Anti-âge Attention Arnaques !

Rester jeune et belle, un rêve pour lequel nous sommes toutes prêtes à investir. Une illusion qui peut nous coûter cher. Enquête dans les coulisses de l'anti-âge connection. PAR NATHALIE GATHIÉ ET JEANNE SIEGEL

« Trente ans ? Trop jeune pour commencer un traitement anti-âge ? Mais, pas du tout Madame, au contraire ! » La collaboratrice du Docteur Jean-Claude H., figure du rajeunissement sur ordonnance depuis qu'il a délesté Karl Lagerfeld de 40 kilos et de quelques pattes d'oie, est formelle. A ses intonations, on décèle presque une urgence à enrayer les ravages… de la trentaine. « A quand du Botox dans la Blédine ? », pense-t-on à l'autre bout du fil tandis que la secrétaire poursuit ses très mercantiles péroraisons. « Vous souhaitez combler des rides ? Un coup d'éclat ? Des compléments alimentaires ? Nous pouvons convenir d'un rendez-vous dans trois jours, ce sera 160 euros. Les consultations suivantes ne seront qu'à 140 ! »

Si l'anti-âge n'a pas d'âge, il a manifestement un coût. Et des vitrines. « Les produits naturels du Docteur H. sont disponibles dans un institut tout proche du cabinet, précise l'employée zélée. Voici l'adresse. » Baptisé Spoonlight, soit « cuillère légère », ledit institut est une ode à la papaye fermentée. Décliné sous toutes ses formes, ce fruit tropical, à l'origine de la mue du grand Karl, fait courir tous les *happy-few* de la capitale. « La papaye a prolongé la vie de Jean-Paul II, même Johnny en a pris ! – jubile la vendeuse – c'est la reine des anti-oxydants. Avec elle, les radicaux libres qui font tant de mal à notre peau ne résistent pas. Elle se vend comme des petits pains ! » Un miracle païen servi par une savante rhétorique : non contente d'être fermentée, la papaye « tueuse d'années » (sic) est « atomisée et enrichie au coenzyme Q 10 » précisent les étiquettes. Voilà qui pose le sérieux d'un complément nutritionnel et assure les beaux jours d'une enseigne gérée par Madame H., épouse d'un praticien féru de médecine esthétique, de phytothérapie, d'homéopathie et… de marketing.

Reste que le promoteur d'une papaye dont les effets sont, selon l'Agence française pour la sécurité sanitaire des aliments (Afssa), dénués « de crédibilité scientifique », n'est pas le seul à conjuguer son activité sur le mode du business. Bon nombre d'endocrinologues, nutritionnistes, dermatologues et autres médecins esthétiques soucieux, comme on le promet dans le petit monde du « vieillir jeune, d'ajouter de la vie aux années », sont secondés par des attachés commerciaux. VRP du temps suspendu, ils organisent meetings et conférences, histoire de vanter le savoir-faire de leurs employeurs en blouses blanches. « Elles sont pas bonnes mes hormones ? », « Ils sont pas top mes compléments nutritionnels ? », « Et ma toxine botulique, vous ne vous en feriez pas injecter ? » En février, dans les salons chics et privés du Cercle Interallié, à Paris, le docteur Ghislaine B. s'est livrée à un bel exercice d'autopromotion. Face à un aréopage d'auditrices, qu'on aurait dites clonées tant leurs lèvres et leurs fronts semblaient

provenir du même moule, ce médecin esthétique a égrené la litanie de ses méthodes. Et conclu ce raout par une séance de dédicace de son dernier ouvrage. Pas mieux pour tonifier un carnet de rendez-vous!

Dopée par l'allongement de l'espérance de vie (lire l'encadré), la lutte contre les outrages des ans a les contours d'un formidable fromage. Stimulée par un environnement médiatique prompt à éradiquer tout signe de relâchement, portée par notre angoisse d'être professionnellement débarqué(e)s et socialement disqualifié(e)s, la demande « anti-âgiste » va crescendo. Et l'offre, à éthique variable, galope. Coachs et médecins de stars – excellente la *people touch* pour ferrer la clientèle! –, éditeurs, fabricants de gélules miracle, experts es détox et autres lavements dignes des clystères de Molière, tout le monde se lève pour l'anti-âge! L'atteste le récent lancement de LongeviTV, la première WebTV magazine dédiée à un phénomène dont les éditeurs se sont déjà largement emparés: *Gagnez dix ans en trois mois, En trente jours dix ans de moins sans chirurgie, Deux fois sept jours pour rajeunir…* N'en jetez plus, les rayons des librairies plient sous la prose des marchands d'illusions! « Dans mon livre, je n'appelle à rien d'autre qu'à une alimentation équilibrée », rectifie le docteur Denis Lamboley, auteur de *Detox anti-âge.* Le choix du titre, qui associe deux concepts très vendeurs, c'est du marketing d'éditeur, rien de plus! En clair, le mythe faustien de l'éternelle jeunesse est une nouvelle religion dont le culte engrange les deniers plus sûrement que les troncs des églises. Pour preuve, le marché des compléments alimentaires, prétendues pilules de jouvence à base de vitamines A, E, de fer, de zinc, de chrome ou de plantes diverses, flirte aujourd'hui avec le milliard d'euros.

