

Vous avez décidé de vous débarrasser une fois pour toutes de vos poils. L'épilation au laser est une solution quasi définitive, mais va-t-elle vous convenir ? Le point sur cette technique.

## NOS CONSULTANTS



**Dr Vincent Lecocq,**  
médecin lasériste.



**Dr Véronique Gassia,**  
dermatologue et diplômée en techniques laser.

**V**ous en avez assez de vous raser tous les deux jours pour être impeccable, ou de programmer votre épilation à la cire chez l'esthéticienne toutes les trois semaines. Alors, cette année, c'est décidé, vous voulez vous faire épiler au laser, une valeur sûre. « Cette technique doit être pratiquée par un médecin spécialiste, seul habilité à effectuer les différents réglages », insiste le Dr Vincent Lecocq, médecin lasériste. En effet, si le laser est mal utilisé ou mal réglé, un risque de brûlure existe. Le faisceau lumineux doit cibler les poils et seu-

lement eux afin de les détruire sans abîmer la peau autour.

Comment est-ce possible ? « Le rayon laser est absorbé par le pigment de mélanine contenu dans le poil, répond le Dr Véronique Gassia, dermatologue et diplômée en techniques laser. Puis, il descend le long du poil et se transforme en chaleur au niveau du bulbe pileux qu'il "pulvérise" instantanément. » Si plusieurs types de lasers coexistent sur le marché, l'Alexandrite semble attirer tous les suffrages, tout simplement parce que sa lumière permet de reconnaître le poil de façon spécifique sur la plupart des peaux et qu'un système de refroidissement est intégré.

Pour bénéficier avec succès d'une telle épilation, il faut cependant que la couleur de votre peau et de celle de vos poils s'y prêtent. Explications au cas par cas.

### Vous êtes brune ou châtain, à la peau claire

Vous êtes la candidate idéale ! Plus la peau est claire avec des poils foncés, plus l'épilation est efficace et sûre. Le laser isole bien les poils, car le contraste de couleur avec la peau est important. Jambes, aisselles, maillot, cuisses...

## TÉMOIGNAGE

### « Je me sens plus libre »



**Laure, 37 ans,**  
assistante de gestion

Pendant vingt ans, je me suis rasée les jambes tous les deux jours. Le résultat n'était jamais satisfaisant, les poils repoussaient à vitesse grand V et toujours plus drus. C'était désagréable, ça piquait comme de la barbe ! Alors j'ai décidé de passer au laser pour m'en débarrasser une bonne fois pour toutes. Ça m'a changé la vie ! Je vais pouvoir marcher en montagne avec des jambes douces et lisses, sans avoir à trimballer tout mon attirail. Cela me donne un sentiment de liberté et de modernité.

## PRATIQUE

### CE QUE VOUS DEVEZ SAVOIR

\* **Lors de la première consultation**, le médecin vous informe du protocole, fait un test si nécessaire et vous fournit un devis qui dépend de la pilosité et de la zone. En cas de pilosité excessive sur le visage et sur les seins, il vérifie que vous ne souffrez pas d'un dérèglement hormonal. Si oui, il faudra le traiter avant de vous faire épiler.

\* **La séance est plus désagréable que douloureuse** : une sensation de chaleur ou de "tir d'élastique" est atténuée par le système de refroidissement intégré. Sur les zones sensibles, le maillot, les aisselles et le dessus de la lèvre, une crème anesthésiante peut être appliquée une demi-heure avant la séance.

### COMBIEN ÇA COÛTE

\* **Durée et prix moyens d'une séance. Il en faut entre cinq et huit, espacées de six à huit semaines, car à chaque séance, seuls les poils en phase de croissance sont détruits.**

Les seins :	3 min, 30 €.
Le dessus de la lèvre :	5 min, 50 €.
Le menton :	5 min, 50 €.
Le maillot :	10 min, 100 €.
Les aisselles :	10 min, 100 €.
Les fesses :	15 min, 100 €.
Les bras :	20 min, 150 €.
Les cuisses :	35 min, à partir de 150 €.
Les demi-jambes :	25 min, 180 €.

# L'épilation au laser peut traiter toutes les zones



Pas de séance de laser sur une peau bronzée.

