

Point fixe

Jeanne Calment a atteint 122 ans. Bientôt de nombreux centenaires suivront ses traces. Dans les laboratoires, des scientifiques se penchent sur les secrets de la longévité et travaillent à retarder des ans l'irréparable outrage.



Vieillir jeune

Françoise Madeleine Ducret

Imaginez un centenaire à la peau lisse, aux muscles fermes, au regard perçant, qui déborde d'énergie et de vigueur sexuelle... C'est encore un rêve, mais il prend forme dans les laboratoires de recherche. Ces dernières années, les études sur la mélatonine, les antioxydants, la DHEA et les hormones de croissance (voir ci-contre) laissent présenter une possibilité de ralentir le vieillissement.

Mais les recherches visent bien au-delà de quelques années arrachées à la grande faucheuse. Dans les laboratoires, des scientifiques traquent les secrets de l'immortalité dans les gènes de la mouche du vinaigre et du ver élégant. D'autres étudient les extrémités des chromosomes qui se raccourcissent à chaque division. Ailleurs, ce sont les dégâts causés aux cellules et leur encrassement qui sont en point de mire.

Deux théories principales expliquent les causes du vieillissement. La sénescence programmée veut que l'âge limite soit inscrit dans nos gènes. Selon cette théorie, la longévité pourrait être prolongée puisque les scientifiques semblent avoir découvert la nature et le fonctionnement de l'horloge biologique qui détermine notre programme de vie. La seconde postule que les agressions de l'environnement jouent un rôle essentiel dans notre décrépi-



Et l'homme?

La femme vieillissante bénéficie des bienfaits de l'hormonothérapie de substitution. Pour l'homme vieillissant, il n'y a pas d'équivalent. En février de cette année, la Société internationale pour l'étude de l'homme âgé organisait son premier congrès, à Genève. Les 350 participants de 42 nations ont signé un manifeste demandant d'intensifier les recherches. Des essais tentent de définir les risques et les bénéfices d'une administration de longue durée d'androgènes et d'hormones de croissance. Mais au vu des importants effets secondaires, l'utilisation généralisée de la substitution hormonale chez l'homme âgé ne peut pas être recommandée pour le moment.



STYAMA

Les médicaments antiâge

L'hormone de croissance: aujourd'hui fabriquée génétiquement, cette hormone active la croissance des adolescents trop petits, et chez les personnes âgées elle restaure la masse musculaire et fait fondre la «mauvaise» graisse. Mais elle est très coûteuse et elle produit des effets secondaires sérieux. Son introduction comme pilule anti-âge nécessite encore de nombreuses études.

La DHEA: sécrétée en grande quantité par les glandes surrénales, elle augmente la sécrétion d'un facteur de croissance naturel (l'IGF I, dont les récepteurs sont partout dans l'organisme), qui a tendance à diminuer avec l'âge. La concentration de DHEA s'amenuise avec les années. Son efficacité est en cours d'évaluation.

La mélatonine: synthétisée par l'épiphyse, une petite glande située à la base du cerveau, cette hormone joue un rôle essentiel dans la chronobiologie, c'est-à-dire dans l'établissement des rythmes biologiques. Elle n'a prouvé son efficacité que dans l'amélioration de la qualité du sommeil et dans l'adaptation au décalage horaire. En revanche, on ne sait rien de son effet toxique possible à long terme ni de son action sur le vieillissement, voire la prévention des cancers.

Le ginkgo biloba: des extraits de cet arbre antédiluvien semblent avoir des effets intéressants sur le maintien de la vascularisation cérébrale, et donc sur le bon fonctionnement de notre cerveau. Selon une publication de «Jama», le journal de l'American Medical Society, le ginkgo biloba peut stabiliser et même améliorer les fonctions cognitives et le comportement social des patients déments pour six à douze mois.