Les traitements sur mesure ne peuvent être délivrés qu'à l'issue d'une batterie de tests.

« Cet appât du gain brouille les pistes, déplore le docteur Véronique Buckenmeyer. La médecine anti-âge telle que je la pratique est reconnue par la faculté, mais beaucoup de charlatans revendiquent ce label. Ils prétendent rajeunir alors que notre démarche vise à prévenir le déclin lié à la longévité. » Un discours relayé par Christophe de Jaeger, éminent spécialiste français de la lutte contre le vieillissement interne: « Je ne délivre que des traitements sur mesure, explique ce gérontologue de formation. Ce n'est qu'à l'issue d'une batterie de tests permettant de dépister les carences en vitamines, oligo-éléments, hormones et autres paramètres témoins de la dégradation, que je procède à des rééquilibrages personnalisés. Ces bilans sont les garants de la sécurité des patients. » Certes, mais ils sont onéreux. Se soumettre à un check-up complet dans les locaux de l'Institut européen du vieillissement, qu'il a créé dans le XVI[e] arrondissement de Paris, revient à 2 000 euros. Quant aux bilans sanguins, destinés à mesurer le niveau de stress oxydatif, autrement dit notre stock de défenses face aux radicaux libres, ils sont facturés quelque 250 euros. « Le couac, se désole Véronique Buckenmeyer, c'est que rien de tout cela n'est remboursé par la Sécu, alors qu'en Belgique ou en Allemagne, c'est le cas. »

Patiente du docteur de Jaeger, rencontrée au fil de l'enquête menée pour écrire *Nous serons toujours jeunes et beaux**, Maryse Wolinski déplore, elle aussi, le coût prohibitif des bonnes pratiques. Pas de quoi pour autant jeter l'opprobre sur les scientifiques qui travaillent comme des fous pour chercher comment nous pouvons rester en forme et présentables: « Depuis que Christophe de Jaeger et moi faisons équipe – et j'insiste sur ce partenariat soignant-soigné – j'ai un tonus incroyable. J'observe un traitement strictement adapté à mes besoins, du chrome, du zinc, de la DHEA au lever, puis de la vitamine C et du sélénium au petit déjeuner, et je fais mille fois plus de choses que lorsque j'avais 30 ans! » Baby-boomeuse à la silhouette adolescente, la blonde Maryse n'angélise pas pour autant. « Aujourd'hui, nous assistons à une marchandisation de l'éternelle jeunesse orchestrée par des margoulins plus soucieux de leurs honoraires que de science. » Et d'évoquer un généraliste renommé, qu'elle sollicita pour un coup de fatigue. « Seringues et fioles de Botox sur son bureau, il me fit une retape incroyable pour me piquer sur le champ afin de booster l'ovale de mon menton et mon moral dans la foulée! » Un prosélytisme qui fait écho aux crédules espoirs de celles « prêtes à tout pour s'abreuver à d'hypothétiques fontaines de jouvence », poursuit Maryse Wolinski. « Or, s'il est vrai que le mieux être intérieur se voit à l'extérieur, l'objectif des anti-âgistes raisonnés est médical avant d'être esthétique. » Certes, mais beaucoup de phobiques de la chair flasque ne l'entendent pas de cette oreille. « Je finis par avoir la hantise de ces patients en quête d'un truc miracle pour arrêter le temps, s'agace Christophe de Jaeger. A ces demandeurs de poudre de perlimpinpin, j'explique que je ne suis pas le bon interlocuteur. » Ceux-là vont voir ailleurs. A leurs risques et périls. ●●●

