



**TATIANA
BRANDT**

Spécialiste en anti-âge cellulaire et en médecine fonctionnelle, elle dirige des cliniques esthétiques et est la cofondatrice de la marque de nutricosmétique suisse MyPureSkin. Elle défend une vision avant-gardiste du vieillissement, alliant innovation et rigueur scientifique pour promouvoir la longévité.

 mypureskin.ch

 mypureskin.eu

 mypureskin.us

 mypureskin.switzerland



**DR
MARIA
TURRIAN-BADDA**

Spécialiste FMH en gynécologie-obstétrique et experte de la ménopause, elle met son savoir au service du bien-être féminin. Engagée dans une approche globale et personnalisée, elle associe solutions médicales et innovations pour une santé durable et équilibrée.

 cmvesenaz.ch

An FMH-certified specialist in gynecology and obstetrics and an expert in menopause, she dedicates her knowledge to advancing women's well-being. Committed to a holistic and personalized approach, she integrates medical solutions with innovation to support sustainable, long-term health.

ET SI LA MÉNOPAUSE OUVRAIT LA VOIE À UNE LONGÉVITÉ ÉCLAIRÉE PAR LA SCIENCE ?

WHAT IF MENOPAUSE OPENED THE DOOR TO A SCIENTIFICALLY ENLIGHTENED APPROACH TO LONGEVITY?

Un regard croisé de deux expertes scientifiques sur cette étape biologique majeure liée à l'âge pour mieux comprendre les transformations systémiques profondes qui affectent le corps, les tissus et les cellules pour une prise en charge plus efficace et moderne.

A dual perspective from two scientific experts on this major biological milestone linked to aging, offering a deeper understanding of the profound systemic transformations affecting the body, tissues, and cells, leading to a more effective and modern approach to support and care.

QUAND LA PEAU PARLE POUR LE CORPS

On ne le répétera jamais assez : la ménopause est une transition biologique majeure qui dépasse largement la seule sphère hormonale. Définie par douze mois sans règles, elle est précédée d'une périménopause marquée par des fluctuations importantes des œstrogènes, puis par une baisse nette et durable de ces hormones. Cette transition influence le renouvellement cellulaire, la qualité des tissus, l'équilibre métabolique et la densité osseuse. Elle peut également modifier le microbiote intestinal, un acteur essentiel de l'immunité. L'ensemble de ces changements peut favoriser une inflammation de bas grade susceptible de se manifester par une fatigue accrue, un inconfort digestif ou une sensibilité corporelle amplifiée. Au cœur de ces adaptations, la peau est souvent le premier témoin visible. Plus fine, plus sèche, moins élastique, elle perd en densité et en éclat. Le relâchement cutané peut s'associer à d'autres symptômes comme les bouffées de chaleur, un sommeil moins réparateur, des variations de l'humeur, des inconforts articulaires, des palpitations ou encore une baisse globale d'énergie.

WHEN THE SKIN SPEAKS FOR THE BODY

It cannot be repeated enough: menopause is a major biological transition that extends far beyond hormonal changes. Defined by twelve consecutive months without menstruation, it is preceded by perimenopause, a phase marked by significant estrogen fluctuations before a definitive and lasting decline. This transition reshapes cellular renewal, tissue quality, metabolic balance, and bone density. It can also alter the gut microbiome, a key regulator of immunity. Together, these changes may promote low-grade inflammation, manifesting as increased fatigue, digestive discomfort, or heightened bodily sensitivity. The skin is often the first visible witness to these internal shifts. Thinner, drier, and less elastic, it loses density and radiance. Skin laxity may appear alongside hot flashes, disrupted sleep, mood fluctuations, joint discomfort, palpitations, or an overall decline in energy. //





« AU-DELÀ DES EFFETS
VISIBLES SUR LA PEAU,
LA NUTRICOSMÉTIQUE
MYPURESKIN SOUTIENT
L'ORGANISME EN PROFONDEUR
DANS SA GLOBALITÉ POUR
PRÉSERVER LA VITALITÉ ET
LE BIEN-ÊTRE. C'EST LÀ QUE
LA LONGÉVITÉ PREND TOUT
SON SENS »,
EXPLIQUE TATIANA BRANDT.

“BEYOND THEIR VISIBLE EFFECTS
ON THE SKIN, MYPURESKIN
NUTRICOSMETICS SUPPORT
THE BODY AS A WHOLE, DEEPLY
REINFORCING VITALITY AND
OVERALL WELL-BEING. THIS IS
WHERE LONGEVITY TRULY TAKES
ON ITS FULL MEANING,”
EXPLAINS TATIANA BRANDT.

“Every day in my clinics, women express their concerns: their skin is changing, their bodies are evolving, and their inner balance is shifting. They need to be heard, reassured, and offered tailored solutions that deliver long-lasting support,” explains Tatiana Brandt.