Les antioxydants: les avis divergent sur l'utilité de prendre des compléments vitaminiques antioxydants, car des études épidémiologiques se sont révélées contradictoires. Mais les thérapeutiques antioxydantes sont très prometteuses et sont l'objet d'intenses recherches. En attendant, vous pouvez vous gaver de fruits et de légumes sans risque et, surtout si vous êtes fumeur, augmenter votre consommation de vitamine C.

tude. Les deux théories sont justes: le vieillissement est à la fois la combinaison d'un programme génétique régulant la croissance et le développement et de facteurs extérieurs entraînant des dommages que l'organisme ne peut pas réparer.

Dans les années soixante, Leonard Hayflick avait transféré des cellules dans une boîte de Petri afin de voir combien de fois elles pouvaient se diviser. Selon ses observations, les souris vivent au maximum trois ans, les chiens vingt ans et l'âge ultime pour l'espèce humaine est fixé à 120 ans. Jeanne Calment, descendante d'une lignée riche en vieillards vénérables, a atteint 122 ans. Ses chromosomes et ceux d'autres centenaires sont décryptés dans le cadre du projet français Chronos. Mais, aux quatre coins du monde, des laboratoires cherchent à identifier les gènes impliqués dans la longévité et ceux qui exercent un effet protecteur contre des maladies graves comme les cancers ou les pathologies cardiovasculaires.

Aux Etats-Unis, un gène particulièrement vaillant a été mis en évidence chez un ver, et il a été retrouvé chez l'homme. D'autres gènes ont été découverts grâce à l'étude de maladies qui accélèrent le vieillissement (la maladie de Werner qui provoque une accélération du vieillissement entre 20 et 40 ans, et la trisomie 21, notamment). Mais la quête risque d'être longue, car il y a probablement plusieurs milliers de gènes qui interviennent plus ou moins directement dans ce processus.

Le mystère de l'horloge biologique est connu.

Les chercheurs ont fait une découverte importante non seulement pour la compréhension des mécanismes du vieillissement, mais aussi pour le traite-

La journaliste Françoise Giroud et le photographe Robert Doisneau, deux existences à la longévité professionnelle exceptionnelle.

ment des cancers et des maladies dégénératives. Ils ont mis le doigt sur une séquence répétitive particulière placée à l'extrémité des chromosomes. Cette séquence, nommée télomère, devient de plus en plus courte au fur et à mesure que les cellules se divisent. Lorsque cette portion de gène est trop courte, les cellules arrêtent de se multiplier.

Certaines lignées de cellules bénéficient d'une espérance de vie prolongée. Les cellules cancéreuses et quelques autres, comme celles qui produisent les spermatozoïdes, les ovules et les globules du sang. Faisant exception, elles ont la capacité de se diviser des milliers de fois.

L'énigme de l'«immortalisation» des cellules cancéreuses a bien évidemment suscité la curiosité des chercheurs. Comment des cellules réussissent-elles à éviter la mort programmée pour se multiplier à outrance? Leur pouvoir est dû à des enzymes (les télomérases) qui sont activées dans les cellules ►

