

VOTRE BEAUTÉ

Mars 2011

POURQUOI J'AI GROSSI

3 diagnostics pour
choisir la bonne
stratégie minceur

SUCRE, SEL, GRAS
D'OU VIENNENT
LES ADDICTIONS

DÉTOX
La seule façon
de dégommer
la graisse toxique

SILHOUETTE
LE COUP DE POUCE
DES MACHINES

**MARRE DES
RÉGIMES**
LE PLAISIR DANS
L'ÉQUILIBRE

VÉCU
Comment
font-elles pour
rester minces

INNOVATION
Nos bourrelets
matés par les
cellules souches

Spécial minceur Arrêtons les bêtises !

Place au bon sens pour comprendre d'où
viennent les kilos qui nous obsèdent et
les perdre sans danger pour notre santé

M 06402 - 840 - F : 3,00 €



Les mangeurs de cellulite

Comment est votre peau d'orange : aqueuse, fibreuse ou adipeuse ? Car pour en venir à bout, mieux vaut choisir l'appareil glouton de capitons approprié. Notre tiercé gagnant, testé et approuvé. *Par* Anne-Marie Attali

La cellulite affecte 90 % des femmes, constate le Dr Philippe Blanchemaison, phlébologue. Et pas besoin d'être ronde pour en avoir ! Même les plus minces ne sont pas épargnées. Localisée principalement sur les fesses et les cuisses, mais aussi sur le ventre, les bras ou les genoux, elle peut, selon chaque femme et selon la zone concernée, se présenter sous un aspect différent : aqueuse, fibreuse ou adipeuse. »

S'il n'existe aucune méthode miracle pour s'en débarrasser, certains appareils médicaux ou paramédicaux peuvent, progressivement, participer, de façon efficace, à sa disparition. À une condition : avoir traité auparavant tout déséquilibre pouvant favoriser son apparition et son installation : mauvaise hygiène alimentaire, problème hormonal, vasculaire, insuffisance d'exercice physique. Mais, malgré tous ces efforts en amont, la réussite finale n'est pas toujours au rendez-vous. La raison en est simple : toutes les machines n'ont pas la même efficacité sur tous les types de cellulite. À chaque structure de peau d'orange correspond une technologie adéquate. Tour d'horizon des appareils les plus performants. Sans bistouri, ni piqûre, ni douleur, ni effet secondaire, ni éviction sociale.

CONTRE LA CELLULITE AQUEUSE : L'ULTRACONTOUR®

Infiltrée avec rétention d'eau, la cellulite aqueuse est, en général, très diffuse, pouvant aller des hanches jusqu'aux chevilles. Elle est souvent associée à des sensations de gonflement des pieds ou des chevilles, avant les règles, lorsqu'il fait chaud ou lors de longs trajets en avion.

Notre choix. Les ultrasons focalisés d'Ultracontour®.

Comment ça marche ? « L'originalité de cette technologie

est d'associer, au sein d'une même machine, deux types d'ultrasons : les HFU (ou ultrasons focalisés de haute intensité) et les UMD (ou ultrasons massage drainant) », explique le Dr Xavier Latouche*, chirurgien spécialisé en chirurgie plastique, reconstructrice et esthétique. La séance se déroule en deux étapes : le médecin lubrifie l'épiderme avec un gel spécifique puis il déplace doucement l'embout du transducteur sur les zones concernées. En pénétrant les couches de graisse sous-cutanée, les HFU vont perturber les cellules graisseuses (ou adipocytes) de telle sorte qu'une partie d'entre elles n'aura plus la faculté de se reproduire. Le tout, sans endommager les tissus avoisinants, la focalisation sélective des ultrasons permettant une action ciblée sur les adipocytes. Puis les transducteurs d'UMD prennent la relève. En provoquant dans les tissus un massage drainant, ils stimulent le mécanisme du système lymphatique et la graisse libérée est éliminée naturellement par les voies circulatoires.

Le bon rythme. Six séances de 45 min environ, à raison d'une par semaine. Puis, en entretien, une tous les six mois.

Les résultats. Ils sont visibles dès la première fois. Une étude clinique concernant vingt-cinq femmes ayant suivi un protocole Ultracontour® de cinq séances montre, quinze jours après la dernière séance, une réduction moyenne de circonférence de 4,25 cm pour l'abdomen, 3,5 cm pour les hanches et 3,61 cm par cuisse. Des résultats très satisfaisants qui restent stables, à condition, d'avoir une hygiène de vie correcte : alimentation saine, exercice physique quotidien modéré.

Le prix. Environ 300 € la séance.

L'avis de VB. Ultracontour® est une bonne alternative pour toutes les femmes paniquées à l'idée de subir une intervention chirurgicale avec anesthésie générale, comme la liposuction. En prime, cet appareil traite l'aspect « peau d'orange » et gère l'évacuation des graisses. Mais il ne convient pas à toutes les patientes. Ses performances ne