



zone à traiter: VISAGE / CORPS

## Médecine Esthétique et anti-âge

Photothérapie esthétique pour régénérer et réparer

SOINS: Photomodulation LED



Partout dans notre environnement, les LED ou diodes électroluminescentes font partie désormais de notre quotidien (éclairage des routes, des maisons, les phares de voiture...).

## Historique de la photothérapie

L'origine de la photothérapie (traitements par la lumière) remonte aux années 1950. C'est dans un hôpital anglais que l'infirmière Jean Ward a remarqué qu'une exposition au soleil des nouveau-nés atteints d'ictère provoquait la perte de la couleur jaune de leur peau. La Médecine commença alors à étudier les bienfaits de la lumière sur le corps humain.

Ce n'est que depuis le début des années 2000 que, via les travaux de la NASA sur la cicatrisation en apesanteur et la volonté d'accélérer le temps de guérison des plaies, qu'on découvrit un intérêt de l'utilisation de la lumière à des fins d'anti-âge.

Dans cet article nous allons vous parler des soins esthétiques par lumières LED et vous donner des informations sur son principe, **la durée du traitement, les prix pratiqués et l'avis de notre association** de médecins sur cette technique.

## Photothérapie et biostimulation par la lumière LED

La biostimulation par LED est une stimulation des mitochondries de nos cellules par une lumière froide (ne produisant pas de chaleur comme les lasers). Il s'agit d'une action dite photo-modulatrice et non pas photo-thermique comme les lasers. C'est une **photomodulation**.

Cette action va activer le métabolisme cellulaire, augmenter l'oxygénation des tissus et stimuler les fibroblastes, ces cellules fabriquant le collagène et autres substances de soutien de la peau.

Les L.E.D – acronyme de *light emitting diode* – offrent la possibilité d'émettre plusieurs plages de longueurs d'ondes de lumières telles que le rouge, le jaune, le bleu, infra rouge. Les couleurs que nous utilisons le plus dans la cicatrisation et les **soins anti-âge** sont **le rouge et le jaune**. Le bleu sera plus utilisé contre l'acné et les dermatoses.

La photothérapie par LED va permettre de calmer les inflammations, stimuler l'immunité, améliorer les processus de cicatrisation, gommer vos vergetures, stimuler vos fibroblastes et créer du collagène, densifier et stimuler la pousse des cheveux.

De même, les LED peuvent réduire les risques de rebond pigmentaire et les taches brunes après un processus inflammatoire (par exemple après une brûlure, un peeling ou un laser...).

## Présentation du traitement par LED

### Les zones traitées

Toutes les zones du visage et du corps peuvent être traitées. Il n'y a pas de contre-indication pour des zones spécifiques. Si vous présentez un cas précis (femme enceinte, condition de santé particulière, prise de médicaments, etc....) n'oubliez pas de le dire à votre praticien. On évite les traitements qui réagissent avec la lumière : photosensibilisants comme les antibiotiques, des anti-inflammatoires...

### Déroulement d'une séance de photothérapie

On applique la lumière des LED près de la zone à traiter pendant 10 à 20 minutes. Rien ne touche la peau, aucune douleur n'est ressentie. Il n'y a aucun risque de brûlure.



Il faut en moyenne 5 à 10 séances avec une à deux séance / semaines et un traitement d'entretien une fois par mois pour assurer la durabilité des résultats.

## **Quelles couleurs de lumière LED pour l'anti-âge ?**

Dans le cadre d'une utilisation en médecine esthétique anti-âge, il y a trois grandes lumières qui sont utilisées : rouge, jaune et bleue.

### **Lumière rouge :**

L'utilisation des LED rouges vise les personnes qui souhaitent avoir les effets suivants :

- Régénération du collagène et de l'élastine
- Stimulation de la circulation sanguine
- Actions sur les rides, cicatrices, vergetures (et dans l'amincissement)
- Régénération tissulaire (activation des fibroblastes) et des fibres élastiques
- Légère action thermique qui stimule les défenses anti-infectieuses
- Traitement des vergetures rouges
- Forte atténuation des vergetures blanches
- Resserre les pores de la peau...

