



BEAUTÉ

IL ARRIVE QUE DES TACHES BRUNES SURGISSENT SUR LE VISAGE, LE DÉCOLLETÉ ET LE DOS DES MAINS. HEUREUSEMENT, ON SAIT DE MIEUX EN MIEUX S'EN DÉBARRASSER. À LA MAISON COMME CHEZ LE MÉDECIN.

PAR LINH PHAM

DÉTACHE-MOI !

Les taches brunes ? Les Françaises sont 62 % (source SVR) à se dire préoccupées par ces désordres pigmentaires qui « cassent » l'harmonie du teint. Une chance pour nous, la recherche sur ce sujet avance. On sait que les taches solaires sont causées par le cumul des doses d'ultra-violettes reçues depuis l'enfance. Aujourd'hui, on a compris que les cellules du derme (fibroblastes) jouent aussi un rôle important dans leur apparition. « Elles produisent une protéine, la DKK-1, qui stimule l'hyperpigmentation dans les zones exposées au soleil », explique Thierry Passeron, professeur de dermatologie et directeur de recherche à l'Inserm à Nice. Les produits dépigmentants les plus récents ciblent donc aussi les fibroblastes. Autre facteur aggravant : la pollution atmosphérique. On a découvert, à la surface des cellules cutanées, des récepteurs spécifiques à certains polluants qui stimulent la mélanine ! Enfin, on en sait également plus sur l'origine du masque de grossesse, ou mélasma : sa formation serait liée à une vascularisation importante. Ainsi, en agissant sur ce facteur, on peut contribuer à sa disparition. Si la lutte contre les taches n'est pas encore gagnée, rassurez-vous, elle progresse à vitesse grand V. Voici la bonne stratégie à adopter selon le type de taches.

MAÎTRISER LES TACHES DE ROUSSEUR

C'est joli, mais certaines d'entre nous cherchent à les atténuer. Les éphélides surviennent sur les zones exposées à la lumière. Leur particularité : elles foncent en été et s'estompent en hiver. Quand on a la peau claire, on fabrique de la phéomélanine, une mélanine de « mauvaise qualité » qui ne protège pas des UV. L'hérédité étant déterminante, on peut se retrouver toute mouchetée même si on a le teint mat dès lors qu'on a un parent au teint pâle. Dans ce cas-là, on a la peau fragile au soleil, malgré une bonne capacité à bronzer. **Comment les éviter ?** On protège les zones exposées dès les beaux jours avec un bon écran solaire (un SPF supérieur à 30). **Chez le dermatologue.** La plupart recommandent de ne pas y toucher.

GOMMER LES TACHES DE SOLEIL

Les lentigos actiniques, parfois nommés « taches de vieillesse », résultent de l'accumulation des doses de soleil accumulées depuis le plus jeune âge. Plus la peau est mate, plus on avance en âge, et plus on en a. Cependant, elles ne surviennent que dans les zones exposées. On n'en a pas sur la peau des fesses !



Comment les éviter ? On se protège le visage, le décolleté, le dos des mains toute l'année, car, été comme hiver, les UVA sont impliqués dans leur apparition. Si vous habitez une ville très polluée, démaquillez soigneusement votre visage le soir, pour dissoudre toutes les particules de métaux lourds collées à la surface.

Chez le dermatologue. Le traitement de référence est le laser (Nd : YAG Q-Switched 532 nm ou Alexandrite 755 nm). Avec lui, on est tranquille pendant deux à trois ans, à condition de bien protéger sa peau du soleil pendant et après les séances. En relais, un cosmétique freinant la production de mélanine est un plus.

PRÉVENIR LES TACHES CICATRICIELLES

Elles surviennent après une acné, une blessure, un traitement esthétique, particulièrement sur les peaux mates, et l'été, lorsque les UV stimulent le bronzage. Leur apparition est liée au processus de cicatrisation qui accélère le renouvellement des kératinocytes ainsi que des mélanocytes, et qui peut s'étendre sur une période de vingt mois. D'où le terme de « pigmentation postinflammatoire ». Tant que la réparation est en marche, on risque de se retrouver avec la peau « tatouée ».

Comment les éviter ? Il est recommandé de ne pas s'exposer au soleil, ou bien d'adopter une haute protection durant la période de cicatrisation.

