



Photos **Audray Saulem**
assistée d'**Olivier Gonin**
Christine Testud
de l'agence **Masters Models**
est coiffée et maquillée
par **Arnaud Sol Dourdin**

BEAUTÉ

PARFAITE LE JOUR

UNE BEAUTÉ SUBLIMÉE,
UN REGARD PROFOND,
UNE COIFFURE NATURELLE
MAIS SAVAMMENT
TRAVAILLÉE...
SUIVEZ LES CONSEILS
DE NOTRE EXPERT
POUR ÊTRE MAGNIFIQUE
TOUTE LA JOURNÉE.

MISE EN BEAUTÉ

► DEUX JOURS AVANT

Faites un gommage maison pour avoir une peau nette et veloutée le jour J, le maquillage tiendra ainsi beaucoup mieux. Mélangez une cuillère à soupe de miel, une cuillère à café de sucre et un filet de jus de citron. Massez doucement votre visage avec ce mélange puis rincez à l'eau claire. Pensez à bien nourrir votre peau avec une bonne crème et à boire de l'eau pour vous hydrater de l'intérieur.

► LE JOUR MÊME

Gardez en tête que le maquillage doit tenir toute la journée avec les embrassades, la chaleur (les pleurs d'émotion éventuels!) et que vous allez être très souvent photographiée ou filmée: vous n'avez pas envie de briller sur les photos.

En premier lieu, utilisez une bonne base de maquillage. Ma favorite est la Base Illuminatrice de Teint Éclat Minute de Clarins (elle existe en trois teintes), à laquelle j'ajoute une goutte de fond de teint. Elle est parfaite pour donner de l'éclat. Utilisez un anticernes

hydratant pour camoufler cernes, rougeurs et petites imperfections. Appliquez au pinceau pour un fini naturel. Poudrez ensuite légèrement avec une poudre transparente qui fixera le maquillage sans plâtrer (Prep + Prime transparente de Mac).

Avec un fard à paupières mat de la couleur de vos sourcils, redessinez leur ligne au pinceau biseauté. Pour un maquillage naturel des yeux, privilégiez des teintes plutôt neutres (beige, marron glacé, champagne, prune...). Pour celles qui maîtrisent le geste, posez un rang de faux cils ou quelques faux cils individuels au coin externe de l'œil, rien de tel pour approfondir le regard. On en trouve de nombreux modèles en parfumeries. N'utilisez pas la colle vendue avec, la colle Duo de Mac est parfaite et convient aux yeux les plus fragiles. Appliquez ensuite du mascara sur vrais et faux cils pour les confondre.

► LE SOIR

Si vous souhaitez accentuer un peu votre maquillage, choisissez ou les yeux ou la bouche : soit un smoky avec une bouche fraîche, soit un rouge à lèvres d'une couleur plus soutenue en gardant les yeux légèrement maquillés.



COIFFURE

► NATURELLE (ci-contre)

Lavez-vous les cheveux le jour même, surtout s'ils sont fins. Privilégiez une coiffure souple, qui durera toute la journée sans problème. Pour leur donner du volume, de la tenue et un joli mouvement, enroulez les cheveux mèche à mèche au fer à boucler d'un diamètre assez gros (j'utilise le Babyliss Pro qui existe en plusieurs diamètres). Fixez chaque mèche en forme de rouleau (de grosse boucle) avec une pince, le temps qu'elle refroidisse et qu'elle prenne bien la forme voulue. Une

fois toutes les mèches enroulées puis refroidies, enlevez les pinces et coiffez avec les doigts. Fixez une fleur au-dessus de l'oreille avec une pince.

► PLUS SOPHISTIQUEE (page précédente)

Utilisez un rajout pour augmenter la longueur, puis relevez en un chignon souple laissant échapper quelques mèches. Piquez-y de petites fleurs.

Propos recueillis par **Anne Séror**

Notre expert

Arnaud Sol Dourdin a maquillé de nombreux top-modèles comme Linda Evangelista, Laetitia Casta, Claudia Schiffer... Maquilleur dans l'équipe Dior du Festival de Cannes de 2003 à 2008, il a mis en beauté, entre autres, Sharon Stone, Catherine Deneuve, Susan Sarandon, Monica Bellucci... et a travaillé avec les plus grands photographes, comme Peter Lindbergh, Bettina Rheims, Thiemo Sander.