### **Lumière jaune :**

Lors d'une séance de photothérapie avec LED jaunes vous profiterez des effets suivants :

- Amélioration de la circulation sanguine
- Drainage lymphatique
- Tonification des muscles peauciers
- Consolide la surface de la peau
- Aide en cas de rides
- Éclaircissement des cicatrices
- Lisse la peau...

## Lumière Bleue :

La lumière bleue sert surtout à :

- Obtenir un effet anti-bactérien sur la peau
- Effet purificateur et cicatrisant au niveau du derme
- Favoriser la cicatrisation.

Néanmoins, la longueur d'onde du spectre bleu est partiellement nuisible pour l'homme. Il faut donc respecter les durées d'exposition indiquées par les fabricants.

## Avantages et inconvénients des LED

### Inconvénients

Il n'existe **aucun effet secondaire** avec la photothérapie ! Il s'agit d'un acte médical non-invasif qui permet aux patients de reprendre ses activités normalement après une séance de photothérapie. Un inconvénient relatif pourrait être le nombre de séances à faire qui est relativement élevé.

### Les contres-indications aux LED

Elles concernent surtout certaines maladies de peau :

- syndrome des naevus dysplasiques héréditaire
- antécédent personnel de mélanome
- lupus érythémateux systémique
- maladies avec troubles de la réparation de l'ADN.

Contre-indications majeures :

- Personnes de moins de huit ans

- exposition antérieure aux radiations ionisantes ou à l'arsenic
- Présence de kératoses actiniques

Contre-indications mineures :

- Personne de moins de 12 ans
- Pemphigoïde et pemphigus
- Traitement antérieur par de la méthotrexate ou de la ciclosporine
- Photo-sensibilité cutanée
- Patients présentant de nombreux naevus (plus de 50)
- Patients présentant plus de 5 naevi atypiques...

## **Avantages**

La photothérapie par led possède les avantages suivants :

- Indolore
- Non-invasive
- Très peu ou pas du tout d'effets secondaires
- Résultats efficaces et durables
- Stimulation naturelle et profonde des tissus (biostimulation).

C'est une technique qui est très pratique et efficace, mais qui nécessite quand même un praticien confirmé. Il est important de respecter la durée et la fréquence des séances. En cas de non-respect des indications, ce soin de médecine esthétique aura pour conséquence une nullité des effets bénéfiques.

## **Quels sont les résultats?**

L'amélioration recherchée ne se voit qu'après 3 ou 4 séances. La satisfaction des patients est bonne en général dans les indications citées plus haut.

## **Prix : combien coûte une séance de LED ?**

Le prix de la photothérapie par LED est variable en fonction de ce que vous souhaitez comme résultat.

En moyenne, il faut compter 40 à 80€ par séance. En sachant que par exemple, il faut entre 4 et 5 séances pour pouvoir soigner une cicatrice fraîche. Très souvent, les praticiens proposent un forfait aux environs de 500 à 600 € pour 12 séances, pour le traitement de la chute de cheveux ou des vergetures par exemple.

Pour les effets anti-âges du visage, certains médecins esthétiques proposent des forfaits à 120€ par mois pour des séances de 5 à 10 minutes avec une fréquence de deux à trois fois par semaine.

Pour tout ce qui relève de l'entretien du teint la moyenne se situe à un forfait de 300€ par mois pour 2 à 3 séances par semaine. La durée totale du traitement est de 2 mois environ.

### **L'avis médical**

La photothérapie à LED anti-âge ou cosmétique est une méthode douce et non-invasive. Le plus souvent, elle nous rend de grands services en tant que soin complémentaire à des traitements plus "forts" tel que les lasers, les peelings moyens et profonds dont elle réduit les suites.

La photothérapie à LED permet également de dynamiser les autres traitements anti-âge via la stimulation des cellules fabricants la peau et générant le collagène. C'est une technique prometteuse et qui possède vraisemblablement beaucoup d'avenir.

Comme pour tous les appareils à visée esthétique, selon la qualité et la puissance des machines, les résultats seront présents ou pas. Il n'y a aucune comparaison entre les petits écrans de LEDs vendus en grande surface et les panneaux de LEDs à usage médical.