« Autrefois, on pensait qu'il y avait un temps pour tout. Maintenant, on voudrait que tout soit possible à n'importe quel âge », décryptent Eric Deschavanne et Pierre-Henri Tavoillot dans *Philosophies des âges de la vie.* On a même vu une firme de cosmétiques américaine choisir pour slogan *Stop aging, start living* (arrêtez de vieillir, commencez à vivre) ce qui revient à fantasmer une vie débarrassée de l'âge ! Un leurre majuscule entretenu par des faiseurs de fric, prompts à entourlouper les « beauty foule » que nous sommes. En première ligne, les fabricants de compléments alimentaires. Au mieux, ces vendeurs de cachous requinquants pipeautent puisqu'« aucune étude scientifique digne de ce nom n'a, à ce jour, validé l'efficacité de leurs produits », peste le nutritionniste Jean-Michel Cohen. Au pire, ils exposent une clientèle convertie à l'automédication au péril du surdosage. La meilleure parade contre l'érosion des organismes ? La réponse de Michel Brack, spécialiste des anti-oxydants à l'Inserm, est simple : « Une alimentation variée et de l'exercice. Si cette hygiène de vie ne suffit pas, alors et alors seulement, une complémentation se justifie. » Et de recommander, lui aussi, les bilans de stress oxydatif, à condition qu'ils soient bien réalisés. « Dans ce domaine, de prétendus pros de l'anti-âge proposent tout et n'importe quoi, des examens avec des marqueurs biologiques que personne ne peut interpréter, d'autres à 1 000 euros pièce qui n'ont aucun sens. Ces tests exigent d'infinies précautions, comme un transport à – 80 °C jusqu'au labo d'analyses, alors que certains praticiens se contentent de les envoyer par la poste. » Résultat : des données faussées et des complémentations en vitamines supérieures aux apports recommandés.

Président de la commission Métabolisme et nutrition de l'Inserm, le professeur Michel Lagarde s'inquiète de la commercialisation de compléments en vitamines A et E, stars de l'anti-âge, à des dosages dix à vingt fois supérieurs aux apports requis. Un trop-plein qui, selon la prestigieuse revue médicale britannique *The Lancet,* se traduit par une augmentation de 4 à 7 % de la mortalité : en éliminant les radicaux libres, ces vitamines aveuglément avalées terrassent nos défenses immunitaires. Le docteur Denis Lamboley ne compte plus les patientes laminées par le recours anarchique à ces suppléments nutritionnels. Epuisées, déprimées ou devenues obèses, toutes ignorent qu'il est indispensable de faire des pauses dans leur consommation. Le filon, pourtant, n'est pas près de se tarir. Dans un arrêt de mars 2007, la Cour de cassation a martelé le principe de la libre circulation de ces compléments en Europe. Plus restrictives que leurs voisines de l'Union, les autorités françaises avaient jusqu'alors bouté hors de nos frontières des composants dont l'inocuité n'était pas avérée. Une digue aujourd'hui ébréchée. Demeurent tout de même des substances prohibées, telles la poudre de racine de maca. Frappée d'un avis défavorable de l'Afssa, cette plante péruvienne, censée stimuler le système immunitaire, la libido ou traiter les symptômes de la ménopause, n'a théoriquement plus son visa pour nos rayonnages. Dans les faits, plusieurs herboristeries de la capitale l'écoulent tranquillement. « Les Incas en prennent dès la naissance alors qu'on ne me parle pas de danger ! », assène un vendeur bio, soutenu par sa clientèle.

> Nouveau far-west des aventuriers du « vieillir jeune », les sites anti-âge sont d'authentiques pousse au crime.

« De toute façon ma petite dame, on trouve de tout sur Internet et c'est tant mieux ! », tranche une groupie de l'herboriste. Nouveau far-west des aventuriers de l'anti-âge, la Toile est « un authentique pousse au crime », alerte Véronique Buckenmeyer. Que dire, en effet, de la valse des hormones, DHEA à l'aura pâlissante depuis que plusieurs études ont mis en doute ses vertus anti-âge, mélatonine, et même hormone de croissance, que les internautes se procurent en un seul clic ? « C'est n'importe quoi, fulmine l'endocrinologue Jean-Michel Daninos. Je proscris tout recours à la DHEA avant 50 ans puisqu'il n'y a pas de déficit plus tôt. Quant à la mélatonine, qui régénérerait la peau, elle n'est utile que pour traiter les décalages horaires. Pour accompagner la ménopause, seuls les traitements de substitution adéquats sont indiqués. »