Chez le dermatologue. Peu de choses fonctionnent sur ce type de taches, le traitement est donc surtout préventif. Avant tout acte esthétique, sur une peau mate ou foncée, le médecin met les mélanocytes au repos durant quinze jours avec un duo dépigmentant (hydroquinone et dermocorticoïdes). Les quinze jours suivant l'acte, on continue avec les dermocorticoïdes seuls. Sur les autres peaux, l'application d'une crème cicatrisante possédant une action anti-inflammatoire suffit. Si la tache est déjà là, et récente, elle répondra bien à une application

d'hydroquinone et de dermocorticoïdes, assortie d'une bonne protection solaire durant deux à trois mois. Si elle est ancienne, le traitement est très difficile, car toute la mélanine est « descendue » dans le derme. On peut tester un laser (Nd : YAG Q-Switched 532 nm ou Alexandrite 755 nm) sur une zone, mais sans certitude de résultat.

ATTÉNUER LE MASQUE DE GROSSESSE

Ces taches brunes irrégulières apparaissent sur le visage pendant la grossesse ou la prise d'un traitement hormonal, en particulier quand on a la peau mate. Elles sont dues à une suractivité des mélanocytes et entretenues par la vascularisation. « La difficulté, c'est que le mélasma évolue sur une période de cinq à quinze ans. Le traitement est très long, et les récurrences sont fréquentes », indique le Dr Passeron. Par ailleurs, le mélasma associe une hyperpigmentation épidermique et dermique. Or, aucun traitement ne permet actuellement d'agir sur les dépôts de mélanine profonds.

Comment l'éviter ? En appliquant quotidiennement, si l'on est un sujet à risque, un SPF 50, avec une protection équilibrée anti-UVA/UV, qui filtre les longueurs d'onde courtes de la lumière visible. Et ce, tout au long de l'année.

Chez le dermatologue. On intervient l'hiver. Le traitement de référence est une préparation appelée « le trio de Kligman » (hydroquinone, rétinoides, corticoïdes), à appliquer le soir durant deux à quatre mois. On y associe une protection solaire adéquate. Le reste de l'année, on se contente d'un cosmétique dépigmentant combiné à une protection solaire. À suivre quotidiennement pour éviter les récurrences. Le laser pigmentaire n'est pas recommandé : il entraînerait une aggravation des taches et une récurrence dans les six mois. Sur les zones résistantes, on peut faire des peelings doux, ou, si on a la peau claire, trois séances de laser à colorant pulsé pour agir sur la composante vasculaire. ■

NOTRE SHOPPING



La plupart des soins cosmétiques éclaircissants sont formulés à base de dérivés de vitamine C stabilisés. « C'est la seule molécule autorisée dans les produits dépigmentants qui ambitionnent d'être vendus en Asie, la terre du blanchiment par excellence », rapporte Lionel de Benetti, cosmétologue. Elle agit en inhibant l'enzyme tyrosinase à l'origine de la synthèse de la mélanine. Aujourd'hui, pour une meilleure efficacité, les formules interviennent à toutes les étapes de la mélanogénèse, et la vitamine C (ou ses substituts : l'hexylresorcinol, l'arbutine) est associée à d'autres actifs qui agissent sur les fibroblastes, sur la vascularisation, etc. Voici notre sélection.

1. Express. À base de sept plantes alpines suisses, il éclaircit le teint de façon instantanée. Pour faire bonne figure le temps d'une soirée. Horme White Masque Éclaircissant Blanchéur Givrée, Hormeta, 50 ml, 60 €. **2. Ciblé.** Avec un filtre SPF 50+ et des actifs de référence pour contrôler la pigmentation. Melascreen Soins Global Mains, Ducray, 30 ml, 35,40 €. **3. Green.** L'extrait de chêne éclaircissant diminue l'intensité des taches de 38 % dès quatre semaines. Fluide Lissant Éclaircissant PFS 30, La Chênaie, 39 €. **4. À la pointe.** Il vise à la fois les fibroblastes et la composante vasculaire du masque de grossesse. Clairal Sérum, SVR, 30 ml, 35 €. **5. 100 % efficace.** La seule formule du marché testée contre l'hydroquinone à 4 %. Advanced Pigment Corrector, SkinCeuticals, 30 ml, 95 €. **6. Color control.** Il atténue les taches et rétablit l'équilibre chromatique de la peau en agissant sur la glycation, l'inflammation et les cellules mortes. Pigment-White, Filorga, 50 ml, 55,90 €. **7. Savant.** Ce cocktail éclaircissant associe un nouvel extrait végétal, un peptide breveté et de la vitamine C. Zebra White Sérum, Laboratoire Promicea, 30 ml, 109 € (en pharmacie). **8. Précieuse.** Une formule glam avec des perles qui gardent les actifs éclaircissants (vitamine C, extrait d'edelweiss blanc...) intacts jusqu'à l'application. Sérum Lumière Anti-Âge, Illumine, loma, 40 ml, 119 €.