

minceur

Tirer un trait sur la cellulite !

Trois types de cellulite

- **La cellulite aqueuse** : elle est localisée sur les cuisses, mollets et chevilles, souvent associée à une sensation de jambes lourdes et due à un problème de rétention d'eau.
- **La cellulite adipeuse ou incrustée** : elle est basée en profondeur, au niveau de la culotte de cheval, et donne un aspect matelassé lorsque vous vous pincez la peau. Elle est liée à une alimentation trop riche.
- **La cellulite fibreuse ou infiltrée** : elle est située dans des zones engorgées (cuisses, genoux) et est douloureuse au pincement en raison d'un durcissement des fibres de collagène. Elle est liée à la rétention d'eau, signe d'une insuffisance veineuse ou lymphatique.

Crèmes ciblées, nouvelles méthodes révolutionnaires, textiles intelligents..., grâce à leur action minceur globale, ces traitements de choc font la peau à votre cellulite pour vous rendre belle sur toute la ligne !

Anne-Laure Guiot

La cellulite est l'ennemi numéro 1 de 90 % des femmes. Même les plus minces d'entre elles sont naturellement programmées pour mettre en réserve les graisses. La cellulite résulte d'un déséquilibre entre leur stockage et leur déstockage au niveau des cellules graisseuses (adipocytes).

Genèse d'un processus naturel

Dans certaines parties du corps, les adipocytes ont tendance à mettre en réserve les lipides (triglycérides). Lorsque cette quantité devient trop importante, ils grossissent, leur nombre augmente ainsi que leur capacité de stockage. La structure des tissus qui ciment chaque cellule graisseuse est alors modifiée. Des sucres

se collent sur les fibres de collagène qui deviennent rigides (phénomène de glycation) et piègent les amas graisseux. En se gorgeant de graisses, les adipocytes augmentent de volume, exercent une pression sur les parois fibreuses et rigidifiées des cellules et compriment les vaisseaux. Ce qui freine la circulation sanguine et lymphatique et le drainage des tissus. C'est de cette façon que les capitons s'installent pour de bon avec un effet peau d'orange

en surface et de rétention d'eau. De leur côté, les fibroblastes – les cellules qui produisent du collagène et de l'élastine (molécules de fermeté et de souplesse de la peau) – n'assurent plus leur fonction de soutien. D'où un relâchement cutané.

Stratégie anti-capitons

Crèmes, machines, textiles amincissants..., vont aider à « dématelasser » la peau. Mais ces techniques ne font pas tout le boulot. « Pour mincir et lutter contre la cellulite, il n'y a pas de secret, il faut aussi associer ces soins à

Un parfum pour mincir de plaisir !

Un parfum pour mincir de plaisir ! Cette eau de minceur aux notes fruitées, fleuries et musquées, allie sa fragrance à des actifs neuro-cosmétiques, dont la bétaphroline, à l'origine de la libération d'hormones du plaisir (bêta-endorphines) au niveau de la peau. Celles-ci agissent sur deux enzymes impliquées dans la réduction des graisses tout en favorisant une sensation de bien-être immédiate.

À vaporiser sans modération !
Prends-moi Veld's, 100 ml, 56 €

Les techniques anti-cellulite révolutionnaires

Laser, ultrasons, radio fréquence... ces machines anti-gras mettent la cellulite à rude épreuve. Lors du congrès de l'IMCAS (International Master Course on Aging Skin) en janvier, un point a été fait sur les tendances de nouveaux traitements de cette problématique si difficile à résoudre. Selon le docteur Jean-Michel Mazer, dermatologue, les techniques non invasives font l'objet d'une recherche approfondie. L'objectif étant de provoquer la résorption ou la destruction pure et simple des adipocytes sans geste chirurgical, à travers la peau. Parmi les nouvelles possibilités médicales, on cite les lasers « froids », encore peu expérimentés en France, la cryolipolyse Zeltiq et les Ultrasons focalisés de haute-intensité, plus prometteurs que ceux dont nous disposons jusqu'à présent. Ces deux dernières méthodes donnent de résultats visibles en une séance, sont encore mieux tolérées, mais ne concernent que des amas adipeux très localisés. À suivre...

une bonne hygiène de vie en limitant sa consommation de graisses et de sucres et en pratiquant au moins une activité sportive d'endurance (marche rapide, natation, vélo, cardio-training...) après chaque séance pour brûler les graisses libérées, recommande Jocelyne Rolland, kinésithérapeute, auteure de *10 minutes par jour pour remodeler votre silhouette* aux Éditions Albin Michel. Consultez

votre médecin généraliste ou un kinésithérapeute spécialisé en beauté et bien-être : il vous aidera à déterminer votre objectif (perte de poids, traitement d'une peau distendue, recherche d'un effet sculptant) et vous orientera vers une technique adaptée à votre profil tout en vous précisant son protocole, ses limites et contre-indications. Objectif ? Retrouver une peau « zéro défaut ».