ADOUCCIR LES MARQUES DU TEMPS



Accessible financièrement et offrant des procédures peu invasives, la médecine esthétique permet de résoudre rapidement et sans bobo ce qui peut devenir un réel tourment pour certaines : rides, air fatigué, perte de volume. Des résultats subtils et discrets sont aujourd'hui ce que recherchent patients et praticiens, refusant les outrances de la « sur-correction » chirurgicale. « Nous sommes entrés dans la quatrième dimension de l'esthétique, confirme le Dr Thierry Michaud, dermatologue, celle qui vise à corriger les expressions faciales négatives tout en respectant les expressions. La tendance va donc vers une démarche plus émotionnelle. » Se basant sur une approche globale du visage, les médecins prennent en effet en compte l'analyse des structures qui le composent : os, graisse, muscles et peau, afin de le traiter avec subtilité. Mixant les techniques, toxine botulique pour le haut du visage, acide hyaluronique sur le tiers moyen et inférieur, associés si besoin à des séances de skinbooster ou à un peeling léger, ils arrivent non pas à faire gagner 20 ans à leurs patients mais à les aider à se sentir en phase avec leur apparence. Qui s'en plaindrait ?

POUR CELLES QUI NE SE SENTENT PLUS EN HARMONIE AVEC LEUR APPARENCE, LA MÉDECINE ESTHÉTIQUE PROPOSE DES TECHNIQUES DONNANT UN COUP DE JEUNE. LE POINT SUR CE QU'IL FAUT SAVOIR AVANT DE PASSER À L'ACTE, EN PRENANT LE TEMPS DE LA RÉFLEXION.

Par **Sophie Goudier**

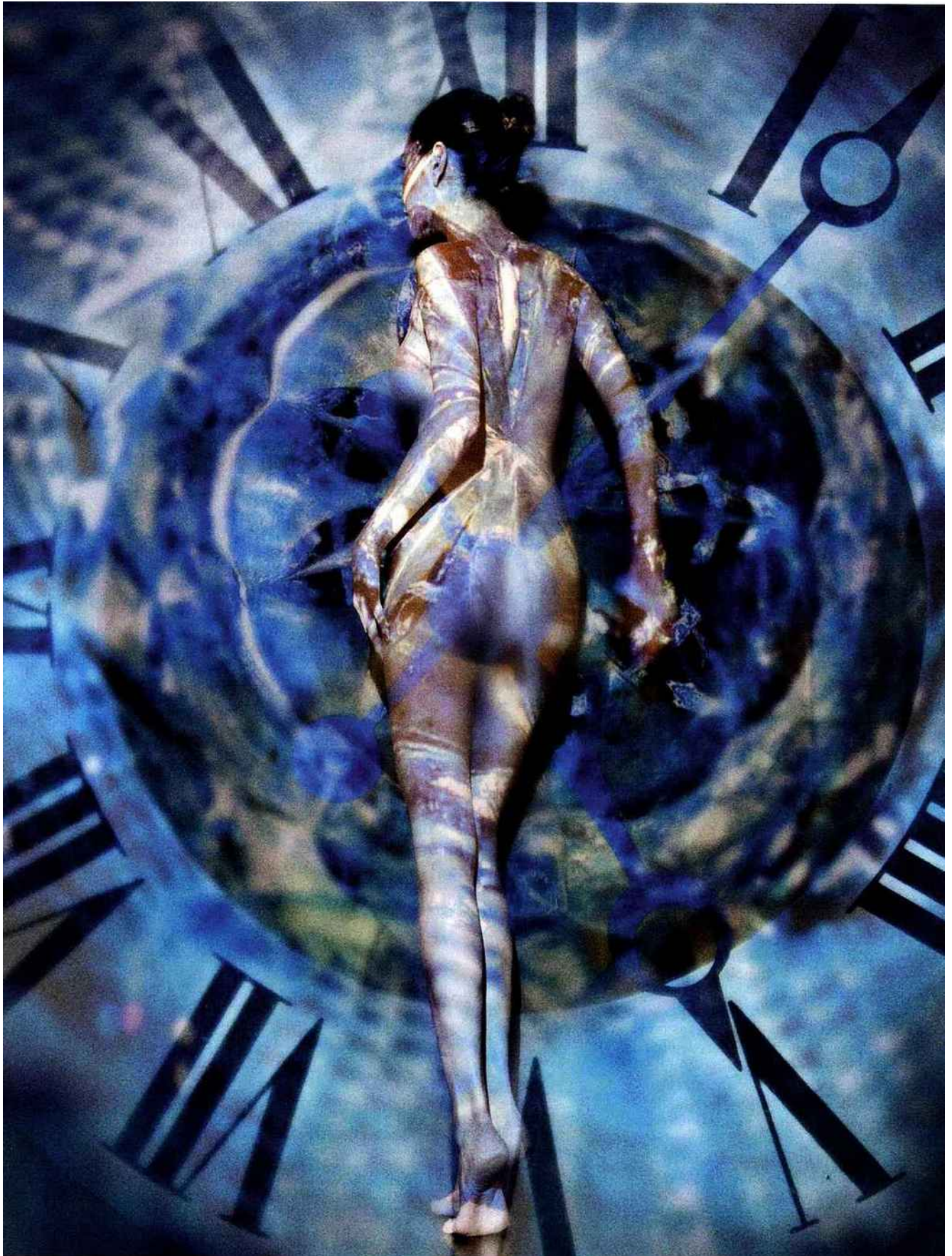
Un Français sur trois se déclare d'ailleurs potentiellement prêt à franchir le pas⁽¹⁾, mais 81 % citent au moins un frein, et notamment, à 20 %, les risques que cela comporte : geste du praticien inadapté, produit ou dispositif utilisé non conforme. Comme le souligne le Dr Brun, « La médecine esthétique n'est pas une spécialité et ne nécessite souvent qu'un diplôme de médecin généraliste. » Face à cette réalité, l'Imcas, l'Amec⁽²⁾ et d'autres congrès médicaux militent pour renforcer les études cliniques préalables à l'introduction des produits et le niveau de formation des médecins habilités à pratiquer les techniques.

