

ÉPILATION ET RÉDUCTION DE LA PILOSITÉ

DE QUOI S'AGIT-IL?

L'élimination de poils non désirés est une pratique courante chez les femmes comme les hommes. Il existe de nombreuses méthodes pour éliminer les poils non désirés — certaines sont temporaires, d'autres sont permanentes. Les efforts et les coûts de ces traitements varient grandement, de même que leur taux de réussite afin d'éliminer les poils.

MÉTHODES D'ÉPILATION

PRODUITS TOPIQUES

Les crèmes dépilatoires sont disponibles sans ordonnance, mais elles doivent être utilisées conformément aux instructions puisqu'un mauvais usage risque d'entraîner des brûlures. Il est important de faire un test cutané avant d'utiliser une crème dépilatoire afin de détecter toute irritation ou intolérance.

MÉTHODES

Le rasage est la méthode la plus utilisée pour éliminer les poils, tant chez les hommes que chez les femmes. C'est bon marché, rapide, pratique et relativement peu douloureux. Toutefois, en raison de la possibilité d'entailles ou de coupures, de la repousse rapide des poils et de l'apparition de poils incarnés, les consommateurs ont commencé à souhaiter des résultats plus uniformes et durables.

Les conseils suivants peuvent s'avérer utiles pour obtenir des résultats optimaux lors du rasage :

- Humectez votre peau avant de vous raser. Le rasage à sec peut faire augmenter le risque de coupures et de poils incarnés.
- Appliquez une crème ou un gel à raser.
- Ne vous rasez que dans le sens du poil.
- Évitez les va-et-vient dans deux ou plusieurs directions sur les sections qui ont déjà été rasées.
- Rangez votre rasoir dans un endroit sec.

L'épilation au fil, méthode d'épilation d'origine asiatique, est maintenant répandue dans les pays occidentaux. Pour cette méthode, un fil de coton ou de polyester est doublé, puis entortillé. On roule ensuite ce fil sur les zones du visage où se trouvent les poils superflus afin de les arracher avec le follicule.

L'épilation au fil peut être plus douloureuse que l'épilation à la cire, mais les effets durent de six à dix semaines.

L'épilation à la cire consiste à appliquer une mince couche de cire liquide sur la peau, puis à la retirer en un mouvement brusque dans le sens inverse de la pousse des poils. Cette méthode permet d'arracher les poils à la racine et ralentit ainsi leur repousse. Les effets peuvent durer de deux ou trois semaines, selon la personne. Il existe des techniques à la cire chaude ou à la cire froide. Il faut être très prudent quand on applique la cire chaude, pour ne pas brûler la peau.

L'épilation au sucre est similaire à l'épilation à la cire. Elle consiste à étaler une pâte molle sur les zones où se trouvent les poils indésirables, puis à la retirer d'un coup sec. Les deux méthodes peuvent être utilisées à la maison, à l'aide de produits vendus en magasin, mais on peut également avoir recours aux services d'une esthéticienne.



L'électrolyse est la seule méthode d'épilation permanente. Cette méthode d'élimination des poils est efficace chez les patients de toutes les couleurs de peau. La méthode consiste à insérer une aiguille très fine dans le follicule pileux, puis à transmettre une faible impulsion électrique qui endommage et détruit le follicule.

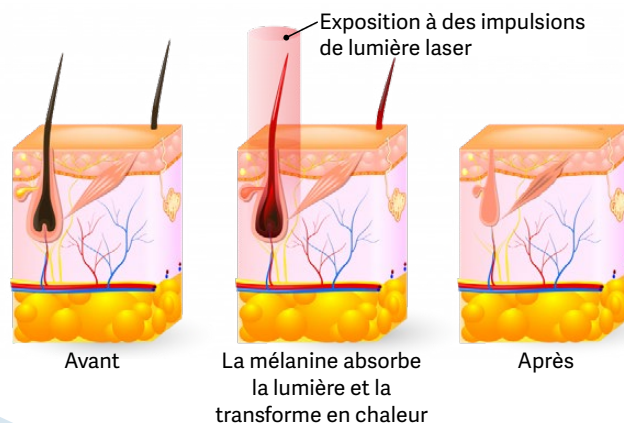
Les appareils à **lumière intense pulsée (LIP)** ont recours à un faisceau de lumière extrêmement concentré, souvent en combinaison avec une crème ou un gel, pour brûler la tige du poil. Les appareils à LIP produisent un large spectre de lumière qui peut chauffer tous les tissus avoisinants, ce qui en fait une méthode moins efficace pour interrompre la pousse des poils et comporte des risques de brûlure plus importants, surtout sur les peaux foncées.

La LIP comporte également des risques de blessures aux yeux, de changement de pigmentation de la peau, de cicatrices et de stimulation de repousses paradoxales. Étant donné les risques importants de blessures, il est recommandé de consulter un dermatologue avant de se soumettre à cette procédure, ou de le faire sous la supervision d'un dermatologue.

L'épilation au laser consiste à diriger un faisceau laser sur la peau pour la pénétrer et détruire les follicules pileux qui produisent les poils. Il peut s'écouler de trois à six mois ou plus avant que les poils ne recommencent à pousser. Il faut en moyenne de six à huit traitements espacés à huit à douze semaines pour obtenir des résultats permanents.

Les effets secondaires potentiels comprennent les cloques, une décoloration de la peau, des rougeurs, des enflures et des cicatrices. Les personnes à la peau bronzée ou plus foncée risquent davantage les problèmes de pigmentation, comme des taches blanches où le faisceau laser a pénétré la peau.

L'épilation au laser



RÉDUCTEURS DE PILOSITÉ

PRODUITS TOPIQUES

L'eflornithine bloque une enzyme qui stimule la pousse des poils. Il a été démontré que la crème à base d'eflornithine HCl ralentissait la pousse des poils. Cette crème est approuvée comme crème d'ordonnance pour réduire les poils indésirables sur le visage chez les femmes. Chez certaines patientes, la crème peut causer de l'acné, une folliculite, de la douleur ou une sensation de brûlure sur la peau, des rougeurs ou de l'irritation.

PRODUITS ORAUX

La **spironolactone** est un diurétique (médicament qui augmente la sécrétion urinaire) qui peut servir à diminuer la pression artérielle. En dermatologie, elle est utilisée dans certaines situations pour bloquer l'activité des androgènes (hormones masculines), lesquelles sont normalement produites en faible quantité par toutes les femmes. Des niveaux élevés d'androgènes chez les femmes peuvent causer de l'acné ou faire pousser des poils faciaux ou de la poitrine non désirés.



Des informations complémentaires sur l'épilation et la réduction des poils sont disponibles en ligne.

DERMATOLOGUE.CA



Tout le contenu de cette publication a été élaboré indépendamment par des dermatologues canadiens certifiés.