Toutes les zones peuvent être épilées, y compris le visage. Le nombre de séances nécessaires varie selon la surface à épiler et le degré de la pilosité (voir encadré). À la fin du traitement, les spécialistes promettent un résultat de très longue durée : « 99,9 % des poils ne repousseront plus », affirme le Dr Lecocq. Au pire, un poil par-ci par-là que l'on enlève facilement avec une pince à épiler. Seul le visage, sous dépendance hormonale, nécessite parfois une retouche quelques années plus tard.

Mais attention, l'épilation au laser ne peut pas être réalisée sur une peau bronzée, même un peu ! « *Tout simplement parce que qui dit bronzage, dit production de mélanine dans les couches supérieures de la peau. Le contraste entre sa couleur et celle du poil est alors moins marqué, et le faisceau laser risque de la*

*brûler* », explique le Dr Gassia. Autrement dit, il ne faut pas s'exposer au soleil ou faire des UV dans le mois qui précède la séance, ni mettre de l'auto-bronzant. La même règle de prudence s'applique après la prise de compléments alimentaires à base de bêta-carotène ou de médicaments photosensibilisants.

## Vous êtes brune à la peau mate

Votre peau de Méditerranéenne est riche en mélanine. En conséquence, son épilation au laser demande plus d'attention, car le contraste entre sa couleur et celle des poils est ténu. « *L'épilation reste possible, mais il faut modifier les paramètres du laser pour chauffer la peau plus lentement et plus doucement* », précise le Dr Lecocq. Cela se traduit par des séances plus longues, parfois même un peu plus nombreuses. Pour le visage, un test préalable est conseillé afin d'évaluer la réaction de votre peau et d'éviter tout risque d'hyperpigmentation.

Si votre peau est très mate, métisse ou noire, elle requiert un autre type de machine. Les spécialistes sont catégoriques, le laser Alexandrite n'est pas capable de repérer de façon ciblée le pigment du poil sur ces peaux pleines de mélanine. Ils préfèrent alors utiliser un laser particulier

## TÉMOIGNAGE

« Je suis toujours nickel »



Hélène, 52 ans, profession libérale

Ne pas avoir de poils qui dépassent et être impeccable est pour moi une question de politesse et de respect envers les autres, vis-à-vis de mon mari, des médecins ou des vendeuses lors d'un essayage. Après avoir abusé des crèmes dépilatoires, j'ai décidé d'avoir recours au laser pour régler définitivement le problème du maillot. Depuis, je suis toujours nickel et mieux dans ma peau. D'une certaine manière, je me sens libérée, car c'est un sacré souci en moins et, au quotidien, c'est vraiment agréable.

(un NdYag) et réaliser un test préalable pour vérifier l'efficacité de l'épilation et la tolérance de la peau au laser.

## Vous êtes rousse ou blonde nordique

Vos poils très clairs ne contiennent que de la phéomélanine, un pigment incapable d'absorber correctement l'énergie du laser. Pas plus que les poils blancs. Dans de telles situations, le laser n'est pas efficace. La seule solution définitive reste l'épilation électrique. Plus fastidieuse et plus douloureuse, chaque poil est éliminé par un courant haute fréquence qui brûle sa racine. Et compte tenu des cycles pilaires, il faut effectuer plusieurs passages pour s'en débarrasser. Prévoyez six à sept séances par demi-jambe, cinq à six pour le maillot ou les aisselles, espacées de deux mois. Avec interdiction de se raser ou de s'épiler entre-temps, car le poil doit atteindre environ cinq millimètres pour être supprimé. Prix : à partir de 70 € la séance. ■

Sophie Poulain

## TÉMOIGNAGE

« C'est un vrai budget, mais ça vaut la peine »



Mélinda, 33 ans, auxiliaire de vie

Je suis brune à peau mate. Après mes grossesses, mon duvet du dessus de la lèvre supérieure est devenu plus foncé. Quand je mettais du gloss ou un rouge à lèvres, on ne voyait que ça et je commençais à être complexée. J'en ai parlé à ma dermato qui m'a conseillé le laser. Je n'ai pas hésité ! Depuis, j'ai retrouvé toute ma féminité. On m'a fait des compléments et j'ai été très contente. J'ai fait faire les aisselles, et je vais continuer avec les jambes et le maillot. J'y vais doucement, car c'est un vrai budget, mais cela vaut la peine. C'est une corvée en moins.