Soirmagazine

DOCTEUR BENTOUMI MIMI, SPÉCIALISTE EN MÉDECINE INTERNE, OPTION DERMATOLOGIE ET MÉDECINE ESTHÉTIQUE, AU *SOIRMAGAZINE* :

«Le botox, une demande croissante»

Docteur Bentoumi Mimi, spécialiste en médecine interne, option dermatologie et médecine esthétique, pratique de nombreuses techniques en dermatologie et médecine. Membre du Groupe Laser de la Société française de dermatologie et de l'Association française de médecine esthétique, elle répond aux questions du Soirmagazine en donnant son avis sur le recours au botox dans la société algérienne.

Photos : DR

Par Sarah Raymouche

***Soirmagazine* : C'est quoi au juste le botox ?**

Bentoumi Mimi : Il s'agit, plus exactement, de la toxine botulique (botoxdysportvistabelazzalure). L'injection locale de toxine botulique entraîne le blocage de certains muscles du visage dont la contraction induit des rides d'expression permettant ainsi de les atténuer. La toxine botulique est à l'origine une toxine fabriquée par la bactérie responsable du botulisme, une maladie potentiellement grave entraînant des paralysies musculaires. La toxine botulique utilisée en médecine est, quant à elle, fabriquée industriellement et utilisée comme médicament à visée strictement locale ; elle est utilisée depuis 25 ans en neurologie, en ophtalmologie et en pédiatrie pour mettre au repos certains muscles à l'origine de manifestations anormales ou douloureuses.

Comment ça marche ?

La toxine botulique bloque le muscle qui entraîne la contraction musculaire. Lorsqu'il est bloqué, la contraction des muscles ne peut plus se faire. Il s'agit d'un phénomène qui n'altère ni le muscle ni le nerf, réversible lorsque la toxine est éliminée. En esthétique, la toxine agit sur la composante musculaire des rides et vise à relaxer les muscles du visage. Elle est utilisée essentiellement pour les rides d'expression du haut du visage (tiers supérieur de la face). Le relâchement musculaire obtenu quelques jours après les injections est réversible ; il ne dure que de 4 à 6 mois, période au bout de laquelle il faudra renouveler l'injection si l'on veut obtenir le même résultat.

Y a-t-il une demande croissante pour le botox en Algérie ?

Oui, nous avons une demande croissante pour l'injection de la toxine botulique vu qu'internet et la parabole ont banalisé la médecine esthétique, mais cette croissance est très modérée par rapport aux Etats-Unis et à l'Europe.

Comment ça se passe ?

Une première consultation permet au médecin d'examiner la zone à injecter, d'écouter les attentes de son «patient» et de lui donner les informations sur le produit et ses risques. Il faut dire qu'il s'agit le plus souvent d'une personne en parfaite santé et qui ne souhaite qu'une intervention d'ordre esthétique. Lors de cette consultation, le dermatologue doit établir et remettre un devis détaillé ; il fera ensuite signer lors de la consultation où a lieu l'injection un formulaire de consentement dit «éclairé» dans lequel le patient reconnaît avoir été informé des risques liés à cette technique.

Lors d'une séance de traitement des rides par injection locale de toxine botulique, on est installé sur la table d'examen. Après avoir désinfecté le visage, le médecin injecte la toxine dans les muscles responsables des rides.

Pour atténuer les rides dites «inter-sourcilières» ou «rides du lion» (zone triangulaire située entre les sourcils, juste au-dessus du nez), le médecin injectera la toxine dans 3 muscles : les deux premiers sont situés au niveau des sourcils et sont responsables des rides verticales (rides du lion) qui se forment, avec l'âge, entre les sourcils ; le troisième muscle concerné se situe à la racine du nez, et c'est lui le responsable les rides horizontales situées entre les deux sourcils. Pour supprimer les grandes rides horizontales du front, le médecin injecte le médicament dans le muscle frontal, ce muscle qui permet aux sourcils de s'élever. Une fois les muscles du front relaxés, le médecin peut l'injecter dans la «patte d'oie», petites rides du coin externe de l'œil.

La toxine botulique étant très fluide, les aiguilles utilisées sont très fines et la piqûre presque indolore. Une fois injecté, le produit met quelques heures à se fixer et quelques jours encore à bloquer les muscles du visage. Les résultats sont visibles au bout de 2 semaines, date habituelle de la consultation de contrôle, et les suites ne sont généralement pas gênantes.

Quel est le profil des personnes qui le demandent et à quel endroit ?

La majorité sont des femmes, entre 40 et 50 ans, qui désirent se lisser le visage par l'injection du botox. Ce qui est légitime de vouloir prolonger la jeunesse. Et certaines le font pour réussir professionnellement car la concurrence est grande. Contrairement à l'Europe où ce sont des jeunes femmes de 25 à 30 ans qui le font. Cela est absurde car à cet âge, on n'est pas vieille. Des femmes issues des milieux favorisés et défavorisés veulent faire disparaître leurs rides car elles ont vu cette technique à la télévision. Elle est le plus souvent réalisée pour atténuer les rides du lion, les rides frontales et les rides de la patte d'oie. Ce type d'injections peut également être réalisé pour essayer de modifier la position d'un sourcil ou tenter de rétablir une symétrie du visage. Ce qui permet de supprimer temporairement les rides du tiers supérieur du visage et de rajeunir l'aspect général de l'expression.

Y a-t-il des effets secondaires ?

