

**Esthétique** —

**Les techniques qui**  
***liftent***  
**sans chirurgie**

92

SANTÉ MAGAZINE | FÉVRIER 2026

Le vieillissement du visage (et du cou) ne relève plus exclusivement de la chirurgie ! On peut désormais retrouver fermeté et tonicité grâce à des technologies de nouvelle génération, capables de nous rajeunir sans passer par la case opération. Tour d'horizon des méthodes les plus utilisées.

**Marie Munoz**

## 1 De la radiofréquence pour un léger relâchement

La radiofréquence est une énergie électrique oscillante qui chauffe les couches profondes de la peau, et qui monte jusqu'à 60 °C. À cette température, les fibres de collagène se rétractent et les fibroblastes ainsi stimulés produisent du collagène. La couche superficielle de la peau est protégée, grâce à un système de refroidissement intégré.

● **Pour qui ?** Idéal dès les premiers signes de relâchement sur l'ensemble du visage, et plus particulièrement aux coins de la bouche, sur l'ovale, au coin de l'œil.

● **Comment ça se passe ?** Après un nettoyage en profondeur, le médecin trace un quadrillage pour délimiter précisément la zone ciblée. Il applique un gel conducteur puis traite point par point. La séance dure de 30 à 60 minutes.

● **Des effets secondaires ?** Oui, quelques rougeurs passagères pouvant persister quelques heures.

● **Ce que l'on peut espérer :** un effet tenseur immédiat, lié à la chaleur. Puis un résultat final après 3 mois environ qui se traduit par une meilleure tonicité de la peau, des paupières moins tombantes, un coin des lèvres rehaussé, un ovale du visage harmonieux.

● **Combien de séances ?** Une séance à renouveler tous les 18 à 24 mois.

● **Les prix :** pour les paupières ou le contour des lèvres : 1 800 €; le visage complet : 3 000 €; le cou : 1 200 €.



### Tous les appareils se valent-ils ?

S'il existe de nombreuses machines à radiofréquence, pour un réel effet lifting, la radiofréquence dite monopolaire du Thermage FLX, avec son agrément FDA (Food and Drug Administration, l'agence de santé américaine), reste la référence.



## 2 Des ultrasons pour des contours flous

Les HIFU (pour High-Intensity Focused Ultrasound en anglais) sont des ultrasons focalisés envoyés jusque dans le derme profond et le système musculo-aponévrotique superficiel, cette nappe fibreuse qui relie la peau aux muscles. L'objectif : provoquer une rétraction des tissus pour un effet lift.

● **Pour qui ?** Souvent, dès 45 ans, lorsque l'angle mandibulaire est moins dessiné et qu'un relâchement plus important se remarque par l'apparition de bajoues.

● **Comment ça se passe ?** Les yeux sont protégés par des lunettes opaques.

Le praticien applique un gel facilitant la pénétration des ultrasons et flashe la peau centimètre par centimètre, en effectuant plusieurs passages. On peut ressentir une sensation de chaleur, un pincement, voire une douleur sur certaines zones, du fait de l'échauffement du derme, en particulier près de l'os de la mâchoire.

● **Des effets secondaires ?** « On observe des rougeurs et parfois un léger œdème discrets quelques heures après le traitement, sans aller jusqu'à prévoir une éviction sociale », explique la Dre Caroline Pouget.

● **Ce que l'on peut espérer :** « Un raffermissement progressif dès la troisième voire quatrième semaine et une peau plus tonique au bout de 2 à 3 mois », indique la dermatologue.

● **Combien de séances ?** Généralement 1 seule, avec un rappel après 12-18 mois.

● **Les prix :** environ 800 € pour une petite zone comme les sourcils ; 1 200 € le bas du visage, 1 300 € le cou, 1 500 € le visage entier, et 2 500 € le visage entier et le cou.



### Tous les appareils se valent-ils ?

Non. « On retrouve la technologie des HIFU dans des dizaines de machines de qualité très variables, pas cher ou mal calibrées, pour lesquelles la profondeur ciblée, la puissance délivrée et la sécurité ne sont pas maîtrisées », note la Dre Pouget. Deux appareils ont montré leur efficacité : l'Ulthera, la référence historique, et le Sofwave, plus récent et un peu moins douloureux.

### Nos expertes



**Dre Laurence Benouaiche**  
chirurgienne  
esthétique



**Dre Caroline Pouget**  
dermatologue

## Esthétique —

### Le laser pour un effet tenseur

Ce lift nouvelle génération utilise une fibre optique très fine, glissée sous la peau via une micro-incision de moins de 1 mm. Le laser chauffe et contracte les fibres cutanées, stimulant la production de collagène, d'élastine et d'acide hyaluronique.

● **Pour qui ?** Pour corriger un relâchement sur les zones du contour du visage, du cou, ou encore du contour de l'œil, généralement après 40 ans.

● **Comment ça se passe ?** Après une anesthésie locale, le médecin active son laser avec une chaleur contrôlée qu'il dirige sur les zones à retendre. « Lors de l'intervention, on peut rajouter de l'anesthésiant au fur et à mesure s'il y avait l'ombre d'une sensibilité, précise la Dre Laurence Benouaiche. 30 minutes suffisent pour le bas du visage. »

● **Des effets secondaires ?** On peut noter quelques rougeurs ou de légers œdèmes, mais rien qui empêche de reprendre immédiatement ses activités.

● **Ce que l'on peut espérer :** un raffermissement de la peau avec un lissage des contours du menton, des joues, du cou, ou encore du contour des yeux.