QUI A LE DROIT DE FAIRE QUOI ?

Pour les injections de toxine botulique (Botox), seuls les ophtalmologues, dermatologues, chirurgiens plasticiens, chirurgiens spécialisés « face et cou » et « maxilo-facial » sont autorisés à l'injecter. Si votre esthéticienne vous propose une petite séance Botox, faites demi-tour ! Il faut en effet de solides connaissances en anatomie et une sérieuse formation pour l'injecter là où il faut et à la bonne dose. Pour les injections d'acide hyaluronique, en plus des praticiens cités ci-dessus, les médecins formés par les laboratoires ou par un praticien expert peuvent aussi les pratiquer.

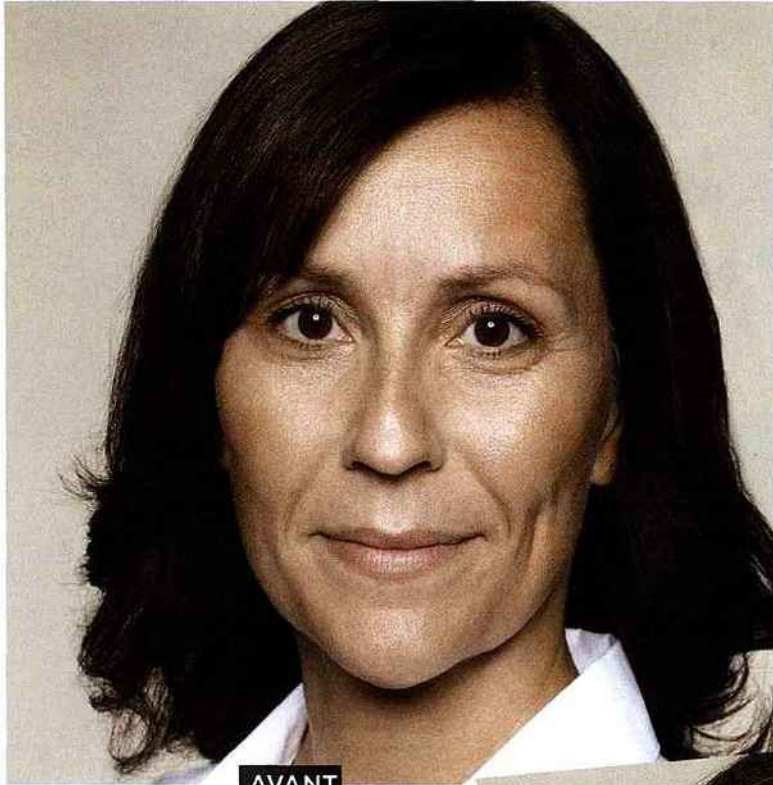
QUELS PRODUITS ?

