

FAVORISER LA CICATRISATION



LA MAGIE DE LA CICATRISATION

Notre peau ne se contente pas de maintenir en bon état de marche le cycle naturel de renouvellement de nos cellules. Elle doit parfois gérer des événements extérieurs, comme les brûlures, coupures, blessures...etc

Une plaie ou un saignement qui perdurerait serait potentiellement mortel. Le corps doit réagir au plus vite pour réparer son enveloppe. Chaque micro-coupure a un effet dévastateur et détruit des millions de cellules, transperce des vaisseaux sanguins, blesse des nerfs, déchire des tissus qui deviennent une proie pour les bactéries.

Notre peau passe donc « en mode défensif » et active un protocole d'urgence pour se reconstruire.

1. LA BLESSURE & LA COAGULATION

Le sang jaillit car des vaisseaux sanguins sont sectionnés. A peine quelques secondes après la blessure, le vaisseaux sanguins commencent à se contracter, c'est l'hémostase (arrêt du saignement). En s'écoulant, le sang évacue les saletés et les germes hors de la plaie.

Ensuite, les plaquettes (petites cellules sans noyau qui circulent dans le sang) se fixent au niveau des parois des vaisseaux sanguins blessés pour former un premier bouchon. C'est ce qu'on appelle la coagulation.

Dans le même temps, le plasma sanguin (le composant liquide du sang dans lequel les cellules sont en suspension et se déplacent) se met à générer de la fibrine (une protéine filamenteuse) créant un second bouchon. L'ensemble du caillot ainsi formé bloque le saignement et colmate provisoirement la plaie.

2. LE NETTOYAGE

La circulation sanguine est rétablie et le tissu autour de la blessure commence à se détendre, à enfler, à rougir. Cette réaction inflammatoire qui dure 2 à 3 jours permet aux cellules chargées du nettoyage de passer à l'action.

Ces cellules dévorent les microbes, les cellules endommagées et mortes qui se sont introduits dans la plaie. Le processus de reconstruction du tissu n'attend pas cette phase pour débiter.

3. LA RECONSTRUCTION & CICATRISATION

Les cellules se multiplient en se divisant pour construire un nouveau tissu, riche en fibre (notamment de collagène) qui referme progressivement la plaie. A partir des cellules des parois saines, des vaisseaux sanguins sectionnés, se forment ensuite de petites structures cylindriques qui seront les nouveaux vaisseaux sanguins. Un fois que le tissu conjonctif est suffisamment stable, la reconstruction de l'épiderme peut commencer. Le vaisseau sanguin est maintenant refermé tandis qu'un nouveau tissu conjonctif et un nouvel épiderme sont apparus, la peau est cicatrisée.

4. LA CICATRICE

A l'endroit de la blessure, demeure parfois une petite entaille. Cette cicatrice est plus rigide et moins élastique que la peau normale. Elle est en général plus pâle aussi car son tissu ne comporte pas de mélanine (le pigment qui colore la peau). Selon l'ampleur de la blessure, la

zone peut aussi ne pas contenir de glandes sudoripares, de fibres nerveuses et de follicules pileux : c'est une cicatrice.

PAS TOUS EGAUX FACE À LA CICATRISATION

Les peaux asiatiques ou africaines par exemple, plus pigmentées, ont tendance à parfois former des chéloïdes (cicatrices boursouflées) Ces peaux cicatrisent en quelque sorte trop vite et toutes les étapes de la cicatrisation n'ont pas le temps de se faire correctement.

Un principe simple, plus une plaie est nette, mieux elle va cicatriser.

Une blessure suite à une chute aura tendance à laisser plus de marques qu'une coupure au couteau ou suite à une intervention chirurgicale par exemple.

Sur les personnes âgées, les cicatrices sont moins marquées mais le processus de cicatrisation est plus lent. A la clé, un risque de plaie chroniques.

Les peaux jeunes, elles, cicatrisent plus rapidement mais les plaies sont plus marquées.

COMMENT AIDER À LA CICATRISATION?

LES IDÉES REÇUES

➤ **Après une coupure, ou une blessure il faut laisser sécher à l'air libre ?**

Les cellules sont constituées et entourées d'eau.. Après une lésion, l'objectif est de re-crée ce milieu naturel, donc ne surtout pas l'assécher. Une cellule sèche est une cellule morte !

La régénération des tissus cutanés de l'épiderme nécessite une formation de nouvelles cellules. Pour améliorer cette croissance cellulaire, l'humidité est un milieu propice, car les cellules s'y divisent plus vite qu'à l'air libre.

Il est donc très important de maintenir une certaine humidité au niveau de la plaie, en appliquant de manière répétée un soin contenant des actifs favorisant l'hydratation et la lubrification qui évitera, ou limitera les cicatrices inesthétiques.

➤ **Les croûtes sont signes de guérison?**

Au contraire, les plaies qu'on laisse sécher à l'air libre forment une croûte qui ralentit la formation d'un nouveau tissu cutané et on prend le risque de gratter ou de faire tomber la croûte qui engendrera inévitablement une cicatrice.

LE PRODUIT IDÉAL

Pour accélérer ce processus, certains actifs sont très efficaces, ils protègent la lésion en favorisant la création d'un micro-environnement qui accélère la mise en oeuvre du processus de réparation.

Les composants idéaux : le sucralfate, le D-panthénol, le bêta-glucane, l'acide hyaluronique bien sur, l'allantoïne et l'arginine sont d'excellents cicatrisants. Chacun a une action ciblée. Apaiser, hydrater, protéger, aider au renouvellement cellulaire. Le fait de les associer permet d'aller encore plus loin en combinant toutes les propriétés pour un résultat ultra-complet.

LE CAS DES VERGETURES

Les vergetures sont dues à un étirement trop important, trop rapide, et trop brutal de la peau.

Elles résultent également d'un dysfonctionnement des fibroblastes qui produisent des fibres élastiques de mauvaise qualité et surtout en quantité très inférieure à la normale.

Très fréquentes sur les peaux claires qui sont moins bien loties que les peaux foncées en terme de qualité et de quantité de collagène, quasi impossible sur les enfants car ils ont une très grande quantité de collagène et qui plus est d'excellente qualité. A l'adolescence, les poussés de croissance combiné aux impacts des hormones, changent la donne.

La relation entre fibroblastes et hormones est étroite et souvent les individus qui ont des vergetures ont un taux élevé de cortisol (une hormone fabriquée par les glandes surrénales).

LES MOYENS THÉRAPEUTIQUES

- Le micro-needling (va favoriser la néo-collagénase)
- Le traitement Plasma (qui permet de réparer même des cicatrices d'acné)
- La led (propriétés cicatrisantes) et les infra-rouges
- La radio-fréquence à l'aiguille