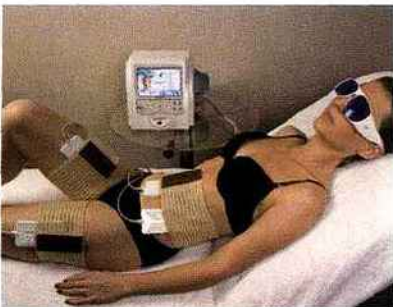
Les techniques de pointe

- Sur-mesure

Muni de plaques de faisceaux laser anti-cellulite et de stimulation lymphatique, il diffuse peu de chaleur à la surface de la peau et liquéfie ainsi les cellules graisseuses tout en activant leur drainage. Le médecin déplace les sondes toutes les 10 minutes, pour traiter toutes les zones, favoriser la perte de volume et booster la circulation.

Résultats visibles après neuf séances de 40 minutes.

Laser-minceur Lapex Bcs Pro, 100 à 150 € la séance, www.lapexbcspro.com



- Désinfiltrante

Pratiquée par un médecin, cette technique associe puis alterne la mésothérapie et la thérapie par ondes de choc. La première consiste en des micro-injections qui déclenchent la libération des graisses, améliorent la micro-circulation et l'aspect de la peau. La seconde diffuse via sa tête d'application des ondes de choc qui désinfiltrent et drainent les zones fibreuses. Ce qui permet de traiter les surcharges graisseuses localisées et la cellulite. Résultats visibles après trois séances de mésothérapie et six d'ondes de choc.

Mésolipolyse Biophymed France, 65 à 75 € la séance d'ondes de choc +, 100 à 150 € la séance de mésothérapie, www.mesolipolyse.fr

- Anti-relâchement

Utilisée par un médecin, cette machine repose sur la technologie de radio fréquence multi bipolaire : les électrodes de ses têtes d'application émettent des ondes électromagnétiques qui pénètrent la surface de la peau. La stimulation des fibres de collagène par la chaleur fait capituler les capitons. La synthèse d'un nouveau collagène permet de tonifier et de raffermir la peau.

Résultats visibles après 8 à 10 séances de 30 à 45 minutes.

EndyMed 3Deep, 200 à 250 € la séance, www.endymed.com ou www.medicaloc.fr





- Capteur de graisses

Sur une zone localisée, le médecin applique la tête mobile qui capte le tissu graisseux tout en le refroidissant (cryotechnologie sélective). À basse température, les réserves des cellules graisseuses se cristallisent avant d'être vidangées et éliminées par le métabolisme sans léser les tissus.

Résultats visibles après 8 à 10 séances de 30 minutes.

LipoCryo Clinipro, 200 à 400 € la séance, www.lipocryo.com

- Remodelant

Cet appareil de dépressothérapie utilise des accessoires qui permettent un soin anti-cellulite ciblé en fonction de votre profil et établi selon un protocole mis au point par des professionnels de l'esthétique et de la santé. L'EVO3D, la première tête de palper-rouler à utiliser trois rouleaux fins et désaxés sur la largeur et la hauteur, exerce une action en profondeur sur trois niveaux sans malmener le tissu conjonctif. Sa technicité permet l'application d'une crème amincissante pendant le soin et la bonne diffusion de ses actifs. L'EVOsphère, une ventouse motorisée, mobilise un double pli cutané en mouvement continu et asymétrique. Ce qui désincruste la cellulite en profondeur, réduit le volume des cellules graisseuses, draine les déchets et tonifie la peau. Quant aux NEOcup, des ventouses de taille différentes adaptables à chaque partie du corps, elles permettent de décoller les amas graisseux tout en favorisant leur drainage.

Résultats visibles après 12 séances de 45 minutes deux fois par semaine.

DXtwin Starvac, 480 € la cure de 12 séances.



- Raffermissante

Pendant une pause détente, cette machine masse votre corps grâce à des jets d'eau propulsés sur une bâche protectrice. Inutile donc de vous déshabiller pour bénéficier de ses bienfaits fermeté. Elle réactive les échanges entre les cellules et stimule la circulation. Un vrai coup de fouet sur la peau ! Résultats visibles après plus de 10 séances de 25 minutes.

H2O Body System, tél. infos prix : 04 37 57 35 70, www.h2obodysystem.com



- Drainante

Deux bottes et plusieurs sangles placées à la surface de votre peau autour des zones à traiter permettent de diffuser des champs magnétiques alternatifs (ondes basse fréquence) à effet chauffant et désengorgeant et de drainer les déchets par micropression. Ce qui aide les cellules à se vider de leurs graisses avant de les évacuer. Résultats visibles après 12 séances de 30 minutes.