Point fixe

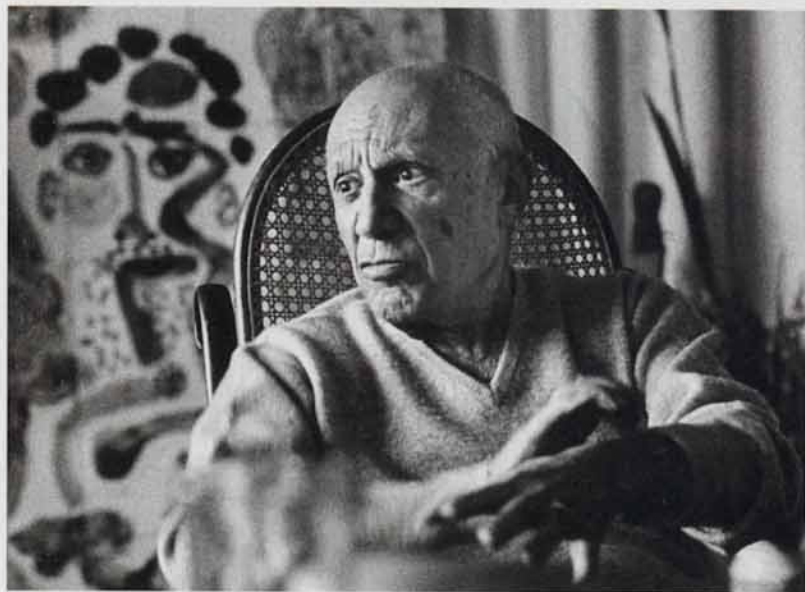
Vieillir jeune

cancéreuses alors qu'elles sont absentes dans les cellules normales.

Pouvons-nous imaginer atteindre l'immortalité en fournissant à nos cellules ces enzymes? Ce n'est certainement pas demain la veille. Néanmoins, une récente étude parue dans «Jama», le journal de l'American Medical Society, montre qu'il est possible de rajeunir une cellule âgée en introduisant le gène responsable de la fabrication de la télomérase, et cela sans provoquer une transformation maligne!

Visant une vieillesse en excellente santé, l'autre courant principal de recherche se focalise sur les modifications des cellules au cours des ans. Le principal agresseur, ce sont les radicaux libres, c'est-à-dire, pour la plupart, des molécules d'oxygène qui ont acquis un électron supplémentaire moyennant un apport d'énergie. Ces radicaux libres volent des électrons aux molécules d'ADN et aux parois cellulaires, notamment, pour acquérir leur stabilité. De ce fait, ils endommagent les cellules et sont responsables de nombre de maladies dégénératives et de cancers. Le rayonnement solaire, le tabagisme, et le simple fait de vivre font qu'on en produit constamment. D'où les conseils insistants des nutritionnistes pour une alimentation riche en fruits et en légumes, qui nous apportent leurs précieux anti-

Picasso, un peintre dont le talent n'a cessé de croître avec les ans.



Mode de vie

L'oxygène est un ami ambigu: sa présence est essentielle à la vie, mais elle est aussi dangereuse puisqu'il est le principal pourvoyeur de radicaux libres. Au cours de l'évolution, tous les êtres vivants ont développé des antioxydants pour se protéger contre ses effets délétères. Des enzymes mais aussi des substances apportées par l'alimentation comme les caroténoïdes et les flavonoïdes contenus dans les végétaux aident l'organisme à limiter les dégâts. Le sélénium et la vitamine E présente dans les germes de céréales ont également une activité antioxydante.

Mangez des fruits et des légumes, au moins trois à cinq portions chaque jour. Ils se sont révélés les plus efficaces dans la prévention du cancer, grâce à leurs propriétés antioxydantes.

Et, pour la prévention des maladies cardiovasculaires, consommez du poisson, du saumon notamment, qui vous apporte des graisses bénéfiques, les «oméga-3», et adoptez le régime crétois.

Enfin, pour éviter l'ostéoporose, n'oubliez pas les aliments riches en calcium (lait, certaines eaux, etc.).

L'art de vivre est essentiel pour atteindre un âge respectable. Il ne suffit pas d'éviter les maladies et les accidents. Il faut maintenir ou même accroître les fonctions physiques et intellectuelles. Une ouverture sur la vie, la poursuite d'activités productives et le maintien des relations interpersonnelles sont bénéfiques pour le moral et donc pour la santé.

Dans cet ordre d'idées, l'exercice physique est utile non seulement pour conserver des muscles en bon état, et donc pour éviter les fractures, mais également pour stimuler les fonctions cérébrales.

oxydants. Ces substances se lient aux radicaux libres et les neutralisent, diminuant de ce fait les agressions portées à nos cellules.

