



beauté
corps

Cap sur la fermeté !

Après une perte de poids, une grossesse, ou avec l'âge, la peau se flétrit et se relâche. Quelles solutions ?

Marie Munoz

Tout comme le visage, le corps a ses faiblesses. Il perd de sa tonicité et les fibres qui soutiennent les structures de l'épiderme se relâchent. Conclusion, de nombreuses techniques proposent d'agir sur cette perte de tonicité, en stimulant les cellules de jeunesse. De quoi s'agit-il ? Et est-ce vraiment efficace ?

Le skin tightening

Le skin tightening est une méthode de raffermissement de la peau par réchauffement du derme, ce qui a pour effet de stimuler les fibroblastes, ces cellules qui assurent le renouvellement du collagène. Cette protéine, présente dans la plupart des tissus et organes de notre corps (notre derme en est composé à 75 %), permet à la peau de conserver sa souplesse et sa tonicité. Dès 30 ans, on en perd 1 % en moyenne par an... La méthode proposée : l'application d'ondes électromagnétiques à très haute fréquence ou radiofréquence, associée le plus souvent à d'autres techniques de renouvellement collagénique, comme les ultrasons.

- Pour quelles zones ?

La radiofréquence cible le raffermissement du ventre, particulièrement après un accouchement. Mais également après une lipoaspiration, si l'on constate un léger relâchement de la peau. On pratique alors, en postopératoire, une dizaine de séances. On peut également prendre en charge les cuisses, en sachant que c'est une zone plus difficile à traiter, à cause de la rétention d'eau ou de la cellulite, qui perturbent l'aspect de la peau. Dans ce cas, on utilise plusieurs protocoles : le dispositif se paramètre pour ces différentes indications. Enfin, les bras, mais attention à l'excès de graisse, qui peut nuire aux résultats.

- Comment ça se passe ?

Le médecin passe un embout, relié à une machine centrale, en cercles sur les zones à traiter. Le but est de faire monter la température à 42 degrés en moyenne dans les tissus sous-cutanés et de la maintenir quelques minutes. Par la suite, la peau rosit sans brûler. On démarre avec 6 à 10 séances selon la machine. Puis on entretient les résultats avec une

séance par trimestre. Quatre-vingt dix jours minimum sont nécessaires pour constater l'effet tenseur et une petite réduction de la peau d'orange.

- Quel protocole ?

Adressez-vous toujours à un médecin, et demandez un devis avec le nombre de séances nécessaires. Plus le plateau technique du centre médical est grand, plus le médecin pourra vous faire des propositions adaptées. Parmi les nombreuses machines sur le marché, on note Accent Prime (chez Alma Laser), qui se base sur une combinaison radiofréquence - massage mécanique - pour stimuler le drainage lymphatique et lisser la texture de la peau. Récemment, Velashape III (Candela) associe des infrarouges pour améliorer l'aspect du derme et Venus Legacy (voir encadré), des radiofréquences multipolaires avec des champs électromagnétiques pulsés. À noter aussi, Diamond chez Deleo, qui combine de l'énergie thermique pour une contraction immédiate du collagène et un massage par aspiration contrôlée pour stimuler les fibroblastes. Ultrashape Power ou Exilis Elite (de BTL Aesthetics) agissent aussi en profondeur grâce aux ultrasons anti-graisses. (De 150 à 500 € selon l'étendue de la zone à traiter.) Enfin, le dernier né de chez Deka, Onda, utilise les Coolwaves® des micro-ondes à l'action lipolytique qui agissent aussi sur les fibres de collagène avec un effet tenseur à la clé.

- Notre avis

Il y a une nette amélioration de l'aspect de la peau, qui se lisse et se tonifie. Mais on doit émettre un bémol : tout le monde ne réagit pas de la même façon et il ne faut pas s'attendre à avoir une peau sans défaut d'un coup de baguette magique ! Les résultats peuvent sembler inégaux d'un patient à l'autre. On estime à 70 % le taux de satisfaction, et donc à 30 % le taux de déçus ou d'échecs qui pourraient être la conséquence d'une indication mal posée. Une condition du succès : continuer son traitement avec des séances d'entretien !