WHEN INTIMACY BECOMES A DAILY CHALLENGE FOR WOMEN

The intimate area is among the most sensitive to hormonal variations. During menopause, the decline in estrogen levels can reduce collagen production by up to 30% over five years, altering the vaginal mucosa, supporting tissues, and the local microbiome. These changes lead to various discomforts such as dryness, irritation, pain during intercourse, frequent urges to urinate, or recurrent urinary tract infections. Together, these symptoms are referred to as genitourinary syndrome of menopause (GSM). “These manifestations affect nearly one in two women and significantly impact quality of life, sexuality, and self-confidence,” notes Dr. Maria Turrian-Badda.

“Chaque jour, dans mes cliniques, des femmes expriment leurs inquiétudes : leur peau change, leur corps évolue et leur équilibre intérieur se modifie. Elles ont besoin d’écouter, d’être rassurées et de solutions adaptées pour agir durablement », souligne Tatiana Brandt

QUAND L'INTIME DEVIENT UN ENJEU QUOTIDIEN POUR LES FEMMES

La sphère intime figure parmi les zones les plus sensibles aux variations hormonales. À la ménopause, la chute des œstrogènes peut réduire jusqu'à 30 % la production de collagène en 5 ans, modifiant les muqueuses vaginales, les tissus de soutien et le microbiote local.

Ces changements entraînent divers inconforts tels que la sécheresse, les irritations, les douleurs lors des rapports, les envies fréquentes d'uriner ou encore les infections urinaires récurrentes. L'ensemble de ces symptômes est regroupé sous le nom de syndrome génito-urinaire de la ménopause (GSM).

« Ces manifestations touchent près d'une femme sur deux et impactent fortement la qualité de vie, la sexualité et la confiance en soi », rappelle la Dre Maria Turrian-Badda.

UNE APPROCHE QUI CHANGE TOUT : GLOBALE, PERSONNALISÉE ET CELLULAIRE

L'hygiène de vie comme fondation :

Les données récentes montrent qu'une alimentation anti-inflammatoire, une activité physique régulière, une bonne gestion du stress et un sommeil réparateur constituent des bases essentielles pendant la ménopause : ensemble, ces facteurs contribuent à réduire l'inflammation, à soutenir le métabolisme et à mieux réguler les variations hormonales.

« Agir sur un seul trouble ne suffit pas : la ménopause entraîne des changements systémiques. Ma vision repose sur des piliers complémentaires : alimentation, mouvement, sommeil, accompagnement médical et innovations comme la nutricosmétique. Leur synergie aide à restaurer l'équilibre intérieur et à retrouver confiance sur le long terme », explique Tatiana Brandt.

Un conseil médical personnalisé

Le traitement hormonal substitutif (THS) demeure l'une des options les plus efficaces pour soulager les symptômes de la ménopause, malgré les craintes qui persistent encore. D'autres approches peuvent compléter cette prise en charge : soins locaux hydratants pour restaurer les muqueuses, rééducation périnéale pour améliorer le tonus, lasers gynécologiques favorisant la régénération des tissus, ainsi que des apports ciblés en collagène via la nutricosmétique, qui soutient la structure tissulaire de l'intérieur.

« Le THS reste une référence, mais il ne convient pas à toutes. L'essentiel est d'adapter la prise en charge aux besoins, aux antécédents et au vécu de chaque femme », précise la Dre Turrian-Badda.

Une réponse cellulaire puissante :