Avant de prendre rendez-vous, demandez au médecin quels produits il utilise. La traçabilité est primordiale, exigez de connaître les caractéristiques de celui qu'on vous injectera (date, nom, fabrication, numéro de lot, médecin, indication et site d'injection). Plus de 100 marques d'acide hyaluronique affichent un marquage CE



LES HOMMES AUSSI...

« Les hommes de 35 à 50 ans représentent aujourd'hui près de 50 % de ma clientèle, témoigne le Dr Hervé Brunet, dermatologue. L'épilation au laser arrive en tête suivie du traitement de la couperose. Ensuite, les patients cherchent à avoir l'air en forme, à atténuer les marques de fatigue, sans que cela se voie. Il s'agit donc de lisser une ride du lion ou des pattes d'oie avec de la toxine botulinique, de restaurer des volumes, de combler des sillons nasogéniens avec de l'acide hyaluronique, et de prendre en compte la qualité de peau en associant des séances de laser, des peelings et des cosméceutiques pour entretenir les résultats. »



AVANT

Des injections de Botox ont été faites au niveau du front. Celles d'acide hyaluronique dans les sillons nasogéniens et les cernes.

APRÈS



en France, contre dix approuvées par la FDA (Food & Drug Administration, agence américaine des aliments et médicaments) aux États-Unis. L'Europe est donc beaucoup plus laxiste. Dans les faits, moins d'une dizaine de laboratoires méritent notre confiance. Les plus sérieux s'appuient sur des études cliniques. Q-Med Galderma en compte une soixantaine pour le Restylane et plus de 20 millions de traitements dans le monde. Chez Allergan, la gamme Juvederm a fait l'objet de plus de 24 études cliniques sur plus de 6 200 patients et représente 16 millions de traitements à ce jour. Quant au Vistabel[®], son efficacité et sa sécurité ont été démontrées dans près de 65 études cliniques randomisées et contre placebo, incluant près de 15 000 patients. Avec plus de 2 500 publications scientifiques et médicales, c'est l'un des médicaments les plus étudiés dans le monde.

1. L'Observatoire de la Santé Le Figaro - Weber Shandwick, sondage OpinionWay (mars 2013). Selon l'étude de marché commanditée par Allergan, 4 millions de Français sont intéressés par les traitements esthétiques (toxines, acide hyaluronique, peelings, lasers...) et près de 2 millions envisagent sérieusement un traitement d'injectables.
2. Imcas: International Master Course on Aging Skin, congrès annuel dédié à la chirurgie et la dermatologie esthétiques. Amec: Anti-aging Medicine European Congress.

OTOX

INDICATION

Atténuer les rides du lion, du front et tout récemment les pattes d'oie. Idéal pour ne plus avoir l'air renfrogné, paraître plus détendue.

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Médicament utilisé depuis plus de trente ans en neurologie, ophtalmologie, ORL, la toxine botulinique de type A, connue sous le nom de Botox®, se décline pour l'esthétique avec le Vistabel® des laboratoires Allergan. Numéro un des injectables antirides et thérapeutiques (35 millions de flacons vendus dans le monde entre 1990 et 2012), il bénéficie d'une AMM (autorisation de mise sur le marché), comme les deux autres produits autorisés, Azzalure® et Bocouture®. Comme le souligne le Dr Bernard Brun, chirurgien plasticien, « grâce au Botox, le lifting frontal n'a plus lieu d'être. En relaxant les muscles impliqués dans le froncement des sourcils et du front, on arrive à lisser un front sans le figer pour que la patiente conserve ses expressions. Il n'existe pas d'antidote, mais c'est un produit sûr et réversible. »

COMMENT ÇA MARCHE ?