Les massages mécaniques

Les massages ciblent régulièrement la cellulite et les graisses, mais qu'en est-il du relâchement ? En pratiquant une à trois séances par semaine en traitement d'attaque, via un protocole défini en fonction des besoins, on arrive à restaurer la tonicité de la peau en activant la circulation et en mobilisant les fibres de collagène. C'est aussi un précieux allié en pré et post-lipoaspiration dont les conséquences directes sont le relâchement cutané. Un minimum de cinq séances avant l'intervention facilite l'aspiration des graisses, et donc minimise le traumatisme des tissus. Puis, dès le deuxième jour après l'intervention, on draine en surface pour résorber l'œdème et limiter la laxité provoquée par la canule du chirurgien.

- Pour quelle zone ?

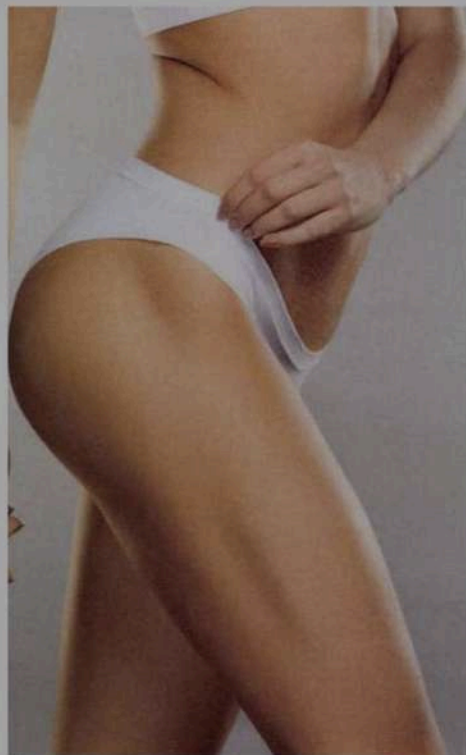
Ce type de machine traite l'ensemble du corps, et draine tous les tissus de la tête aux pieds.

Et si on ciblait le muscle ?

Rien de tel que la musculation pour obtenir un corps ferme et une silhouette dessinée. Cela demande cependant du temps, beaucoup d'efforts et de motivation. Si pour vous cela relève de l'impossible, il existe aujourd'hui une autre solution, la stimulation électromagnétique à haute intensité. Si cette nouvelle technologie a fait le buzz dans tous les congrès d'esthétique ces derniers mois, c'est que pour la première fois, les machines destinées à l'embellissement du corps ciblent le muscle ! Attention, rien à voir avec les appareils d'électrostimulation traditionnels qui utilisent des impulsions électriques. La technologie HI-ES comme High Electromagnetic Stimulation utilisée par Cristal Fit® de Deleo, consiste à induire des contractions musculaires de haute intensité et sans phase de repos grâce à un champ électromagnétique. Résultat, une séance de 30 minutes de Cristal Fit® équivaut à 20 000 crunches si on agit sur les abdos, ou de squats sur les fessiers qui sont traités. En seulement 4 à 6 séances, l'augmentation de la masse musculaire provoquée par cette musculation passive est évaluée par les études cliniques à 16 % en moyenne. Le ventre, les cuisses et les fesses peuvent être traités. C'est indolore et seules quelques courbatures sont à craindre les jours suivant la séance.

- **Notre avis** : les zones traitées sont définitivement mieux dessinées. Les fesses apparaissent regalbées et le raffermissement du ventre est visible. Sur le long terme, on est prévenue, les séances d'entretien sont indispensables pour entretenir les résultats.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur cristal-fl.fr



- Quel protocole ?

Grâce au nouveau brevet Alliance qui allie rouleau et clapet motorisés, la technique d'endermologie médicale (avec le Cellu M6 de LPG) délivre, sur la surface de la peau, une stimulation plus intense pour réactiver en profondeur la production de collagène, d'élastine et d'acide hyaluronique. Pour un résultat sérieux, on pratique en cabinet médical, avec un kinésithérapeute, et on ne lâche jamais. Avec, comme discipline, une séance par mois en entretien. (Entre 50 et 80 € la séance.) L'Endosphère Therapy est une technique nouvelle en France, qui produit des micro-vibrations mécaniques à basses fréquences par le biais d'un rouleau composé de 55 sphères en silicone, à l'image d'une gymnastique vasculaire sur le corps. 8 séances en plan d'attaque. (95 € la séance.)

