

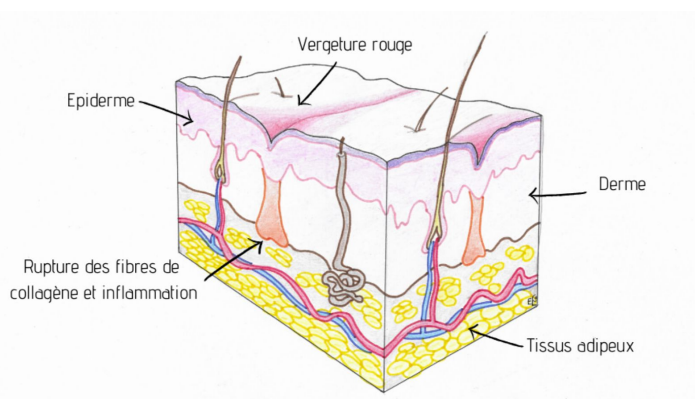
Les vergetures

Pendant la puberté, la grossesse ou un régime, des vergetures blanches ou rouges peuvent apparaître sur la peau. Ce phénomène a suscité de nombreuses interrogations: comment éviter que ces cicatrices n'apparaissent sur la peau et quels traitements efficaces existe-t-il pour les éliminer?

Les vergetures

Les vergetures sont des lésions cutanées très fréquentes qui sont assimilables à des cicatrices et qui surviennent essentiellement à la puberté et pendant la grossesse. Elles se forment dans le derme où se situent les fibroblastes, cellules synthétisant le collagène et l'élastine, responsable de l'élasticité et de la fermeté de la peau.

Elles correspondent à des zones de peau au niveau desquelles le derme profond, situé entre l'épiderme et l'hypoderme, s'est déchiré spontanément. A leur apparition, elles ont la forme de stries ressemblant à des cicatrices, de couleur rouge violacée, et sont inflammatoires. Elles s'éclaircissent avec le temps pour devenir blanches et nacrées.



Aspect des vergetures

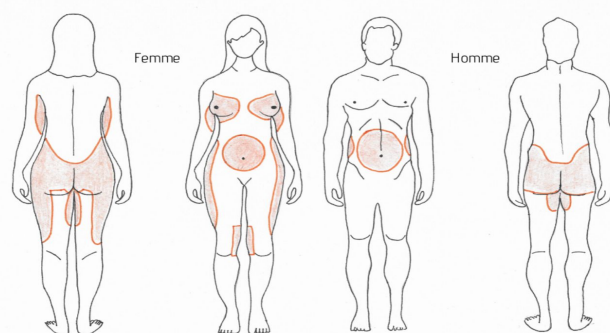
Les vergetures ont un aspect de dépressions linéaires qui sont orientées la plupart du temps dans le sens de la tension de la peau. On observe ainsi deux phases d'évolutions:

- une phase **inflammatoire** qui leur donne un aspect rouge violacé dû à la dilatation des vaisseaux
- une phase **cicatricielle** où elles sont blanches et atrophiques.

Leur distinction est importante car l'efficacité des traitements est supérieure sur la forme rouge.

Les zones du corps les plus sensibles aux vergetures

Les vergetures sont généralement situées dans les zones qui prennent du volume: sous les seins, sur les cuisses, les fesses et les hanches à l'adolescence et sur les seins et l'abdomen lors de la grossesse. Très fréquentes, elles peuvent apparaître également lors d'une prise ou une perte importante et brutale de poids. Chez les hommes, on les observe dans la partie basse du dos, à la racine des bras chez ceux qui font du bodybuilding et sur la face interne des genoux.



Origine de leur apparition ?

L'apparition de vergetures serait d'origine hormonale. Plus précisément, elle serait liée à une production trop importante de cortisol. Mais ce n'est pas tout ! L'application de crèmes contenant des corticoïdes, l'utilisation prolongée de corticoïdes oraux ou la prise de stéroïdes anabolisants chez les sportifs, dans le but de faire augmenter la masse musculaire, sont également à l'origine d'apparition de vergetures.

Il existe deux sortes de vergetures :

Les vergetures révélant un problème de santé:

Le syndrome de Cushing causé par une trop grande quantité de corticostéroïdes dans le corps peut provoquer de graves vergetures. Elles sont généralement grandes, rouges et verticales et se trouvent sur l'abdomen, les racines des cuisses et des bras et les seins. Ces signes doivent éveiller la vigilance et susciter une consultation immédiate. Ce syndrome est causé par un excès d'hormones (comme le cortisol), qui est généralement la glande surrénale qui produit des quantités suffisantes d'hormone du stress. Le syndrome est le plus souvent lié à l'abus de corticostéroïdes. Il peut également survenir lors d'une fonction anormale des glandes surrénales, avec un cortisol excessif.