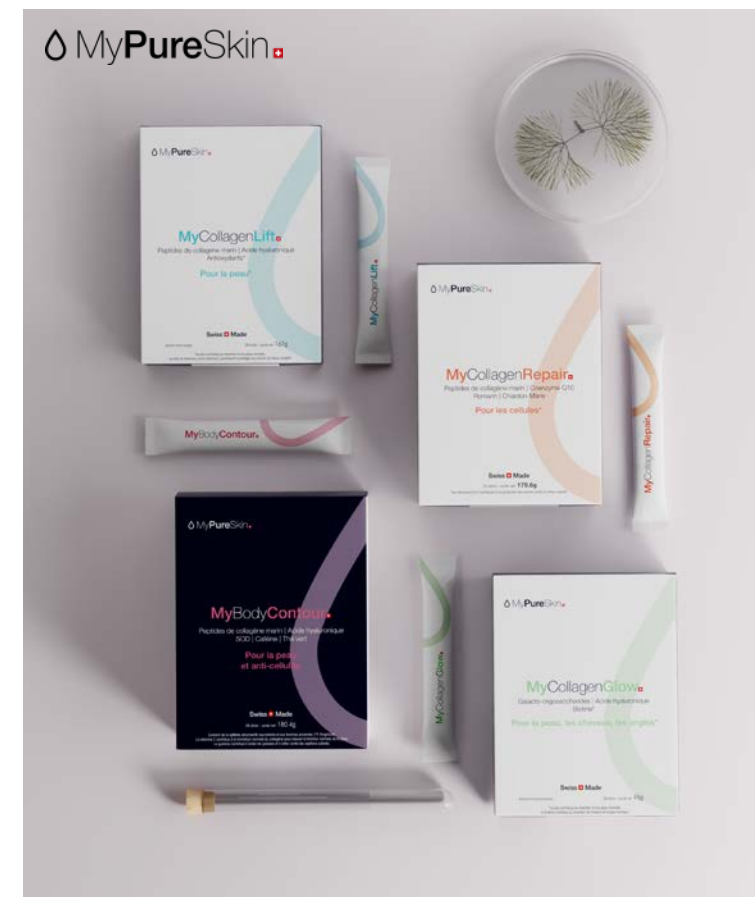
La nutricosmétique agit au cœur des cellules, là où tout se régule. Et c'est exactement la vision de MyPureSkin : intervenir en profondeur grâce à la science et soutenir les mécanismes fragilisés à la ménopause avec des ingrédients exclusifs rigoureusement documentés comme le collagène marin hydrolysé, l'acide hyaluronique, la coenzyme Q10, les prébiotiques, des vitamines essentielles et des antioxydants.

Chaque formule possède sa propre synergie d'actifs et répond à des besoins spécifiques pour des résultats visibles. Ensemble, ces ingrédients renforcent leur action en soutenant la production naturelle de collagène, en contribuant à la structure et à la fermeté des tissus, en améliorant l'hydratation en profondeur, en optimisant le fonctionnement cellulaire, notamment la production d'énergie, et en participant à la modulation de l'inflammation de bas grade.

« En complément de mes protocoles médicaux, les solutions MyPureSkin soutiennent efficacement les tissus et consolident les résultats dans le temps », ajoute la Dre Turrian-Badda.

INSTAURER LE DIALOGUE, ÉCLAIRER ET SOUTENIR UNE LONGÉVITÉ EN SANTÉ

« La ménopause n'est pas une fin : le seul arrêt est celui des règles. Avec un accompagnement global et des solutions adaptées et innovantes, elle peut se vivre avec confort et confiance en soi, durablement », conclut la Dre Turrian-Badda. ●



A TRANSFORMATIVE APPROACH: GLOBAL, PERSONALIZED, AND CELLULAR

Lifestyle as the foundation

Recent findings show that an anti-inflammatory diet, regular physical activity, effective stress management, and restorative sleep form essential pillars during menopause. Together, they help reduce inflammation, support metabolism, and better regulate hormonal fluctuations.

“Addressing only one symptom is not enough: menopause triggers systemic changes. My approach relies on complementary pillars, nutrition, movement, sleep, medical support, and innovations such as nutricosmetics. Their synergy helps restore inner balance and rebuild long-term confidence,” explains Tatiana Brandt.

Personalized medical guidance

Hormone replacement therapy (HRT) remains one of the most effective options for relieving menopausal symptoms, despite persistent misunderstanding. Additional strategies can refine care: hydrating local treatments to restore mucosa, pelvic-floor therapy to improve tone, gynecological lasers to stimulate tissue regeneration, and targeted nutricosmetic supplementation to reinforce tissue structure from within.

“HRT remains a gold standard, but it is not suitable for everyone. The priority is to tailor care to each woman's needs, medical history, and lived experience,” emphasizes Dr. Turrian-Badda.

A powerful cellular response

Nutricosmetics act at the heart of the cells, where regulation begins. This is precisely the MyPureSkin vision: to intervene deeply through science and support mechanisms that become vulnerable during menopause with rigorously documented, exclusive ingredients such as hydrolyzed marine collagen, hyaluronic acid, coenzyme Q10, prebiotics, vitamins, and antioxidants. Each formula has its own synergy of active ingredients and targets specific needs to deliver visible results. Together, these active compounds reinforce each other by supporting natural collagen production, enhancing tissue structure and firmness, improving deep hydration, optimizing cellular function, particularly energy production, and contributing to the modulation of low-grade inflammation.

“As a complement to my medical protocols, MyPureSkin solutions effectively support tissues and help maintain results over time,” adds Dr. Turrian-Badda.

OPENING DIALOGUE TO ENLIGHTEN AND SUPPORT HEALTHY LONGEVITY

“Menopause is not an ending; the only thing that stops is menstruation. With a global approach and adapted, innovative solutions, this transition can be experienced with comfort, confidence, and long-term well-being,” concludes Dr. Turrian-Badda. ●