Ils peuvent se traduire par de tous petits bleus qui sont rares, car l'aiguille est très fine. Ce traitement peut également entraîner, chez les patients migraineux, quelques maux de tête. La complication exceptionnelle est le ptosis, c'est-à-dire la chute de la paupière supérieure qui entraîne une fermeture partielle de l'œil. C'est pour cette raison que le patient doit rester au calme dans les heures qui suivent l'injection pour ne pas provoquer la diffusion de la toxine en bougeant trop les autres muscles de la face. Cette complication est transitoire et réversible après 3 à 4 semaines.

Quel est le suivi ?

Une nouvelle consultation avec le dermatologue a lieu deux semaines après les injections, temps que met le produit pour faire son effet optimal. Si le résultat n'est pas satisfaisant, le médecin pourra procéder à des injections complémentaires éventuelles.

Quelles précautions faut-il prendre avant, pendant et après ?

Il convient d'éviter les anticoagulants, les anti-inflammatoires, l'aspirine, dans les jours qui précèdent le traitement afin d'éviter l'apparition de bleus. Juste après les injections de toxine botulique, et pour éviter que le produit ne diffuse au-delà de la zone injectée, il est important dans les heures qui suivent de rester au calme sans mobiliser de façon excessive les muscles des zones injectées.

Est-ce que le recours au botox est entré dans nos mœurs ?

Toutes les catégories sociales acceptent ce traitement mais seules celles qui ont une autonomie financière peuvent se le permettre. Beaucoup de femmes seraient prêtes à faire des économies pour pratiquer l'injection de la toxine botulique mais elles se rétractent car l'injection n'est pas définitive et son effet ne dure que 6 à 8 mois. ■

Voyage Culinaire

El Maghlouga, une recette de la vallée du M'zab

Par H. Belkadi

Dans notre voyage culinaire de cette semaine, nous allons pénétrer dans une des villes les plus vieilles de l'Algérie qui possède une des plus riches et des plus vieilles civilisations dont ses habitants sont si fiers.

C'est dans la vallée du M'zab, au nord du Sahara, plus exactement dans la ville de Ghardaïa, que nous avons découvert cette spécialité culinaire des autochtones de la région. La famille mozabite qui nous a ouvert les portes de sa demeure durant notre virée dans la région nous a éblouis par sa générosité et son hospitalité uniques qui reflètent fidèlement la personnalité des habitants de la région, sans aucune exception.

Nous avons découvert une région, des personnes et des plats traditionnels ancestraux dont nous ne soupçonnions même pas l'existence. Nos hôtes nous ont fait goûter un plat typique de la région du M'zab qu'il est impensable de rater lorsqu'on visite cette ville si curieuse et si mystérieuse à la fois. Assise sur un grand tapis en laine multicolore, la vieille grand-mère, une femme très conservée pour son âge, nous explique que cette fameuse recette est une spécialité berbère que l'on trouve aussi bien dans le Sud algérien qu'en Kabylie où il porte le nom de *thighrifine elahwel*, qui veut dire littéralement «crêpes fermées». Elle continue son discours et nous révèle que cette même recette se prépare aussi par nos voisins marocains avec une variante de sucré-salé qui leur est propre. Elle insiste cependant sur le fait qu'il y a une différence non pas dans les ingrédients utilisés mais plutôt dans la préparation qui est propre à chaque pays et chaque région. Elle termine son plaidoyer en nous invitant à déguster le plat et nous promet avec fierté qu'on ne sera pas déçu et qu'on en redemandera.

LA RECETTE

Elle se compose de deux parties :

1) La pâte : 250 g de semoule fine, 125 g de farine (la moitié de la quantité de semoule), 375 ml d'eau tiède, 1/2 c. à c. de sel, 1 c. à s. de levure de boulanger/

Préparation : Dans une jarre profonde, mettre la semoule, la farine et le sel. Ajouter la levure puis mouiller avec l'eau et mixer pendant 5 mn jusqu'à obtenir une pâte liquide et épaisse. Couvrir et laisser reposer ½ heure dans un endroit chaud.

2) La farce : 2 oignons verts, 2 tomates fraîches mûres, 500 g de viande hachée, de la coriandre fraîche, de la menthe séchée - sel, poivre noir, 1 c. à c. de poivre rouge, ½ c. à c. de *hror* ou de *ras el hanout*, ½ verre à thé d'huile d'olive et tournesol, 1 c. à s. de concentré de tomates, 1/2 verre à thé d'eau.

Préparation : Dans un faitout à fond épais, faire revenir les oignons émincés, les tomates pelées et coupées en dés et la coriandre ciselée dans l'huile jusqu'à ce que les légumes fondent. Ajouter les épices, saler, poivrer puis saupoudrer de menthe séchée. Ajouter la viande hachée, mouiller avec l'eau et laisser cuire pendant quelques minutes. Réserver.

Prendre une poêle antiadhésive, essuyer avec un chiffon imbibé d'huile. Prélever une louche de pâte à *baghrir* et verser dans la poêle. Lorsque la pâte est presque sèche, la tartiner avec une bonne cuillerée de farce puis recouvrir avec de la pâte. Lorsque le dessus est presque cuit, retourner la crêpe et terminer la cuisson à petit feu. Répéter l'opération jusqu'à épuisement de la pâte et de la farce. Présenter les crêpes coupées en deux accompagnées d'une salade de laitue.