulaire, joues, nez, fosses temporales)

Les volumes qui s'empâtent avec l'âge

A l'inverse, certaines zones du visage s'empâtent avec l'âge. Le volume qui s'installe dans la partie basse du visage signe le vieillissement (alors qu'un bas du visage affiné donne un aspect plus jeune).

- perte de l'ovale de la partie basse du visage : elle est accentuée par l'empâtement des bajoues lié à la descente progressive de la graisse des pommettes et des joues vers le bas du visage et aussi par l'excès de poids.
- le double menton : est une simple accumulation de graisse locale, accentuée par l'excès de poids.

Les facteurs accélérant le vieillissement de la peau

Les cellules de la peau sont sensibles au stress oxydatif, marqué par l'accumulation de "radicaux libres". Il existe des facteurs aggravant et accélérant le vieillissement naturel de la peau, qui sont généralement ceux qui augmentent le stress oxydatif. Parmi ceux-ci on peut citer :

- Le soleil et les expositions solaires : les ultra-violettes sont responsables d'une fragilisation par mutations au sein des cellules de la peau, ce qui favorise notamment les cancers de la peau. De même, les UV gênent la fabrication des fibres

élastiques des couches profondes sous cutanées, provoquant un derme plus rigide et plus fin, moins élastique. Enfin, les UV accélèrent le renouvellement des cellules de la peau et leur mort prématurée : la peau devient donc plus fine et parcheminée.

- Le vieillissement hormonal : la diminution des hormones sexuelles chez la femme (en particulier chez la femme ménopausée) accentue les effets du vieillissement cutané. La carence en hormones féminines engendre une perte du collagène contenu dans les couches profondes de sa peau et une déshydratation.

- Une alimentation pauvre en anti-radicalaires et acides gras essentiels.
- Le tabac : riche en substances nocives pour la peau, le tabac dégrade l'acide hyaluronique et provoque l'accumulation de fibres élastiques de mauvaise qualité. Il provoque un teint gris et terne et augmente la rétention de sébum dans la peau, source d'acné.
- D'autres facteurs aggravent le vieillissement de la peau, tels que le stress qui pourrait augmenter la sensibilité de la peau aux radicaux libres, la pollution environnementale,...

Les cosmé- ceutiques pour la prévention anti-âge

Les cosméceutiques sont spécialement conçus pour compléter les soins esthétiques. Ils se retrouvent à la croisée des chemins entre la cosmétique traditionnelle, la pharmacopée, les soins dermatologiques et même le médicament. Les laboratoires utilisent et développent des actifs toujours plus performants qui en font des soins essentiels et incontournables dans la prévention anti-âge, l'amélioration de la qualité de la peau, de l'hydratation, de la lutte contre le stress oxydatif et le temps qui passe.

evolys 

Dermatologie, médecine et chirurgie esthétique
info@evolys.ch
www.evolys.ch