Certains spécialistes préconisent également un régime très restrictif mais couvrant les besoins vitaux. Des expériences ont en effet montré que des rats dont la ration alimentaire fut radicalement limitée ont eu la vie prolongée d'un tiers. La raison? La restriction alimentaire réduirait la production de radicaux libres formés à partir des aliments ingérés. Mais une autre hypothèse postule que cette survie exceptionnelle des rongeurs s'explique par le métabolisme du glucose.

En effet, étudiant la modification des protéines organiques au cours des ans, les chercheurs ont observé que celles-là se transforment en présence du

glucose, le sucre véhiculé par le sang. Ce phénomène, nommé glycolysation, correspond à la «caramélisation» qu'effectue la cuisinière en surprenant son bifteck dans une poêle bien chaude. Les diabétiques sont particulièrement visés. Le sucre, en excès dans leur sang, se lie aux protéines, formant des dépôts qui bouchent les vaisseaux sanguins, grippent les articulations et sont responsables de la cataracte, l'opacification du cristallin de l'œil. Or ces symptômes se manifestent également lors du vieillissement.

Le fait que le métabolisme du glucose soit impliqué dans le vieillissement vient d'être confirmé par une récente découverte, publiée dans «Science». Un gène qui régule la durée de vie d'un ver dirige également le métabolisme de l'insuline, cette hormone qui contrôle le taux de sucre dans le sang.

Les découvertes se suivent à un rythme accéléré. Mais, paradoxalement, cette multiplicité va compliquer notre quête de l'éternelle jeunesse. Le vieillissement est certainement un phénomène très complexe qui implique un grand nombre de facteurs génétiques et environnementaux.

Aujourd'hui, nous disposons de plus en plus d'outils pour vieillir en bonne santé: traitement hormonal substitutif, prévention des pathologies cardiovasculaires, dépistage des cancers. Les troubles de la marche, de l'audition ou l'inconti-

nence urinaire peuvent être prévenus à condition d'être diagnostiqués tôt. Dans une large mesure, nous pouvons diriger notre existence de manière à devenir de sémillants vieillards.

La sénescence n'est pas seulement l'horloge biologique de Hayflick mais une somme de hasards, d'agressions que tentent de limiter nos défenses cellulaires. La clé d'une existence longue et belle à la fois réside dans une réduction des impacts agressifs et dans une stimulation des mécanismes de réparation.

Une étude sur les centenaires a montré qu'ils consommaient beaucoup de végétaux avec un apport particulier en vitamine A et en ses précurseurs, les caroténoïdes. Outre leur prédisposition génétique, ils sont rarement déprimés, présentent une attitude positive envers la vie, une aptitude à gérer le stress, un comportement qui privilégie la vie saine et qui réduit le risque de maladies, un bon sens commun pour affronter les problèmes de la vie quotidienne et finalement beaucoup de chance pour éviter les maladies infectieuses et les accidents graves.

Une retraite active, des relations sociales enrichissantes, une nourriture saine et une vie sans excès de tabac, d'alcool, de sucreries ou autres drogues nocives, voilà le secret de la longévité. Pour la vie éternelle? Rendez-vous dans un autre monde ou un autre temps.

A lire:

— «Développer sa mémoire c'est facile», Monique Le Poncin, Ed. Albin Michel, 1998:

Un ouvrage facile à lire pour faire le point sur sa mémoire, comprendre comment cela fonctionne dans la tête et découvrir des trucs et des techniques de mémorisation utiles dans la vie de tous les jours.

— «La Personne âgée et ses Besoins», Sylvie Lauzon et Evelyn Adam, Ed. Seli Aslan, 1996:

Une bible, un ouvrage de référence extrêmement bien fait par une équipe canadienne. On y apprend tout des besoins de la personne âgée, que ce soit sur sa manière de se sentir utile, d'éviter le danger, de respirer, de communiquer, de se mouvoir, d'éliminer les déchets, de maintenir sa température corporelle et de son besoin de se recréer, pour ne citer que quelques chapitres.