Les vergetures classiques:

Ces vergetures sont plus minces, plus discrètes et ne causeront pas de problèmes de santé spécifiques. Cependant, elles peuvent être perçues comme disgracieux pour la personne et causer des souffrances psychologiques.

LE SAVIEZ VOUS :

- Les sportifs de haut niveau sont souvent sujets aux vergetures. Cela est dû leurs taux de cortisol élevé.
- Les vergetures sont très fréquentes chez les femmes. 80% ont ce type de petites cicatrices sur certaines zones de leur corps.
- Au moment de la puberté, 25% de filles contre seulement 10% de garçons observent la formation de vergetures.

Traitements médicamenteux contre les vergetures :

Plus on traite rapidement les vergetures, plus on sera efficace. Mieux vaut les traiter lors de la phase inflammatoire qu'à la phase atrophique. Il existe des mesures préventives afin d'éviter leur apparition :

- Massage des zones soumises à une augmentation de volume, notamment pendant la grossesse.
- Bonne hygiène de vie avec règle hygiéno-diététique adaptée et pratique d'une activité physique.

Une fois les vergetures apparues, plusieurs traitements peuvent être proposés. Ils ont tous pour objectif de stimuler et de renouveler le collagène et l'élastine de la peau et peuvent être combinés.



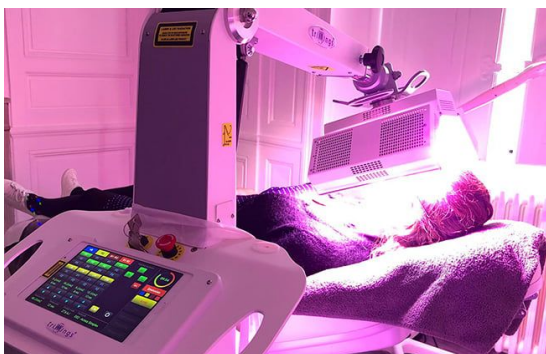
Peeling moyen au TCA

L'objectif est de provoquer une régénération cutanée accélérée et contrôlée par l'application d'agents exfoliants chimiques. Il favorise l'élimination des couches externes de la peau dans le but de stimuler la production de collagène et d'élastine. Ce traitement nécessite plusieurs séances.



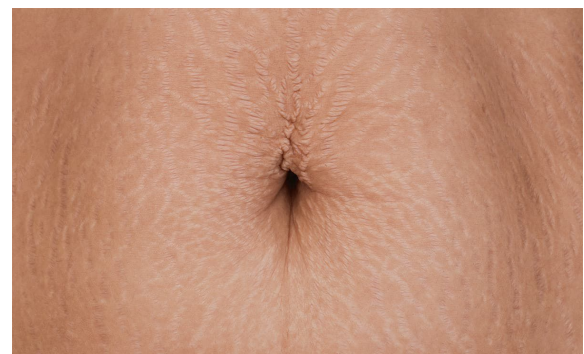
Mésothérapie

La mésothérapie combine deux actions. Celle des micro-aiguilles : les micros perforations créées par les aiguilles viennent stimuler l'épiderme et le derme, entraînant une augmentation de synthèse de collagène et d'élastine. Celle de la solution poly-revitalisante déposée sur la zone, contenant de l'acide hyaluronique, ayant un rôle d'hydratation et de réparation.



Photobiomodulation par LEDS

Elles permettent la diminution progressive de la taille, de la profondeur et de la rougeur des vergetures. Ce traitement est basé sur la photobiomodulation par la lumière afin de réparer les tissus par stimulation des cellules du derme pour augmenter la synthèse d'élastine et de collagène.



Techniques complémentaires

D'autres solutions thérapeutiques peuvent être proposées telles que le laser fractionné, ablatif et non ablatif, la radiofréquence, les injections d'inducteurs tissulaires...

Il n'existe donc pas vraiment de remède naturel efficace mais plutôt des gestes qui contribuent à une meilleure souplesse et une meilleure résistance à l'étirement. Afin de lutter contre les vergetures, il faut adopter un mode de vie sain: contrôle du poids, en particulier au début de la grossesse, équilibrer l'hydratation de la peau matin et soir, et éviter de se laver avec un savon trop dur qui risquerait d'enlever la surface du film hydrolipidique.

Sources :

<https://www.bepanthen gamme.fr/problemes-peau/votre-peau/causes-vergetures/>

<https://www.passeportsante.net/fr/Maux/Problemes/Fiche.aspx?doc=vergetures-pm>

<https://sante.lefigaro.fr/mieux-etre/beaute/vergetures/quest-ce-que-cest>