Fermez le ban ? Pas vraiment, si l'on considère la teneur des messages postés sur certains forums féminins. « Mieux vaut mourir que vieillir », écrit une adepte de l'e-pharmacie. « Au lieu d'aller voir un médecin, faites un bilan hormonal en ligne », préconise une autre. Et tout ce petit monde de s'échanger les liens de sites à l'éthique plus ramollo que les abdos d'une octogénaire. Souvent cité dans les laïus de ces femmes en mal d'éternité, Thierry Hertoghe. Ce médecin belge est le chantre de l'hormone de croissance, qu'il s'auto-injecte et administre à sa petite famille. Interdite en France en dehors d'indications thérapeutiques strictement encadrées, « elle redonne des muscles et permet de revenir vingt-cinq ans en arrière »,

a confié le professeur Jean-Paul Escande à Maryse Wolinski, « mais on n'a pas assez de recul pour dire si elle ne va pas créer une flopée de cancers, donc prudence. » Franc-tireur, Thierry Hertoghe se targue, lui, de redessiner les tailles et de remplacer les poignées d'amour par des plaquettes de chocolat. Le rêve à porté de seringue! « Donner des hormones à tout le monde, c'est du doping », tempête Jean-Michel Daninos. « J'ai vu des patients shootés aux corticoïdes alors qu'ils n'en avaient pas besoin. Bien sûr, ils se sentaient en pleine forme, un peu comme s'ils avaient pris de la coke. C'est très grave. » Pas assez aux yeux de ceux qui franchissent les frontières, des lots d'hormones de croissance conservés dans de l'azote liquide, pour s'en faire des piqûres quotidiennes. Ces contrebandiers de la jeunesse à tout prix s'exposent à « des déséquilibres irrémédiables », tonne François-Xavier Deau, du conseil de l'Ordre. « Quoique reconnue, la médecine anti-âge est polluée par beaucoup de charlatans. » Lesquels hypnotisent, sans distinction sinon de prix, gogos d'en bas et pigeons d'en haut.

Entre Spa et clinique, le très select Palace Merano, niché au cœur du Sud Tyrol, draine le gratin planétaire. Politiques, artistes, sportifs ou aristocrates s'y offrent des séjours à 3 000 euros la semaine. En contrepartie, le bon « docteur » Chenot, maître des lieux inconnu de la faculté de médecine, dégaine toute la panoplie anti-âge… jusqu'à infliger à ses illustres curistes des irrigations coloniques ! Ventre plat assuré mais « flore intestinale karchérisée », gronde l'Ordre. Détoxifiés, complémentés, affamés par une diète drastique, les *beautiful people* de Merano regagnent leurs pénates allégés de quelques kilos et de beaucoup d'euros. Quant à leur passeport pour l'éternité, pas sûr qu'ils l'aient décroché. Mais finalement qu'importe, car sur le front de l'anti-âge, les (fausses) promesses n'engagent que ceux qui les croient. ●

* Editions *Livres de poche*

LES CINQ LEVIERS DE LA MÉDECINE ANTI-ÂGE

1 UNE ALIMENTATION ÉQUILIBRÉE et variée couvrira les besoins en minéraux, vitamines, fibres, oligo-éléments, acides gras essentiels indispensables à l'activité de nos enzymes.

2 L'EXERCICE PHYSIQUE, trente minutes par jour, protège le cœur, les poumons, préserve la masse musculaire, prévient l'ostéoporose et réduit le risque d'accident cardiaque.

3 LA MICRONUTRITION, soit une complémentation en vitamines, minéraux, oligo-éléments, anti-oxydants et acides aminés, dont les taux décroissent au fil des ans.

4 L'HORMONOTHÉRAPIE via des prescriptions de DHEA, de mélatonine, de progestérone ou d'oestrogènes, dont la production diminue avec l'âge.

5 LA MÉDECINE ESTHÉTIQUE (peelings, Botox, laser…). Ces soins, moins invasifs que la chirurgie apportent à la peau des substances qui lui rendent tonicité, élasticité et hydratation.

UN MARCHÉ QUI FAIT **BOOM**

- 35 % des Français ont plus de 50 ans.
- 3 mois : c'est l'espérance de vie gagnée chaque année.
- 50 % des fillettes deviendront centenaires.
- 34 % : tel fut le taux de croissance du marché des compléments alimentaires entre 2004 et 2006.
- 1 Français sur 5 consomme des compléments nutritionnels.
- 2 070 000… c'est le nombre de pages, rien de moins, qui s'ouvriront sur Internet si vous tapez anti-âge dans un moteur de recherche !
- 40 % c'est le poids des crèmes anti-rides dans le marché des soins du visage.
- 25 000 euros, c'est ce que déboursent les Russes argentées pour rajeunir à coup d'injections de cellules souches.