— «Retraités en Action», Jean-Pierre Fragnière, Dominique Puenteux, Philippe Badan, Sylvie Meyer, Ed. Réalités sociales, 1996:

Résultat d'une enquête, cet ouvrage fait le point sur l'engagement des retraités en Suisse.

— «La Bible anti-âge», Dr Dominique Rueff et Dr Maurice Nabon, Ed. Jouvence et Sully, 1998:

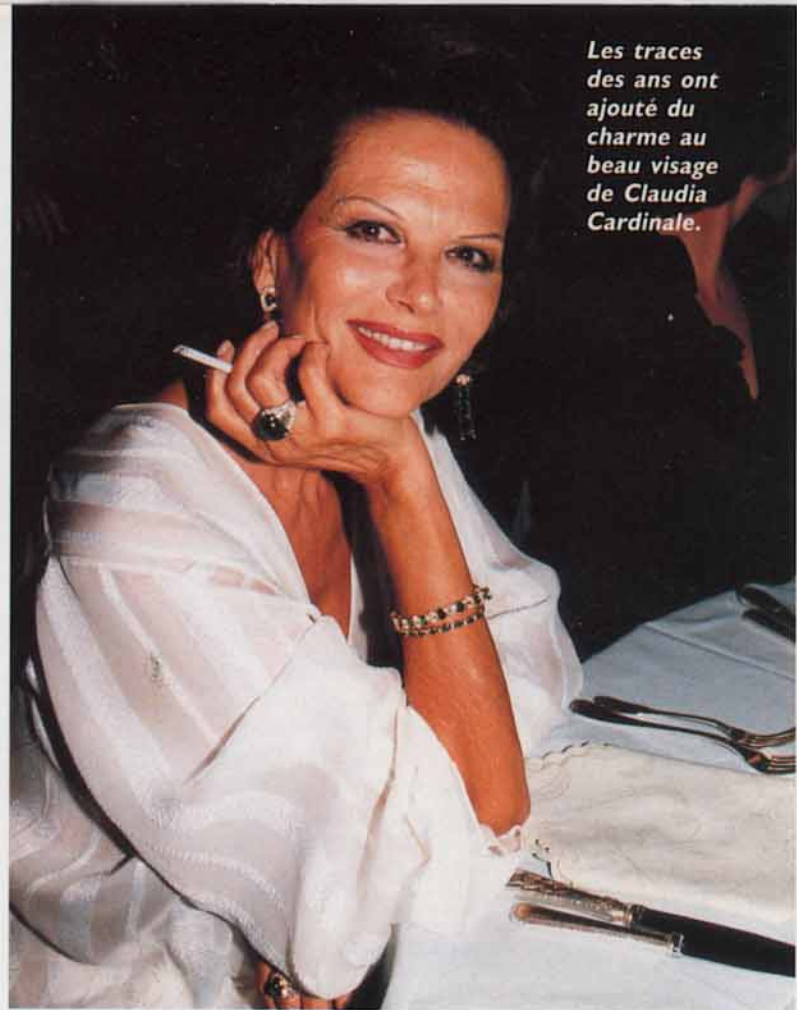
Homéopathe, biothérapeute et phytothérapeute, ces auteurs proposent des méthodes nutritionnelles et hormonales pour contrebalancer les effets de l'âge. Un ouvrage à manier avec prudence car il prône des thérapies (avec la DHEA, par exemple) qui n'ont pas encore totalement fait leurs preuves.

— «Victoire sur la Vie», Pola Berger, Ed. J.-C. Lattès, 1998:

Le récit de vie d'une femme de 83 ans qui s'est tournée vers la macrobiotique et qui a adopté les préceptes d'un maître japonais pour équilibrer les aliments yin et yang.