- Notre avis

En prenant en compte l'ensemble du corps, on relance toute la microcirculation. En revanche, rien n'est acquis, il faut donc un certain nombre de séances pour voir le résultat. Et un impératif : les séances d'entretien.

Le body lift

Le lifting est une acte chirurgical que l'on peut également pratiquer sur le corps. C'est parfois la seule solution, à entretenir par la suite avec des techniques douces.

- Pour quelles zones ?

Le ventre est une très bonne indication. On propose le plus souvent une abdominoplastie, qui s'adresse

aux personnes ayant subi une perte de poids majeure, une grossesse, ou ayant une peau trop fine ou un âge assez avancé. On pratique parfois, dans une même opération, une lipo-aspiration, un lifting et un resserrement des abdominaux, qui sont souvent relâchés en post-grossesse. Si, à l'inverse, l'excès de peau est modéré avec peu de graisse, sans relâchement musculaire, on peut faire une mini-plastie abdominale, qui ne touche que la zone sous le nombril, avec une cicatrice plus petite de moitié que celle de l'abdominoplastie, qui, elle, prendra toute la largeur de l'abdomen. C'est une intervention moins lourde, avec moins de temps de récupération. On pratique aussi le lifting des bras, qui s'accompagne souvent d'une lipoaspiration. Après l'opération, le port de manches qui resserrent les tissus pour plus d'adhérence est conseillé.

- Comment ça se passe ?

L'opération se déroule sous anesthésie générale. Le chirurgien va procéder en plusieurs étapes : pour le ventre, il fait une lipoaspiration des surcharges graisseuses. Puis il procède à un décollement des tissus cutanés, pour retendre la peau vers le bas et aplanir l'ensemble du ventre. Si le chirurgien constate un relâchement des muscles abdominaux, il procède à une remise en tension de la paroi abdominale. Pour les bras, l'excès de peau est supprimé. Plusieurs techniques permettent de déterminer la taille, la position de la cicatrice et le type d'incision (verticale ou horizontale). Enfin, pour les cuisses, la liposuction est le plus souvent pratiquée avant le retrait de la peau excédentaire.

- Notre avis

Le ventre retrouve un aspect plat et retendu qui lui offre un réel rajeunissement tout en redessinant la taille. Cuisses et bras auront retrouvé un aspect plus lisse. Mais, dans tous les cas, il s'agit d'interventions chirurgicales qui demandent une éviction sociale de quelques jours à plusieurs semaines, du repos et un port de panty sur une période assez longue. Plus la peau est relâchée, plus la cicatrice est importante. Enfin, pour optimiser les résultats, et surtout pour les maintenir dans le temps (rappelons que la peau continue à vieillir et à se relâcher), on stimule par la suite les cellules avec des protocoles de skin tightening. (À partir de 3 000 €.) ■

- Comment ça se passe ?

Ce sont des séances qui se déroulent en cabinet, chez le kinésithérapeute le plus souvent. Vous êtes allongée sur une table de massage, tandis que le praticien passe l'embout de la machine sur l'ensemble du corps, pour une séance de 30 minutes en moyenne. Il n'y a pas de douleur. C'est sensible sur certaines zones, mais relaxant dans l'ensemble.

Radiofréquence, l'avis du Dr Henri Delmar, chirurgien plasticien au Cap d'Antibes.

La radiofréquence est une technique efficace dans ce que l'on appelle le skin tightening si les indications sont bien posées. C'est-à-dire si l'on intervient dès les premiers signes de relâchement cutané. Venus Legacy (Venus Concept) associe la radiofréquence multipolaire avec les champs électromagnétiques pulsés pour stimuler l'activité des fibroblastes par échauffement du derme à une température cible à 42°C en surface (ce qui correspond à 60°C en profondeur). On obtient alors une amélioration de la densité de la trame collagénique qui a tendance à s'affiner avec l'âge. Les meilleurs résultats s'obtiennent avec un protocole de 6 à 10 séances en traitement d'attaque, à raison de deux séances par semaine, suivies de séances d'entretien mensuelles. De cette façon on améliore la tonicité cutanée tout en prévenant le relâchement en maintenant l'activité des fibroblastes. Venus Legacy est également utilisé avant et après une liposuction pour contrer le relâchement cutané avec une véritable efficacité objectivée par des études cliniques.

Le prix : entre 60 et 100 € la séance.
Pour plus d'informations, rendez-vous sur venusconcept.com