

VOTRE BEAUTÉ A SUIVI PAS À PAS TROIS FEMMES EN QUÊTE D'UNE NOUVELLE IMAGE D'ELLES-MÊMES. PROTOCOLES, QUESTIONNEMENTS, RESENTIS, ELLES NOUS LIVRENT SANS FARD LEUR EXPÉRIENCE.

Par Anne-Marie Attali

FORFAIT ANTI-ÂGE EXPRESS

Injections de toxine botulique, d'acide hyaluronique, séances de laser, de lumière intense pulsée, de carboxythérapie, Sophie voulait un programme de soins anti-âge. Son problème : le temps. Le Médispa de Lyon lui a proposé une prise en charge globale sur trois jours.

A

49 ans, après un divorce long et douloureux, Sophie a voulu tourner la page et faire peau neuve. Mais, dans son emploi du temps chargé, pas de place pour programmer le traitement un à un de tous ses petits problèmes : rides, taches brunes, perte de tonicité cutanée, vergetures, varicosités. Son rêve : être prise en charge pour bénéficier de protocoles d'esthétique médicale groupés. C'est à Lyon qu'elle a trouvé la perle rare, le Médispa®, un spa médicalisé qui propose un forfait anti-âge de trois jours. Un coup de jeune global, sans bistouri, ni anesthésie, ni chirurgie. Du sur-mesure.

1^{er} JOUR, LES CONSULTATIONS

10 h. Accueil au Médispa, quartier résidentiel du parc de la Tête d'Or. Après avoir rempli un dossier détaillé récapitulant ses antécédents médicaux, Sophie se déshabille, enfle un peignoir et s'abandonne aux mains de Laetitia, esthéticienne. Cette première journée va être consacrée essentiellement aux consultations des différents médecins (esthétique, nutritionniste, phlébologue), avec des intermèdes de mise en condition de la peau. Pour commencer, peeling superficiel du visage à l'acide glycolique, suivi de l'application d'une crème à base de vitamine A acide pour stimuler la fabrication de collagène. Un masque de gaze sur lequel sont posées des algues lyophilisées et de la chaux va faire doucement monter en température l'épiderme pour favoriser la pénétration des principes actifs. En récom-

pense, immédiatement après, un teint éclatant et bien unifié, une peau nette, tonique et revitalisée. Pour terminer, extraction de quelques points noirs et légère épilation des sourcils.

Lorsque Sophie rencontre le Dr Niforos, spécialiste en chirurgie reconstructrice et esthétique, elle est un peu stressée car c'est la première fois qu'elle a recours à la médecine esthétique. Après un examen du visage, du cou, du décolleté, puis de tout le corps, le médecin préconise des injections de toxine botulique pour lisser le front tandis que des piqûres d'acide hyaluronique vont combler rides et ridules pour redonner du volume aux zones qui commencent à se décharner, y compris les mains. Pour estomper ses vergetures, le Dr Niforos conseille de la carboxythérapie (injection de gaz carbonique sous la peau) et pour unifier le teint et faire disparaître les taches brunâtres, la lumière pulsée et le laser CO₂ fractionné pour défriper les paupières. « Ce qui est intéressant, remarque Sophie, c'est la prise en charge globale associant des soins d'institut et des protocoles d'esthétique médicale. Je n'ai jamais eu autant de personnes autour de moi pour me chouchouter ! C'est agréable et très réconfortant. »

Sophie voit ensuite le médecin nutritionniste. Après un long examen clinique et un entretien en tête-à-tête, le diagnostic est formel : « Avec 50 kg pour 1,62 m, Sophie n'a pas de problème de poids. Son problème majeur est une réelle difficulté à s'endormir. Il faut l'aider à retrouver le sommeil par l'alimentation. Mon conseil : manger des protéines et des sucres lents le soir et ne pas oublier de boire beaucoup tout au long de la journée. Les protocoles de médecine esthétique, aussi sophistiqués soient-ils, ne peuvent avoir d'effet que si on entretient le terrain de l'intérieur, notamment avec une hydratation optimale. »

DOSSIER ESTHÉTIQUE

Après un déjeuner élaboré selon ses recommandations (assiette de crustacés, saumon grillé et légumes verts), Sophie a rendez-vous avec le phlébologue. Un écho-Doppler permet d'établir un bilan vasculaire : en profondeur, tout est normal et rien ne s'oppose, dès le lendemain, à une séance de laser vasculaire pour traiter les varicosités récemment apparues sur ses jambes et ses cuisses.