— «The Longevity Strategy, How to Live to 100 Using the Brain-Body Connection», David Mahoney, Richard Restak, Ed. Dana Press and John Wiley & Sons, 1998:

Écrit par un spécialiste du cerveau et un vulgarisateur, cet ouvrage, malheureusement pas traduit en français, donne une foule d'indications scientifiques pour nous aider à franchir agréablement et utilement les obstacles jusqu'au chant du cygne.



Les traces des ans ont ajouté du charme au beau visage de Claudia Cardinale.

En quête d'éternelle jeunesse

Faire moins que son âge tout en restant naturel, gommer les rides d'expression, raviver un regard ou donner un coup d'éclat au teint... Bénéficiant de l'effet laser, les techniques de rajeunissement sont à la mode.

Le miroir vous renvoie une image peu glorieuse: peau fatiguée et ridée, traits tirés et affaissés. Vous pouvez vous en accommoder ou décider de rafraîchir votre look pour le prix d'une voiture, voire moins selon l'importance des interventions.

L'apparition des lasers pulsés a révolutionné le domaine de l'esthétique. Depuis leur première apparition aux Etats-Unis en 1993, des traitements complémentaires ont été mis au point pour magnifier la transformation. Associés à un léger lifting par chirurgie endoscopique, à une injection de toxine botulique ou à une infiltration de silicone ou de collagène, ces traitements permettent d'effacer «des ans l'irréparable outrage». Ronsard ne reconnaîtrait pas sa rose. ▶

Point fixe

En quête d'éternelle jeunesse

A l'espace-laser de la clinique Sainte-Anne à Fribourg, le responsable, le Dr Jan Pampurik, officie au milieu d'un équipement ultrasophistiqué. Spécialiste en chirurgie cervico-faciale, il intervient sur les nez, les gorges et les oreilles et il a élargi ses compétences à l'esthétique: lifting, correction du nez et des paupières, embellissement de la carnation. Equipé des lasers les plus récents, il efface les ridules et les imperfections de la peau, atténue les tatouages, les rougeurs, les cicatrices, les veines et autres taches pigmentaires.

Dans son cabinet, sur l'écran de l'ordinateur, les visages défilent au présent et au passé. Profils droit et gauche avant l'intervention, puis les mêmes corrigés. Gros plan sur l'œil ou sur la bouche pour mieux voir la perfection de la retouche. Le plus souvent, diverses techniques ont été associées pour redonner un éclat disparu. Dans le lot avant/après, on voit des quadras, quinquas et plus, mais aussi de jeunes femmes qui n'avaient qu'une ridule malvenue, une tache inesthétique, ou encore un tatouage à faire disparaître.

Un constat avant/après, c'est bien. Pouvoir visualiser les résultats d'une future intervention, c'est mieux. Cet ordinateur lit aussi l'avenir. Les personnes intéressées peuvent ainsi imaginer les résultats du traitement esthétique. Leur visage, affiché sur l'écran, se transforme pas à pas. Le chirurgien esthétique efface les poches sous les yeux, élimine les rides, gomme les imperfections, tout en expliquant les différents traitements qu'il s'agira d'entreprendre pour arriver à cet aspect plus jeune et plus lisse. A chaque problème, une réponse. Un lifting pour remonter des traits fatigués et, pour effacer les ridules au centre du visage, là où les tissus n'ont pas été décollés par l'intervention, un resurfacing au laser au CO₂ ultrapulsé. Au besoin, cependant, sur les zones traumatisées, on peut intervenir avec le laser à erbium, plus doux. Une intervention au laser sur les paupières, à compléter éventuellement par une injection de toxine botulique pour éliminer les rides d'expression. Ou encore, un lissage des ridules si disgracieuses des lèvres au laser et une injection de collagène pour leur redonner leur apparence charnue ou pour éliminer le pli naso-labial.

Néanmoins, il ne faut pas rêver. Le laser a ses limites. Certains cas sont du ressort de la dermatologie.

