

Laser contre cellulite

Il améliore la cellulite et la peau d'orange, mais ce laser, encore récent, demande un peu de prudence. Prometteur donc, à condition que les médecins respectent certaines contraintes, et surtout celle de ne pas en faire trop.

Je l'ai lu sur Internet. J'ai vu un reportage à la télé, ça m'a semblé intéressant. C'est dingue ce qu'on est capable de faire aujourd'hui. » La lipolyse laser est en effet une nouvelle technique pour mincir et perdre sa cellulite. Pratiqué exclusivement par des médecins, ce procédé utilise la chaleur d'un laser pour détruire les cellules graisseuses. Efficace, certes, mais non dénué de risques, comme le soulignent certains spécialistes. Le principe ? Le médecin introduit le laser dans la peau et va dans le derme le plus profond où se situent les cellules graisseuses (adipocytes). La chaleur émise par le laser casse les membranes des cellules et liquéfie les graisses qui passent

alors dans le sang. « On chauffe, on casse, mais on n'aspire pas », résume le Dr Julien Carré, médecin esthétique qui pratique cette technique depuis deux ans et demi. Par ailleurs, la chaleur stimule également la synthèse de collagène, ce qui, au bout de quelques mois, a un effet tenseur. Voilà pourquoi la lipolyse laser améliore aussi le relâchement cutané et la qualité de la peau.

Contre les rondeurs localisées

La bonne indication ? Les petites rondeurs très localisées, de préférence résistantes – celles que l'on n'arrive pas

à éliminer par un régime – accompagnées de cellulite et de peau d'orange. Cette technique s'adresse donc aux femmes minces ou légèrement rondes. Mais il est inutile d'en attendre autant qu'une lipoaspiration, c'est impossible. « L'examen clinique est très important : on cible des petites zones, des petites culottes de cheval ou un petit ventre », insiste le Dr Julien Carré.

La lipolyse laser convient bien également aux chevilles et aux mollets, à condition de bien faire la différence entre graisse et rétention d'eau (elle est contre-indiquée en cas de lymphœdème). Enfin, sur le visage, ce type de laser corrige les mentons un peu gras.

Des conditions d'hygiène rigoureuses

Comment se passe une séance ? D'abord, le médecin marque, à l'aide d'un feutre, les zones du corps à traiter. Ensuite, il installe sa patiente dans un environnement le plus stérile possible. Cela se fait au cabinet médical, mais pas n'importe comment. Champ opératoire, gants, charlotte et masque, désinfection à la Bétadine, les conditions sont presque ▶

TÉMOIGNAGE

« Je n'ai plus de culotte de cheval »

Chantal, 52 ans, libraire

« Je suis assez menue, mais j'avais une culotte de cheval plus importante d'un côté que de l'autre. Je suis allée voir plusieurs chirurgiens pour faire une lipoaspiration, mais je n'étais pas prête. Je me suis renseignée et j'ai opté en décembre dernier pour la lipolyse laser. Je suis vraiment contente car je n'ai plus ma culotte de cheval. Il y a encore une retouche parce que le médecin ne pouvait pas tout enlever en une fois, mais c'est compris dans le tarif (2 300 €). »



Le pour et le contre

Les avantages :

- L'efficacité contre la cellulite ancienne, ce qui est assez rare.
- L'existence d'études publiées dans des journaux médicaux démontrant son activité.

Les inconvénients :

- Les incertitudes sur le devenir des tissus à l'intérieur de la peau après le passage du laser.
- Les inégalités de résultat, car cette technique dépend des compétences du médecin : il doit être très attentif et son mouvement bien régulier.
- Le risque de brûlure.

TÉMOIGNAGES

« Je rentre mieux dans mes jeans »

Lola, 22 ans, décoratrice

« Cette bosse sur ma culotte de cheval ne me plaisait pas. J'ai sauté le pas il y a trois semaines. Les deux gros bleus se sont estompés, mais j'ai encore la sensation d'une peau très dure. Cependant, c'est plus agréable de mieux rentrer dans ses jeans ! Je suis impatiente de voir le résultat dans trois à six mois. Le prix de l'intervention ? 1 500 €. »

« Le résultat est décevant »

Annie, 65 ans, retraitée

« Mes jambes sont fines, mais j'avais de la cellulite au-dessus des genoux. J'ai essayé cette technique, pensant que tout serait rentré dans l'ordre trois mois plus tard. Or, j'ai gonflé à cause d'un épanchement lymphatique. Obligée de me ponctionner tous les trois jours ! Il me reste un petit bourrelet. J'ai payé 2000 € pour un résultat décevant. »

identiques à celles du bloc ! La zone est d'abord anesthésiée par de multiples piqûres, une vingtaine par cuisse pour une culotte de cheval. Cette étape est en fait la partie la plus désagréable car le produit – un mélange de lidocaïne, d'adrénaline et de sérum physiologique – "chauffe" un peu. Elle a également pour rôle de "détacher" les cellules.

