



BANC D'ESSAI

Les machines «ANTIGRAS»

Ces techniques nous promettent de détruire définitivement la cellulite, sans anesthésie, douleur, ni besoin de rester cloîtrée chez soi. L'action «lipo» sans bobo, rêve ou réalité? Par Sophie Goudier

Depuis quatre ans, on assiste au boom des machines minceur. Ultrasons, radiofréquence, infrarouge... associés ou pas à des injections, promettent d'être la solution alternative à la liposuction. Comme ces techniques se ressemblent toutes (et coûtent un prix fou), on a du mal à les différencier et à cerner leur efficacité. Mise au point avec nos experts.

LE PALPER-ROULER MÉCANISÉ

Cellu M6® Lipomassage, Icoone®

Comment ça marche Une stimulation mécanique des cellules et un travail sur le tissu conjonctif font travailler le corps dans sa globalité sous le passage de rouleaux motorisés qui

libèrent et évacuent les acides gras présents dans les adipocytes (cellules graisseuses). On agit aussi sur le collagène et sur la circulation, donc la fermeté.

L'avis de la Dr^e Nathalie Fournier, dermatologue et spécialiste des méthodes anticellulite: « Ces techniques, pratiquées par des esthéticiennes ou des kinésithérapeutes, sont recommandées pour traiter les œdèmes dus à la rétention d'eau, donc différents de la cellulite. »

Ce qu'on en pense Pour le Pr Max Lafontan de l'Inserm, qui a mené une étude sur les cuisses de patientes traitées avec le Cellu M6, « Après la douzième séance, on voit que le tissu adipeux a une aptitude à la lipolyse. Il déstocke mieux ». On constate aussi une réduction du tour de cuisse et de l'épais- ▶

*Des séances
pour remodeler
sa SILHOUETTE
et provoquer
un petit effet
tenseur, en aidant
les tissus adipeux
à DESTOCKER.*

► seur du pli cutané. Cette technique reste la référence pour remodeler la silhouette et retendre la peau. En ce qui concerne la cellulite, c'est au long cours.

Cellu M6® 6 séances (60 € la séance de 45 min), à raison de 2 par semaine. N° vert gratuit 0 800 803 806.

lcoone® 10 séances (45 € la séance, forfait de 300 à 600 € selon la zone), 0 820 821 028 (0,12 €/min).

LA CRYOTHIÉRAPIE CIBLÉE

Zeltiq™ de Zeltiq Aesthetics

Comment ça marche Dernière venue sur le marché, elle permet de programmer la mort et donc la destruction des adipocytes. Chaque zone à traiter est couverte de gel et placée entre deux plaques transmettant du froid pendant 1 heure.

L'avis de la D^{re} Nathalie Fournier « Elle a été développée pour traquer poignées d'amour, bourrelets disgracieux du dos et volume fessier. En France, on est encore en phase d'expérimentation. Je pense qu'il y a une efficacité, mais il faut supporter de rester 1 heure à 5 °C. »

Ce qu'on en pense Intéressante et audacieuse, cette technique vient d'obtenir l'homologation CE européenne. Une étude menée à Harvard a démontré une réduction du tissu

adipeux pouvant atteindre 1 cm d'épaisseur minimum en une séance, mais les résultats n'apparaissent qu'au bout de deux mois. La méthode rencontre un grand succès dans plusieurs pays, notamment à Hong-Kong, et s'installe juste en France. A suivre de près car on manque de recul.

550 € la séance, pour traiter un bourrelet ou une poignée d'amour. Nombre de séances à déterminer selon les zones à traiter. Rens. : www.zeltiq.com et www.centrelaserclipp.com.

ULTRASONS FOCALISÉS UltraShape™

Comment ça marche Les ultrasons créent une onde de choc qui fragilise les parois des adipocytes pour libérer la masse grasse, sans toucher aux tissus avoisinants, nerfs et vaisseaux. Une fois vidée, la graisse se dirige vers le foie et les organes éliminateurs.

L'avis de la D^{re} Nathalie Fournier « On a un résultat en théorie, mais en pratique, les patients sont déçus. Le risque d'effets indésirables existe. On a décelé des nécroses osseuses au niveau des hanches. Des risques inutiles pour de la cellulite! »

Ce qu'on en pense La séance, qui dure de 2 à 3 h, coûte entre 2 000 et 3 000 €, mais ne cible qu'une zone à la fois et ne traite pas toutes les graisses. Prix élevé, peu de résultats, effets indésirables possibles : la méthode ne suscite pas l'adhésion en France.

Attention à ne pas faire l'amalgame avec les ultrasons classiques, non focalisés, qui traitent plusieurs zones à la fois. Moins intenses et non dangereux, ils incitent les cellules graisseuses à relarguer les lipides dans la circulation. Subsistent quelques questions : où vont-ils ? Sont-ils éliminés ? Rens. : www.ultrashape.com/fr.

LA RADIOFRÉQUENCE

VelaShape®, Velasmooth®, Accent® d'Alma, Tripollar®

Comment ça marche Monopolaire ou bipolaire, cette technique « chaufferait » à 40 °C et à 2 cm de profondeur les fibres de collagène des cloisons fibreuses qui emprisonnent les lobules graisseux. En prime, elle améliorerait la fermeté.