Les prouesses des lasers

Aujourd'hui, les praticiens disposent de toute une panoplie de lasers, qui ont chacun des applications bien définies. Comme le relate le Dr Jean-Michel Lazer dans un ouvrage très complet sur le sujet*, les lasers pulsés permettent de traiter des

lésions vasculaires comme les taches de vin (angiomes plans), la couperose et l'érythrose (rougeur diffuse au niveau du visage et du cou). Ils gomment les ridules, les cicatrices, les taches solaires et peut-être même, mais c'est encore expérimental, les vergetures.

D'autres appareils, les lasers à argon ou Yag, sont plus appropriés pour traiter les gros vaisseaux dilatés.

Le laser au CO₂ ultrapulsé fait merveille au niveau du rajeunissement de la peau. Il émet une énorme quantité d'énergie mais sur un temps ultracourt et, de ce fait, son action est très focalisée. Il remplace avantageusement la dermabrasion mécanique et les peelings chimiques pour le lissage des ridules. C'est ce qu'on appelle le resurfacing. Chaque passage du laser enlève une couche de

peau très précise. Ce traitement entraîne aussi une réaction de la peau, ce qui provoque un léger effet lifting. Du fait de son extrême précision, ce laser peut également traiter des régions où la peau est très fine, tel le contour des yeux. Par contre, il est déconseillé pour la

région du cou ou sur les mains.

La parade est trouvée. En septembre 1997, une nouvelle famille de lasers destinés au traitement des rides est apparue: le laser à erbium Yag. Il peut être appliqué sur les mains, la région du cou ou les zones traumatisées par un lifting. Mais il atténue peu les rides et il n'a pas d'effet sur le relâchement de la peau.

Inconvénients du resurfacing

Avec le laser pulsé au CO₂:

— Le visage reste rouge et enfle pendant environ quatre semaines. Un maquillage couvrant permet de cacher ce désagrément.



SYGMA



GAMMA

— Les personnes à la peau hâlée doivent être traitées préalablement avec des crèmes pour éviter l'apparition de taches brunes, disgracieuses, qui peuvent persister six mois.

— Un risque d'infection, mais minime. En revanche, la réactivation du virus de l'herpès lors d'une intervention autour de la bouche est possible. Elle doit être prévenue avec un traitement approprié.

— Hypopigmentation ou dépigmentation due à une mauvaise utilisation de la machine laser par un praticien inexpérimenté.

Avec le laser à erbium Yag:

Les conséquences postopératoires sont beaucoup moins importantes.

Après une semaine, une grande partie de la rougeur et de l'œdème a disparu et il est possible de se maquiller normalement après deux semaines.

Trois types de rides

Les rides d'expression — les rides frontales, les rides du lion et les pattes-d'oie — sont dues au travail répété des muscles sous-jacents. Même abrasées au laser, ces rides auront tendance à revenir. C'est pourquoi les spécialistes préconisent un traitement adjuvant pour les éliminer. Il s'agit soit de sectionner les muscles responsables par chirurgie endoscopique, soit d'injecter de la toxine botulique pour les affaiblir.

Les rides dues à une perte d'élasticité de la peau ont pour cause principale le soleil, mais aussi le tabac. Là, le laser au CO₂ ultrapulsé fait merveille. Il élimine l'aspect froissé dû à des fibres de collagène dénaturées, en les renforçant et en les rétractant, ce qui produit en plus un effet lifting.

Les rides dues à des ptôses, c'est-à-dire au relâchement des muscles et des tissus. Elles concernent principalement la région péribuccale et le cou, notamment les fameux sillons naso-géniens qui conservent la trace de nos sourires. Le traitement de ces rides est difficile. La seule

technique envisageable actuellement est le lifting qui retend la peau et les tissus sous-cutanés.

La bouche

Le laser n'efface pas seulement les ridules, il a un effet stimulant sur la synthèse du collagène de la peau. Ainsi, une laserbrasion de la lèvre cutanée permet de traiter une majorité de rides et affermit le contour de la bouche dans les six mois qui suivent l'opération.