Après avoir repéré les circuits musculaires à traiter, le médecin injecte le Botox dans les muscles contractés concernés. Il faut compter quatre à cinq jours pour voir les zones traitées se décontracter en douceur. Les injections sont indolores mais il faut éviter de masser l'endroit concerné, de pratiquer un sport violent et de prendre de l'aspirine durant les huit heures qui suivent. Le front reste lisse durant quatre à six mois, le bon rythme est donc de deux injections par an.

MARQUES RECOMMANDÉES ET PRIX

- ✦ Vistabel® (lab. Allergan)
- ✦ Azzalure® (lab. Galderma)
- ✦ Bocouture® (lab. Merz)

À partir de 360 € pour tout le front et les pattes d'oie. Le médecin doit obligatoirement établir un devis et vous remettre une fiche d'information.

ACIDE HYALU- RO- NIQUE

INDICATION

Redonner du volume au visage, aux lèvres, combler les sillons nasogéniens, la vallée des larmes, restructurer l'ovale. C'est une bonne correction des marques qui accusent le temps.

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Découvert en 1934, l'acide hyaluronique est un sucre naturellement présent dans le corps. Capable d'absorber et de retenir jusqu'à mille fois son poids en eau, il est essentiel à la densité dermique et à l'hydratation. Utilisé en chirurgie ophtalmique et pour traiter l'arthrose du genou, c'est un acteur majeur en médecine esthétique depuis quinze ans. Très bien toléré (un cas d'allergie sur 3 000), il est résorbable (à l'inverse des gels acryliques permanents, qui sont à l'origine de complications inflammatoires graves comme les granulomes et qui ne doivent jamais être injectés). L'acide hyaluronique offre d'excellents résultats, variant selon les zones, les produits et les patients, pendant 9 à 18 mois.

SABINE, 54 ANS ATTACHÉE DE PRESSE

« La même en mieux »

J'avais peur de la seringue, du résultat, jusqu'au jour où j'ai vu une amie rajeunir de dix ans en 30 minutes grâce à des injections d'acide hyaluronique ! J'avais 47 ans et j'ai foncé, sans en parler à mon entourage pour voir leurs réactions. Le lendemain au réveil, mon fils ado m'a dit : « T'as l'air reposée ! » Depuis, je recommence tous les 18 mois, en fait dès qu'on me dit que je parais fatiguée... Mais pas question de combler chaque ridule, je veux que mon visage continue à exprimer mes émotions.

Je souhaite juste que mon image extérieure soit en cohérence avec mon état d'esprit, plutôt rock and roll ! Je me plais, j'aime que mon mari me trouve belle, que mes enfants soient fiers de moi. Bien sûr que je vieillis... mais en beauté !

COMMENT ÇA MARCHE ?

Préremplies de gel viscoélastique plus ou moins réticulé (de fluide à dense) avec ou sans anesthésiant (lidocaïne), les seringues sont injectées à l'aiguille ou à la canule (Magic Needle®, Soft-Fil®), selon les zones et les produits, dans le derme superficiel, moyen ou profond. L'injection est quasi indolore, sauf sur les lèvres. Les plus douillettes appliquent une pommade anesthésiante (EMLA ou Pliaglis Q-Med) une heure avant. Les résultats sont immédiats, on repart l'air défatigué. Les suites sont légères : rougeurs, léger gonflement ou petite ecchymose.

MARQUES RECOMMANDÉES ET PRIX

- ✦ Juvederm® Volift® with Lidocaïne et Juvederm® Volbella® with Lidocaïne (lab. Allergan)
 - ✦ la gamme Emervel® (lab. Galderma)
 - ✦ X-HA Volume (lab. Filorga)
 - ✦ Glytone (lab. Merz Aesthetics)
 - ✦ Teosyal PureSense Global Action (lab. Teoxane)
 - ✦ Restylane Perlane (lab. Q-Med Galderma)
- Sur devis, à partir de 300 € la seringue.

CONTRE-INDICATIONS

Sensibilité à l'acide hyaluronique, maladie auto-immune, problèmes inflammatoires, femmes enceintes par principe de précaution.