Ensuite, la fibre laser, stérile, est placée dans une canule très fine (son diamètre est d'un millimètre), et l'ensemble est introduit sous la peau au moyen de deux à trois petites incisions qui ne nécessiteront pas de point de suture.

Le geste est régulier, progressif, afin de garantir un résultat homogène. Surtout, le contrôle de la machine permet de ne pas brûler les tissus. « C'est malheureusement arrivé », témoigne le Dr Laurent Halimi, chirurgien plasticien. « Le risque existe puisque le laser chauffe les tissus », reconnaît le Dr Carré.

Les fabricants l'ont bien compris, et certains lasers sont aujourd'hui équipés d'un système qui permet de réguler la chaleur délivrée (Osyris ou

Cynosure, par exemple). Ainsi, quand l'opérateur ralentit, la puissance délivrée baisse automatiquement afin de ne pas brûler la peau.

Amincissement d'abord, fermeté ensuite

L'amaigrissement est rapidement visible. L'intervention provoque un œdème et des bleus, et les douleurs qui vont avec pendant une petite semaine. Ces réactions, normales mais à prendre en compte, interdisent le sport, le sauna ou le hammam pendant quinze jours.

Une fois la peau redevenue normale, deux à trois mois sont nécessaires pour observer un gain de fermeté. « La rétraction de la peau s'observe à partir de trois mois, mais elle est complète à six mois, le temps nécessaire à la synthèse de collagène », explique Julien Carré. En outre, pour un résultat satisfaisant, veillez à ce que le médecin soit formé car c'est lui qui fait la différence, la machine ne marche pas toute seule. ■

Nathalie Courret

En pratique

La consultation

- Le médecin demande une prise de sang pour éliminer une insuffisance rénale ou hépatique qui contre-indique la lipolyse laser.
- Il vous remet un devis indiquant le prix, ce qu'il va faire, si la retouche est comprise ou pas, ainsi qu'un consentement éclairé. Vous avez un délai d'au moins quinze jours (délai légal de réflexion) pour réfléchir.

L'intervention

- Elle se déroule dans un environnement quasi stérile.
- Elle dure entre une heure et demie et deux heures, sous anesthésie locale. Une prémédication



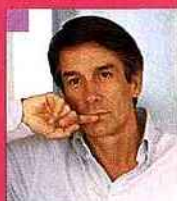
avec un anxiolytique est possible.

- Un pansement américain avec Elastoplast est posé sur la zone, et gardé pendant 48 heures.
- Le médecin vous prescrit une antibiothérapie de principe (5 jours), pour écarter tout risque d'infection.

Pour optimiser le résultat

- Bannissez les sucres le jour de l'intervention, cela évitera à votre organisme de les consommer et de brûler plutôt les graisses libérées par le laser.
- Prenez le temps de marcher un peu chaque jour.

Les prix : de 800 à 1 000 € un menton, de 1 500 à 2 300 € environ une petite culotte de cheval.



« Les adipocytes sont réellement détruits »

3 QUESTIONS À Philippe Blanchemaison, médecin vasculaire, spécialiste de la cellulite.

CETTE TECHNIQUE EST-ELLE VRAIMENT EFFICACE ?

Oui, la procédure est encore débutante, mais c'est l'une des méthodes les plus sérieuses, car des études sont publiées dans des journaux médicaux, et l'on sait, biopsie à l'appui, que les adipocytes sont réellement détruits.

QUELLES SONT SES LIMITES ?

Les médecins pratiquant cette technique doivent rester raisonnables, c'est-à-dire cibler des zones localisées et ne retirer que 200 grammes de graisse par séance. En effet, cela équivaut à 1 800 kcal ce qui, selon le métabolisme de base, correspond à ce qu'une femme peut brûler en une journée.

COMMENT ÉVITER LES DÉCEPTIONS ?

Il est plus prudent d'introduire le laser dans la peau après avoir mesuré précisément l'épaisseur de graisse à l'échographie : si la cuisse présente moins de 2 cm de graisse, mieux vaut ne pas faire de laser.