L'avis de la D^{re} Nathalie Fournier « On a du recul sur cette technique qui n'entraîne ni douleur ni nécrose, mais pas de résultats durables sur la cellulite ! A raison de deux traitements de 20 à 45 min par semaine pendant un à deux mois, la tension cutanée reste modérée et de courte durée. » ►

Attention aux piqûres !

Souvent associées aux ultrasons basse fréquence (Morpholiposculpture™, Médisculpture®) pour traiter les zones cellulitiques de petit volume, les piqûres « hypo-osmolaires », mélange de sérum physiologique et d'eau stérile associé parfois à des produits drainants utilisés en mésothérapie, mettent la membrane de l'adipocyte sous pression pour la faire éclater. Les suites ne sont pas neutres : bleus, hématomes, risque de nécrose, port d'un panty pendant plusieurs jours... et les résultats pas toujours à la hauteur de nos espérances, vu la douleur (de 600 à 3 000 € la séance d'infiltration et d'ultrasons).

En ce qui concerne les injections de lécithine de soja, alias la molécule dont tout le monde parle

- la phosphatidylcholine -, prudence. Elle convertit les adipocytes solides en une émulsion et agit sur les enzymes destructrices de lipides pour libérer la graisse tout en évitant la réabsorption. Le hic : pas d'agrément de la Food and Drug Administration (FDA) américaine ni d'Autorisation de mise sur le marché (AMM) en France... Un manque de recul et l'apparition de nécroses cutanées sur des patientes traitées en seraient les raisons. Certains médecins l'utilisent moyennant une décharge signée de la main du patient.



Le TOP pour de meilleurs résultats : COMBINER différentes TECHNIQUES selon le type de cellulite.

**LA PHOTOMOLOGIE
Smoothshapes™ d'Elemé**

Comment ça marche C'est la combinaison d'un laser diode (qui chauffe et vide les adipocytes), d'un rayonnement rouge (pour booster l'action du laser) et d'un massage par aspiration afin d'évacuer les lipides via la circulation lymphatique.

L'avis de la D^{re} Nathalie Fournier « Cette machine est homologuée par la FDA. On a des résultats prouvés par une étude scientifique menée sur un an, avec une réduction de 2,9 cm de tour de cuisse en moyenne, versus cuisse non traitée, et une nette amélioration de l'aspect peau d'orange. La satisfaction est grande, le traitement agréable, sans effets indésirables. »

Ce qu'on en pense Cette nouvelle technique a l'avantage de respecter les différentes couches et les cellules de la peau. Elle ne détruit pas, mais restructure. Elle reste loin de la liposuction, mais 6 mois après, il semblerait que les résultats soient encore là ! On brûle d'impatience de la tester à la rédaction. 8 séances de 30 min (120 € chacune) deux fois par semaine pendant un mois, avec des séances d'entretien. Rens. : 01 60 12 93 70, www.candela.fr.

EN CONCLUSION

« L'avenir est à l'association de plusieurs techniques comme les ultrasons combinés à la radio-fréquence, au palper-rouler, à l'électrostimulation ou à la chromothérapie, affirme David Neddam, kinésithérapeute. Dans le cas des ultrasons classiques, il y a libération de la masse grasse, mais il faut l'évacuer pour éviter à la cellule graisseuse de restocker. Ce qui explique l'adjonction d'un palper-rouler ou d'électrostimulation. » Bien sûr, le rôle du thérapeute est déterminant. En fonction de son diagnostic, il prescrira par exemple, pour une cellulite fibreuse, des ultrasons combinés à une séance de palper-rouler. Si la peau est relâchée, il conseillera plutôt d'associer l'électrostimulation. Il recommande d'alterner les deux types de séances dans la semaine et d'entretenir les résultats tous les mois, la veille et le lendemain des règles. C'est à cette période du cycle que l'efficacité est maximale. ■

Rens. : • Association française de médecine morpho-esthétique et anti-âge (AFMEaa), 60, bd Malesherbes, Paris 8^e, 05 57 814 173.
• Société française de dermatologie, 25, rue La Boétie, Paris 8^e, 01 43 27 01 56, www.sfdermato.org.

► **Ce qu'on en pense** Mention spéciale pour le Tripollar® (3^e génération et tripolaire, à bien différencier du mono et du bipolaire) qui montre en laboratoire (sur de la peau en survie) une activité lipolytique et drainante accompagnée d'une « tendance à l'augmentation de collagène »*. Sur le « terrain », on observe un petit effet tenseur, surtout au niveau de la face interne des bras et des cuisses, qui demande un entretien assidu. A combiner avec un massage palper-rouler pour doper les résultats. 8 séances (150 € chacune), à raison d'une par semaine. Rens. : 01 69 45 55 55, www.tripollar.fr.

(*): Etude de la D^{re} Sylvie Boisnic pour la société de recherche Gredeco.

Nos conseils anticellulite

Plus de 95 % des femmes ont de la cellulite à vie. Si l'état de la peau ne peut pas être radicalement transformé, on peut l'améliorer nettement grâce à quelques attitudes essentielles: manger beaucoup de fruits et légumes, bannir les sucres rapides et l'alcool, boire beaucoup d'eau, appliquer régulièrement une crème anticapiton, et avoir une activité physique légère. Comme le précise le Pr Max Lafontan, directeur de recherches à l'Inserm, spécialiste de l'obésité, « la machine à brûler les acides gras, c'est le muscle ! »



Tous nos conseils beauté sur www.marieclaire.fr