

beauté
zoom sur...

ÉPILATION DÉFINITIVE : ce qu'il faut savoir

C'est décidé, vous allez vous débarrasser de vos poils pour de bon, de votre rasoir et des fastidieuses séances d'épilation à la cire. Pour tout savoir avant de pousser la porte d'un cabinet médical ou d'un centre spécialisé, c'est par ici !

Marie Munoz et Suzy Jourdan

En théorie, toutes les zones peuvent être traitées. Mais en pratique, il y a des bémols. Le visage par exemple, est une zone complexe et les médecins redoutent ce qu'on appelle la repousse paradoxale : « Les échecs sont plus fréquents à cause de la densité de poils plus importante, de l'influence hormonale et de l'épaisseur de la peau », explique le docteur Michael Naouri, dermatologue, spécialisé en laser. Les risques ? Quelques semaines après votre séance, de nouveaux poils foncés apparaissent sur la zone traitée. Et pire encore, sur les zones adjacentes, « comme les joues, le cou, le menton », précise le docteur Naouri, qui sont des zones hormono-dépendantes, sujettes aux repousses inesthétiques. Les peaux mates, au duvet dense, sont les plus touchées. » Pour éviter tout ça, on ne joue pas à l'apprenti sorcier et on remet ses poils du menton à un dermatologue 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. Du coup, c'est l'échec assuré.

Laser ou lumière pulsée ?

Les deux techniques ont le même type d'action : elles envoient une lumière sur une cible, qui se transforme ensuite en chaleur pour la détruire. Le laser envoie un seul spectre lumineux et cible la mélanine, qui est contenue dans le bulbe du poil et qui définit sa couleur. On compte de six à huit séances espacées de quatre semaines au minimum. « Avec le laser, on utilise la longueur d'onde la plus efficace et la moins dangereuse selon le type de laser, Nd :Yag, Alexandrite ou Diode », précise le docteur Naouri. La lumière pulsée (aussi appelée lampe flash ou IPL) envoie plusieurs types de lumière. « C'est une lumière blanche peu puissante sur laquelle on a mis des filtres pour essayer d'avoir un peu

de rouge, et du gel pour essayer de guider le rayon dans le bon sens pour l'épilation, indique le docteur Naouri. C'est donc moins puissant et moins précis, donc moins efficace et plus dangereux, en particulier sur peau foncée. »

Est-ce que c'est douloureux ? Vraiment définitif ?

Il existe différents lasers : le laser Alexandrite pour traiter les peaux claires à légèrement mates (jusqu'au phototype 4), le laser Nd :Yag pour les peaux foncées. Tous deux sont dotés d'un système de

Les appareils IPL que l'on utilise à domicile 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 totalement sûres.

refroidissement, ce qui réduit l'impact de tir des lasers, cependant l'intervention reste désagréable, voire douloureuse sur certaines zones. « *Sublim® de Deleo est un laser épilatoire diode focalisé de toute dernière génération qui permet des séances sans douleur, affirme le docteur Delphine Brajon Mazellier, dermatologue, même sur les poils fins. Sa longueur d'onde spécifique plus précise, diminue le risque d'effets secondaires, ce qui est un vrai confort pour le praticien. D'autre part il permet des traitements plus rapides (environ 5 mn pour des aisselles) et qui nécessiteront moins de séances, de 4 à 8 environ. En ce qui concerne le terme « définitif », je considère que c'est un abus de langage. Il faut savoir que des séances d'entretien peuvent être nécessaires, peut-être tous les 3 à 4 ans. Cas particuliers, les zones où les poils sont sous influence hormonale, comme sur le visage par exemple, où la repousse est favorisée. Une séance d'entretien est alors à prévoir chaque année.* » Comptez 80 € la séance pour les aisselles, 300 € pour des jambes entières.

Un poil à la fois !

Apilus est une technologie canadienne qui utilise des courants exclusifs de très haute fréquence (27 MHz, soit 27 millions d'oscillations par seconde). Cette rapidité génère une chaleur intense en quelques millièmes de seconde. L'épilateur agit ainsi de manière instantanée par thermolyse au sein du follicule pileux, sans effraction cutanée, via un microfilament isolé.

L'avantage ? À l'inverse des technologies utilisant la lumière (laser, IPL) et qui ont besoin, entre autres, de la mélanine pour transporter l'énergie jusqu'au bulbe via le poil, l'Épilation Haute Fréquence® produit son effet

Avant 25 ans, les femmes n'ont pas terminé leur phase de maturité hormonale : les follicules pileux sont trop jeunes et trop robustes pour être détruits de façon efficace. Conséquence, avant cet âge, au bout d'un certain nombre de séances (huit en général), il peut rester des poils et des séances supplémentaires ne serviraient à rien. Pour les hommes, on place le curseur vers 35-40 ans.



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. Blond, châtain, brun, roux, blanc ou bronzé, hiver comme été, même sur les tatouages, sans les altérer, tout le monde peut se faire épiler. En revanche, l'épilation Haute Fréquence® 27 MHz s'effectue poil à poil (compter entre 150 et 200 poils traités en un quart d'heure) c'est long et le coût reste élevé. À réserver peut-être aux petites zones et pour les poils fins.

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 restaient toutefois une exclusivité des cabinets médicaux, jusqu'à un décret paru en mai 2024. Après avoir

sui une formation spécifique dont la teneur n'a pas encore été définie, les esthéticiennes et les infirmières pourront ainsi pratiquer l'épilation au laser. La Société Française des Lasers en Dermatologie (SFLD) se dit préoccupée par le fait que les lasers soient utilisés par des non médecins insuffisamment formés, notamment en termes d'identification des contre-indications au laser.

Préparer sa peau à une séance d'épilation « définitive »

On ne fait pas d'épilation à la cire ou à la pince à épiler au moins un 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 ! En revanche, le rasage est autorisé, il est même conseillé 48 heures avant la séance. Et on ne vient pas bronzé(e), ou même hâlé(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. ■