SKIN-BOOSTERS

Ils permettent de prévenir les modifications cutanées liées à l'âge et d'améliorer de façon considérable la qualité d'une peau mature. Il s'agit de petites injections d'acide hyaluronique finement micronisé espacées de quelques centimètres au niveau du derme moyen. Efficaces jusqu'à six mois, elles forment un nappage de la zone à traiter. « *Équipée d'un petit matelas d'acide hyaluronique, la peau est hydratée en profondeur, revitalisée et repulpée*, indique le

Dr Brun. *C'est un traitement idéal pour le visage, mais aussi pour le cou, le décolleté et le dessus des mains. Peu douloureux grâce à l'application d'une crème anesthésiante une heure avant, le protocole consiste à faire deux séances espacées de quinze jours, puis une séance d'entretien tous les six mois.* »

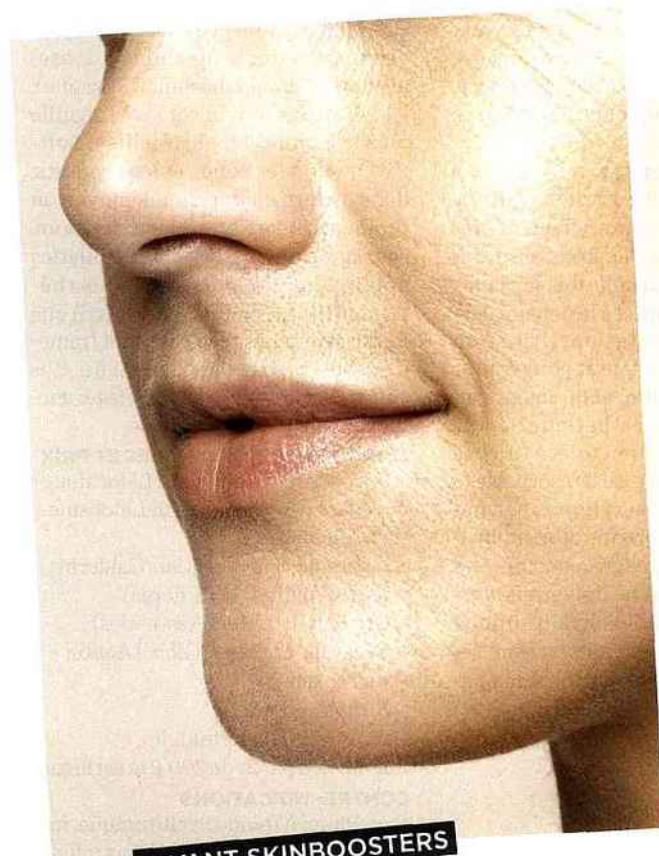
MARQUES RECOMMANDÉES ET PRIX

- ✦ Restylane Vital™ (lab. Q-Med Galderma)
 - ✦ Redensity I™ Teosyal® (lab. Teoxane)
 - ✦ Juvederm Hydrate® (lab. Allergan)
- À partir de 200 € la séance par zone.

RENSEIGNEMENTS Association française des médecins esthéticiens 05 57 81 41 73 et afme.org • Société française des chirurgiens esthétiques plasticiens 01 42 89 39 78 et sofcep.info • Sur le label Aesthetic Art Clinic: aaclabel.com

MÉSCLIFT

Cette technique consiste à injecter à l'aiguille ou au pistolet injecteur des mélanges nutritifs et revitalisants (vitamines, oligo-éléments, acides aminés, minéraux, acide hyaluronique non réticulé, etc.) pour requinquer les peaux fines, sèches, atones ou asphyxiées par le tabac. N'espérez pas voir vos rides disparaître, les cocktails injectés donnent simplement un bon coup d'éclat durant 15 jours et revitalisent la peau. Mais la séance n'est pas très agréable, voire douloureuse, et il y a des risques qu'elle soit suivie de quelques hématomes. Il existe aussi de nombreuses contre-indications. Autant aller faire un bon soin éclat chez l'esthéticienne! ♦