En attendant, place à la lumière intense pulsée pour traiter son décolleté, qui affiche un vilain aspect grisâtre et terne. Après une centaine de flashes, la peau apparaît toute rouge, brûlante comme après un gros coup de soleil. Pour atténuer cette sensation d'échauffement, une crème hydratante et apaisante est appliquée en couche épaisse et la journée se termine avec un massage relaxant de tout le corps à l'huile essentielle d'arnica. Après une heure d'étirements, pétrissage et pincements, Sophie se sent mieux, mais ne se fait pas prier pour aller se reposer dans sa chambre d'hôtel. Au dîner, elle a récupéré mais elle s'inquiète : « Et si ces rougeurs persistaient ? Je culpabilise un peu d'imposer à mon corps cette agression volontaire. »

2^e JOUR, CINQ HEURES DE SOINS

C'est la journée de soins la plus lourde. Sophie l'appréhende, d'autant plus qu'elle n'est pas très en forme. « Je n'ai quasiment pas dormi car, après la séance de lumière pulsée, mon décolleté était à vif. Pendant la nuit, j'ai dû me tartiner plusieurs fois de crème apaisante, et même demander des glaçons à la réception de l'hôtel pour atténuer l'échauffement. »

Par un long massage décontractant du visage, Laetitia, l'esthéticienne, entreprend de chasser toutes ces tensions. Puis, allongée sur une chaise longue, devant un écran sur lequel défilent des images de paysages de rêve, Sophie savoure un verre de jus de carotte bio et un carré de chocolat noir. La voici maintenant prête pour aborder les soins du Dr Niforos. La séance démarre avec des injections de toxine botulique destinées à empêcher l'installation des rides de la patte-d'oie, du front et du cou. Dans la foulée, le praticien dépose quelques gouttes de toxine botulique de chaque côté du visage, à la hauteur de la mâchoire, pour rétablir un bel ovale. Il enchaîne avec des injections d'acide hyaluronique afin de lisser et repulper les joues mais aussi traiter les cernes.

Entre chaque soin, Laetitia intervient pour masser nuque, plante des pieds, mains. « Ces petits intermèdes sont toujours les bienvenus, constate Sophie. Grâce à eux, je peux souffler, me détendre, et atténuer le fait que je vis un vrai marathon. » Néanmoins, après cinq heures de soins multiples,

PRATIQUE

Forfait trois jours de soins au Médispa : 3 900 €. Avec deux nuits à l'hôtel de la Reine Astrid (situé à quelques mètres), deux petits déjeuners et cinq repas : 4 500 € environ. Médispa, 48, boulevard des Belges, Lyon, tél. 04 78 17 10 70.

LE MÉDISPA, C'EST QUOI ?

Structure novatrice en France dans l'univers de la beauté et du bien-être (les États-Unis en ont depuis de nombreuses années), le Médispa lancé à Lyon par le Dr François Niforos, chirurgien spécialisé en chirurgie plastique reconstructrice et esthétique, propose une unité de lieu conviviale pour des soins holistiques non invasifs d'esthétique médicale. Le programme est différent selon les cas mais le forfait inclut presque systématiquement une séance de lumière pulsée, des injections de toxine botulique et d'acide hyaluronique, de la mésothérapie, du laser CO₂ fractionné, et, bien sûr, de nombreux massages très professionnels.

elle est un peu déboussolée. « Cette journée a été éprouvante, et je suis contente qu'elle s'achève. Je n'ai pas eu mal, mais je ressens maintenant des tensions : aux mains, repulpées avec des injections d'acide hyaluronique, au cou, lissé avec une multitude de piqûres de mésothérapie, aux hanches, dont les vergetures ont été traitées avec de la carboxythérapie, aux jambes, dont les varicosités ont été estompées au laser vasculaire. Le plus dur a été le laser CO₂ fractionné pour le visage. Je ne m'attendais pas à des effets secondaires si importants : paupières boursoufflées, visage en feu. J'ai peine à imaginer comment je vais être ce week-end. J'ai prévu un dîner avec mon amoureux et il n'est pas au courant de cette escapade esthétique ! »

3^e JOUR, DÉTENTE ET BILAN

Sophie a mieux dormi, son visage est en partie apaisé, et le programme du jour est plus léger : bain réparateur de paraffine pour repartir avec des mains soyeuses, massage du corps profond aux huiles essentielles avec palper-rouler manuel pour éliminer les toxines et activer la circulation, et dernier rendez-vous avec le Dr Niforos pour une ordonnance cosméto afin de booster et pérenniser les traitements reçus.

L'AVIS DE SOPHIE

« Comme j'habite le nord de la France, j'ai eu l'impression de partir en vacances en allant à Lyon. Je voulais être éloignée de ma famille et des commentaires qui peuvent saper le moral. Lorsque je suis rentrée, je m'étais habilement maquillée pour dissimuler les effets secondaires des soins : rougeurs, petites croûtes, léger œdème. Aujourd'hui, trois mois se sont écoulés et les résultats ne font que s'amplifier. Mon visage, frais et net, semble discrètement lifté, mes vergetures se sont considérablement atténuées et je dors mieux. L'effet longue durée est réel. »

L'AVIS DE VB

Au Médispa, on a l'impression d'être dans une bulle zen, loin du stress et de l'agitation. Bénéficiaire de tous les soins en tenue décontractée est déjà un « plus » par rapport à un cabinet médical classique. Mais c'est surtout un formidable gain de temps et des économies certaines car l'addition serait plus élevée avec des consultations isolées et des traitements échelonnés. Revers de la médaille : l'épiderme doit endurer plusieurs agressions concentrées sur trois jours. Pas toujours évident pour les peaux très sensibles. D'une façon générale, il vaut mieux être en forme pour pouvoir bien supporter l'association de tous ces protocoles.