

Triste réalité, 85 % des femmes développent de la cellulite à un moment donné de leur vie ! Rien que de très normal, elles sont vouées à mettre en réserve pour leur progéniture, et de plus la graisse les protège et elles vivent plus longtemps que les hommes ! Mais si cette cellulite est en excès, ou si elle est trop localisée, elle peut poser un réel problème esthétique. Et le régime alimentaire le plus drastique sera inutile.

DES TRAITEMENTS DERMATOLOGIQUES EFFICACES ET NON INVASIFS

«Les traitements externes de la cellulite ont en commun de la traiter sans agressivité, sans anesthésie, avec peu de douleur et d'effets indésirables», expliquait le docteur Nathalie Fournier, dermatologue à Montpellier, lors du congrès européen de l'esthétique médicale et chirurgicale, l'IMCAS, qui s'est tenu en janvier 2010 à Paris. Les améliorations sont nettement visibles, moins radicales qu'avec une liposuction, mais moins traumatisantes. Ces traitements, que doit manier le dermatologue de préférence, montrent une diminution de la circonférence de la zone traitée et une amélioration de l'aspect cutané. Mais, pour préserver au maximum l'effet obtenu, encore faut-il garder une alimentation normale, équilibrée, sans excès, et pratiquer un exercice physique. Par exemple, marcher une heure d'affilée par jour, ou éventuellement deux fois une demi-heure. Après le traitement, des séances d'entretien une à deux fois par an sont souvent nécessaires pour maintenir le résultat.

LES LASERS: REMODELER ET RAFFERMIR

Les formes douces du laser (Smoothshapes) ont une action lipolytique sans agresser. L'appareil combine trois éléments : un laser diode (c'est une des longueurs d'onde), des rayons infrarouges puissants, et un système de massage-aspiration. Le laser chauffe les adipocytes (cellules graisseuses), jusqu'à déstabiliser leurs membranes ce qui entraîne une fonte des lipides contenus dans les dites cellules. Les lipides ne disparaissent pas comme par magie, mais ils sortent des adipocytes grâce au massage programmable qui les évacue dans la circulation lymphatique. Ce type de laser, indolore, respecte la structure de la peau. L'adipocyte est vidangé mais conservé. Précisons également que les infrarouges utilisés seuls ne servent à rien. Ils sont un complément de chaleur aux effets plus ou moins prouvés. Avis pour les machines à infrarouges des cabines esthétiques ! En général, les appareils que manient les dermatologues sont plus puissants que ceux que l'on trouve en institut de beauté.

Les résultats

Il se produit pendant plusieurs mois «un remodelage du collagène qui conduit à une réorganisation en réseau normal des fibres, observable en échographie et par IRM (imagerie par résonance magné-

Les Français et leurs comportements alimentaires

Réalisée de juillet à août 2009 auprès de 661 Français âgés de 18 à 65 ans, acheteurs de produits ou adeptes de méthodes pour la perte de poids, l'étude demandée par le laboratoire GlaxoSmithKline à l'institut de sondage Ipsos, révèle que 43,3 % des Français concernés par la perte de poids démarrent un régime quand leurs vêtements sont trop petits, 19,8 % le font en janvier après les fêtes, 17,7 % avant les vacances... Et 78,9 % des Français concernés par les régimes en ont suivi entre un et trois au cours des cinq dernières années, et 21,1 % plus de quatre ! Le régime dure de un à trois mois pour 42 % d'entre eux. Plus réconfortant : pour 91,3% de ces Français, il est important de manger équilibré. Reste à savoir ce qu'ils entendent par là.

tique)», assure le docteur Fournier. Sous la peau cellulitique, on voit des fils rigides ou souples attachés aux muscles. En cas de cellulite, ces fils se rigidifient, des œdèmes apparaissent. Le traitement redonne leur souplesse à ces fibres et retend la peau. L'efficacité a été démontrée par une étude multicentrique américano-française (Gold M., Weiss R., Hails J., Katri K., Fournier N., 2008) ce qui a permis une homologation par la FDA (Food and Drug Administration) américaine. Une moyenne de 2,9 cm de réduction du tour de cuisse a été obtenue et l'aspect peau d'orange a nettement diminué. À raison de huit séances de 20 à 40 minutes, deux fois par semaine pendant quatre semaines. Le traitement est agréable, les résultats persistent parfois jusqu'à six mois et au moins à trois mois. Un traitement d'entretien est souhaitable une fois par an. Le prix des séances varie de 60 à 120 € selon les zones à traiter.

Pour qui ne veut pas entendre parler de chirurgie, les résultats du remodelage esthétique doivent être entretenus. Il faut surveiller son alimentation, ne pas prendre de poids et ne jamais sous-estimer les bienfaits de l'exercice physique. Ce qui est aussi vrai pour la liposuction !

...