

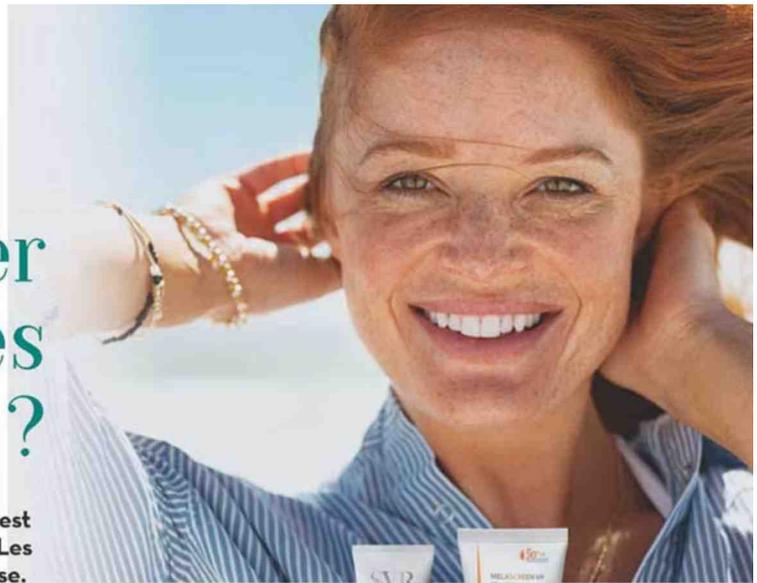


La question qui tue

PAR YASMINE MEURISSE

Peut-on traiter efficacement les taches brunes ?

Parce qu'il y a tache... et tache, l'avis d'un spécialiste est essentiel pour choisir le traitement le mieux adapté. Les conseils de Véronique Gassia, dermatologue à Toulouse.



Le diagnostic est primordial

On se dit qu'avec une bonne crème, on aura vite fait de se débarrasser des taches brunes qui apparaissent sur le visage, les mains, le décolleté et les avant-bras. On a tort, car seul l'examen dermatologique permet de différencier les types de désordres pigmentaires : grain de beauté bénin ou pathologique (cancer de la peau), marques dues au soleil ou liées à l'activité hormonale (taches de grossesse...).

On se protège du soleil... et des écrans

Si, autrefois, les taches brunes étaient surtout l'apanage des personnes âgées, aujourd'hui, elles apparaissent dès la trentaine. En cause : notre goût prononcé pour le bronzage, l'exposition aux écrans (lumière bleue) et, sans doute, la pollution. Elles indiquent que l'on a épuisé notre capital soleil. Le meilleur traitement étant la prévention, mieux vaut limiter le nombre et la durée des expositions solaires, et prendre l'habitude, dès les beaux jours, d'utiliser une crème protectrice, des lunettes et un chapeau. À la maison, au bureau, on installe un filtre anti-lumière bleue sur l'ordi, la tablette et le smartphone.

Protection non-stop pendant la grossesse

Les marques « hormono-dépendantes » peuvent surgir du jour au lendemain sur le front, les pommettes et la lèvre supérieure. Dès que l'on se sait enceinte, on se protège des rayons ultraviolets, même par temps couvert, avec une crème 50+, un chapeau et un baume à lèvres anti-UV. Sans oublier de porter des lunettes de soleil, les UV activant la formation des pigments de mélanine via la rétine. Mêmes précautions si l'on est un sujet à risque (il existe une composante génétique), que l'on souffre d'acné, et que l'on prend la pilule ou un traitement hormonal (FIV). À éviter ? Les gommages mécaniques « à bille ».

À chacune son traitement

Taches solaires ? Si la peau est fragile ou les marques diffuses, on préconise quelques séances de lumière pulsée. Dans les autres cas, le laser Q-Switched (une séance) remplace avantageusement l'azote liquide d'autrefois, qui laissait parfois des taches blanches à la place des brunes. Quant aux marques d'origine hormonale, on les atténue progressivement à l'aide



1. Soin de jour éclaircissant Pigmentbio (Bioderma, 24 €).
2. Clairial Night Peel (SVR, 35 €).
3. Melascreen UV Crème Légère (Ducray, 15,50 €).
4. Discoloration Défense Sérum (SkinCeuticals, 98 €).
5. Crème de nuit Éclat anti-taches (REN, 55 €).

de préparations dermatologiques à base d'hydroquinone (uniquement sur prescription) et de soins à base d'acide tranexamique. Si le mélasma (autre nom du masque de grossesse) est ancien et prononcé, on peut proposer des peelings dermatologiques profonds (rétinol, acides kojique et phytique). Quoi qu'il en soit, il convient ensuite de rester vigilante pour éviter que les intruses ne réapparaissent, en se protégeant des UV et en appliquant des soins anti-taches brunes en relais. ●

ISTOCK / PRESE