● **Combien de séances ?** Une seule. « Par la suite, le collagène continue de se régénérer pendant plusieurs mois, avec un résultat optimal à trois mois et pouvant durer jusqu'à 3 ans selon sa peau et son hygiène de vie », ajoute la Dre Benouaiche.

● **Le prix ?** de 1 500 à 4 000 € selon les zones traitées.



**Tous les lasers se valent-ils ?**  
La seule machine actuellement sécurisée

et certifiée par l'Agence de santé américaine est l'Endolift.



GROUPE STUDIO ARANDU/GETTY IMAGES (2)

### Les fils pour redessiner l'ovale

Le principe est simple : en positionnant des fils sous la peau, le médecin repositionne les tissus. L'inflammation induite stimule également les fibres de collagène pour améliorer la qualité de peau.

● **Pour qui ?** Dès les premiers signes de relâchement, « les fils lisses, posés en étoile, peuvent résorber parfaitement un double menton chez un homme, malgré leur peau épaisse, dit la Dre Benouaiche. Chez les femmes, on évite les peaux trop fines, trop plissées ou trop ridées. »

● **Comment ça se passe ?** En cabinet médical, en respectant les conditions d'asepsie (stérilisation, matériel à usage unique...). Le médecin introduit, sous anesthésie locale, les fils à l'aide d'aiguilles ou de canules. Certains protocoles vont jusqu'à 50 microfils injectés pour les non crantés, alors qu'il suffit de six fils crantés pour un contour du visage.

● **Des effets secondaires ?** La peau peut "gondoler" au début, avec des tiraillements et une sensation de "carton-pâte", mais ces signes doivent disparaître en moins d'une semaine. Certaines personnes peuvent se plaindre de sentir ou même de voir les fils. « C'est un problème de pose, lorsque les fils sont placés trop superficiellement, souligne la Dre Benouaiche. Ils doivent être injectés dans l'hypoderme, la couche la plus profonde la peau. »

● **Ce que l'on peut espérer :** on retrouve immédiatement son ovale redessiné, rajeuni. Au bout de six mois, les fils se sont résorbés et le renouvellement de collagène est à son maximum.

● **Combien de séances ?** Une séance suffit. « Les résultats perdurent 18 mois en moyenne, selon le type de peau et les habitudes de vie, sachant que soleil et cigarettes accélèrent le vieillissement, avec ou sans traitement ! », explique la Dre Benouaiche.

● **Le prix :** de 500 à 800 € pour des fils non crantés ; de 1 200 à 1 500 € pour les autres fils résorbables.



**Tous les fils se valent-ils ?**  
Il y a de nombreux

types de fils, généralement de suture chirurgicale pour les résorbables, en silicone pour les permanents. On relève une grande variation de modèles : « crantés, avec des petites accroches, parfaits pour l'ovale du visage ou les pommettes, mais aussi pour remonter les paupières type "fox eyes", précise la chirurgienne. Lisses, qui se posent en grande quantité pour créer un maillage qui va densifier la peau, sous le menton par exemple... avec hameçons, torsadés, à cônes, fins, épais, spirales... » Bref, c'est au médecin de déterminer et d'expliquer le protocole le plus adapté. Prudence avec les fils non résorbables, leur plus grande durabilité n'est pas forcément un avantage car elle ne suivra pas le vieillissement physiologique du visage. De plus, ces fils ne se mélangent pas à de l'acide hyaluronique ou d'autres fils résorbables !

## Les injections pour un coup de jeune global

Il s'agit de produits résorbables qui s'injectent à différents niveaux du derme pour combler des volumes perdus, effacer des rides d'expressions, ou rafraîchir l'ensemble du visage.

● **Pour qui ?** Pour ceux qui affichent un air soucieux, fatigué ou triste... avec un visage qui se durcit, le coin des yeux qui tombe, ou encore des tempes qui se creusent, et un affaissement global vers le bas.

● **Comment ça se passe ?** La toxine botulique s'injecte à l'aiguille par petit point sur le front et le coin des yeux. L'acide hyaluronique se nappe ou s'injecte en continu avec des aiguilles ou des canules, dans les joues, les cernes, le bas du visage, les pommettes, les tempes...

● **Des effets secondaires ?** Il peut y avoir des petits bleus passagers au point d'injection.

● **Ce que l'on peut espérer :** des expressions plus douces, un retour des volumes, une ligne des mâchoires redessinée, un front lisse et détendu. Attention, corriger un relâchement prononcé demande beaucoup d'injections et peut conduire à un visage perçu comme "gonflé"!

● **Combien de séances ?** Une tous les 4 mois pour la toxine. Pour l'acide hyaluronique, plusieurs séances sont nécessaires pour traiter l'ensemble du visage de façon progressive : cela permet de ne pas en injecter trop et d'obtenir un résultat harmonieux. Puis, en entretien, tous les 2 ans en moyenne.

● **Les prix :** 300 € par seringue d'acide hyaluronique, sachant qu'il en faut plusieurs (de 3 à 8) pour un liquid lift. 400 € par zone pour la toxine botulique.



### Tous les produits se valent-ils ?

Non, pour la toxine botulique, seulement quelques laboratoires sont autorisés en France, et les injections sont réalisées uniquement par des dermatologues ou des chirurgiens. Pour l'acide hyaluronique, beaucoup plus de marques et de variétés de produits existent. Il faut être médecin pour l'injecter. Alors que des injections illégales sont proposées depuis quelques années, s'adresser à un médecin, c'est s'assurer d'avoir une expertise médicale et un produit certifié.

IHOR BULYKHIN/GETTY IMAGES