AVANT SKINBOOSTERS



APRÈS SKINBOOSTERS

UN GESTE QUI DEMANDE LE TEMPS DE LA RÉFLEXION

Comme Sabine (témoignage page précédente), nous sommes nombreuses à ressentir un décalage entre notre énergie et notre visage qui, certains matins, nous paraît triste et fatigué. Pourtant, même si le recours à la médecine esthétique est moins intrusif et surtout moins définitif que la chirurgie, il ne s'agit pas pour autant d'un geste anodin. « *On ne se fait pas injecter du Botox comme on se fait teindre les cheveux. Dès que l'on touche à l'image de soi, il a toujours le risque de la déception, du malaise devant sa nouvelle tête, et surtout le risque d'escalade* », met en garde la psychiatre Françoise Millet-Bartoli⁽¹⁾, qui encourage à prendre le temps de nous poser les bonnes questions. Par Bernadette Costa-Prades

INÈS, 47 ANS
TRADUCTRICE

« Une course perdue d'avance »

Jamais je ne ferai d'injection de quoi que ce soit, je suis bien trop angoissée ! J'ai peur des allergies, peur que ce soit raté. Et puis, je préfère m'habituer tranquillement à voir mon visage vieillir. Au début, c'est vrai que c'est réussi, cela donne un vrai coup de jeune, mais ensuite, le visage se fige de plus en plus. J'ai l'impression que les femmes qui tombent dans l'engrenage ne se rendent même plus compte quand cela devient laid. Elles perdent le contact avec la réalité, seul compte le fait de ne plus avoir de rides. Moi, je trouve ça joli, les rides, cela raconte une histoire... Mais peut-être que j'ai cet avis parce qu'au fond je m'en moque. S'il existait une méthode pour venir à bout de ma cellulite, je me laisserais peut-être tenter...

POURQUOI MAINTENANT ?

Le plus sincèrement possible, demandons-nous : pourquoi le faire aujourd'hui ? Qu'est-ce que j'en attends réellement ? Est-ce que je cède au jeunisme ambiant ? Est-ce que je fonde tous mes espoirs sur la médecine pour retrouver un compagnon ? Est-ce que c'est juste lié à ma bonne ou à ma mauvaise humeur ? « *Il est important que les femmes se projettent dans l'avenir, qu'elles n'imaginent pas qu'elles pourront éternellement repousser les limites du vieillissement* », explique la psychiatre. Ce qui constitue encore un frein à la décision ? La peur d'être futile, l'idéologie du naturel et de l'authenticité ayant pris le relais du discours moralisateur... Une fois au clair avec nos attentes, si nous sommes vraiment

tentées, pourquoi ne pas essayer ? Nous vivons de plus en plus longtemps et l'envie de bien vieillir physiquement, au même titre que nous entretenons notre corps en faisant du sport, n'a rien de condamnable. Et si nous sommes déçues, il ne nous restera qu'à prendre notre mal en patience pendant quelques mois... Le fait de se sentir à nouveau en harmonie peut booster l'image de soi et le moral, à condition de choisir un médecin de confiance, de demander conseil aux amies sur lesquelles c'est réussi et de rester raisonnable.

LE GESTE DE TROP

Nous en connaissons toutes de ces actrices soufflées comme du popcorn, qui ressemblent déjà à leur statue au musée Grévin. Elles sont la preuve de la pression

exercée par une société qui mise tout sur l'image. Par ailleurs, les femmes qui font une véritable fixation sur la moindre ride ont souvent une mauvaise estime d'elles-mêmes. « *Sans doute ne se sont-elles pas senties aimées par leurs parents. L'injection de trop guette encore les femmes qui se sentent seules, n'ont personne pour leur dire qu'elles deviennent méconnaissables* », analyse la spécialiste. Dans ce cas-là, un travail sur soi sera sans doute plus salutaire que des injections... Il existe d'autres ingrédients qui permettent de rester jeune, comme la passion, l'engagement, la créativité : la vieillesse ne se lit pas uniquement dans les rides. Le garde-fou ? « *Ne pas surinvestir ces techniques : certes, elles peuvent nous permettre de nous sentir mieux, mais elles n'arrêteront jamais le temps. Vieillir suppose toujours un renoncement* », conclut la psychiatre. Une étape incontournable qu'aucun rayon laser ne nous épargnera... ✦

1. Auteure de *La Beauté sur mesure - Psychologie et chirurgie esthétique*, éd. Odile Jacob