Cependant, en présence de rides profondes, il faut faire appel aux techniques de comblement: injections d'hydrogels et de matériaux non ►

Point fixe

En quête d'éternelle jeunesse

résorbables qui vont des fils de goretex au collagène et aux huiles de silicone. Le laser intervient ensuite sur l'aspect feuilleté de la lèvre.

Les risques:

Les fils de goretex peuvent resurgir à la surface. Avant toute injection de collagène, il est capital de faire un test d'allergie. Le collagène se résorbe au bout de trois ou quatre mois, et il faut alors refaire le traitement. Il existe un collagène bovin associé à des microbilles de plastique dont l'effet dure deux ans. Cela n'est pas le cas pour la silicone. L'injection est délicate car il peut se former des petites boules, les siliconomes, difficiles à enlever. Si on l'injecte trop vite, la bouche peut prendre un aspect «saucisse».

Les paupières

Poches sous les yeux, peau plissée et froissée, paupières supérieures lourdes, sourcils tombants ou encore rides d'expression au niveau du front: à chaque problème sa chirurgie.

Le laser au CO₂ ultrapulsé n'efface pas seulement les rides. Avec un autre réglage, il peut coaguler instantanément les vaisseaux sanguins, inciser la peau avec une finesse inégalée sans provoquer de saignements. C'est cette deuxième voie qui est utilisée pour le rajeunissement du regard.

Paupières inférieures

Aujourd'hui, l'ablation des poches de graisse à la base de la paupière inférieure ne nécessite souvent aucune suture. En intervenant par l'intérieur de la paupière, le laser permet de faire une incision extrêmement fine et surtout de vaporiser les poches graisseuses sans provoquer de saignements. Cette technique évite non seulement la cicatrice, le risque d'œil rond et les modifications du regard, les fameux cocards ou hématomas postopératoires. L'intervention se déroule en ambulatoire sous anesthésie locale et ne nécessite que deux jours de convalescence. Parfois, dans 20% des cas, il est cependant nécessaire d'enlever un peu de peau et de faire une suture.

Les risques:

— Durant les six heures qui suivent l'opération, tout effort ou augmentation de la pression artérielle peut entraîner un saignement secondaire, qui peut mettre la vision en péril si l'orbite n'est pas décomprimée dans les huit heures.

— L'élimination d'un excès de graisse peut creuser l'orbite et donner l'air fatigué.

— Une trop grande excision de peau peut produire un retournement de la paupière ou ectropion. La correction est délicate: elle nécessite une greffe d'une microbandelette de peau ou la paupière inférieure doit être retendue.

Paupières supérieures

Si la paupière supérieure est trop lourde, il faut couper un peu de peau. Avec le laser, la cicatrice est très fine. Le savoir-faire du chirurgien est important car il doit adapter son incision à la forme de l'œil pour qu'elle soit cachée dans le pli de la paupière.

La dissection au laser permet d'éviter les œdèmes et les hématomas, mais il faut attendre cinq jours pour enlever les fils et compter une semaine où l'on n'est pas «sortable».

Les risques:

Si trop de peau est enlevée, l'œil ne peut plus se fermer normalement. D'où l'importance de choisir un bon chirurgien.

Les rides du front

On utilise de préférence la toxine botulique. En l'injectant sur des points précis des muscles du front, le praticien les paralyse, ce qui a pour conséquence d'atténuer les rides.

Cette technique délicate nécessite des mains expertes, une connaissance parfaite du produit et un dosage mesuré. L'effet va durer quatre à six mois. Une injection s'impose au moins deux fois la première année, puis une ou deux piqûres de rappel l'année suivante, jusqu'à ce que le muscle atrophié ne tire plus.

Le risque:

Irrégularité du mouvement du front. **■**

* «*Tout Savoir sur les Progrès du Laser en Esthétique*», Dr Bernard Hayot, Ed. Favre.