Bodysculptor Excell+ Cosmosoft, 60 € la séance, www.bodysculptor.fr



Les textiles intelligents

Caféine micro-encapsulée, microbilles de tourmaline, cristaux de biocéramique... vos dessous sont désormais conçus à partir de fibres intelligentes qui gomment vos rondeurs. Il suffit de les porter quelques heures par jour.

- Gainant
Grâce à sa caféine micro-encapsulée, il a une action amincissante et gainante. Et son tricotage alvéolé micro-massant a un bon effet anti-peau d'orange.



Shorty minceur Cuisses-Abdos-Fessiers Mixa Intensif Minceur et LytessLab, 22,99 €.

- Remodelant

Les microbilles de tourmaline fixées au tissu émettent des infra-rouges qui augmentent la température à la surface de la peau tout en exerçant un micromassage permanent. Ça booste la microcirculation cutanée, le métabolisme cellulaire et le déstockage des graisses. Gamme Tourmaline Royal Thermes Institut (party, body, legging...), dès 29,90 € www.royalthermes.fr



- Resculptant

Le secret minceur brésilien ? Porter des dessous tricotés sans coutures avec un fil novateur, Biofir, intégrant des cristaux de biocéramique. En activant le métabolisme cellulaire, ils aident l'organisme à lutter contre la cellulite et à drainer les toxines, désengorgent les tissus et tonifient la peau. Dessous Bio Promise Scala (shorty, culotte corsaire...), de 39,90 à 59,90 € www.scalaeurope.com





- Stimulante

Au programme ? Un appareil médical d'acupuncture high-tech (Luxoscreen) stimule par rayonnement infrarouge les points réflexes de votre corps en lien avec les systèmes hormonal, digestif et lymphatique. Un suivi personnalisé (guide et conseils diététiques) vous aide à corriger votre comportement alimentaire et à retrouver l'équilibre. Résultats visibles après sept séances. **Cure Luxo, 290 € les sept séances, www.luxomed.com**

- Lipomassage

Les rouleaux motorisés de sa nouvelle tête de massage Ergodrive, appliquée par un kiné, assurent une mécano-stimulation du tissu adipeux pour libérer les amas graisseux et

pulser la circulation. La dernière étude menée par le professeur Max Lafontan et l'Inserm Toulouse montre sa très grande efficacité sur les graisses résistantes aux régimes et à l'exercice physique. Résultats visibles après six séances de 35 minutes. **Cellu M6 LPG, 60 € la séance, www.cellum6.fr**



10 nouveautés cosméto incontournables

Leur formule permet d'attaquer la cellulite sur tous les fronts. Leur actif phare ? La caféine, un puissant brûle-graisses dont l'efficacité est reconnue. Une valeur sûre en matière de minceur, que l'on associe à des actifs drainants et raffermissants pour une action plus complète. Nous l'avons

vu, la cellulite est souvent liée à une mauvaise circulation sanguine et lymphatique. Pour éliminer les capitons pour de bon, il va donc falloir associer cosmétiques, massages et activité physique modérée. Marche et natation en tête ! Terminer sa douche par un jet d'eau froide sur les jambes en

partant des chevilles vers le haut est une astuce simple, mais très efficace pour relancer la dynamique veineuse. Le drainage lymphatique et la pressothérapie vont également aider à fluidifier les échanges au niveau des membres inférieurs et faciliter le déstockage des adipocytes.



1 Destockant. Formule gagnante pour ce soin expert à la caféine et aux actifs raffermissants dans une texture gel crème au pouvoir pénétrant exceptionnel. **Remodelant Corps**, Medicutics 49 € www.medispa.fr

2 Anti-gras. Ses actifs déstockants (caféine...) dégradent et dispersent les graisses. Ce qui décongestionne et lisse la peau. **Amincissant phyto-destock Les Délicare**, de Lineance, 180 ml, 9,90 €

3 Express. Sa formule gagnante ? Des brûleurs de lipides (L-Carnitine...) qui dégradent rapidement les graisses et un actif à l'effet coupe-faim sur les cellules graisseuses (adipo-stop). **Gel-crème anti-cellulite anti-restockage Perfect Slim Jour**, L'Oréal, 200 ml, 12,75 €

4 Ultra ciblé. Il renferme des actifs inspirés de la technique des ultrasons qui ciblent les facteurs responsables de l'aspect peau d'orange et favorisent leur élimination. **Gel-crème rondeurs localisées Slim Effet**, Decléor, 200 ml, 46 €

5 Anti-capitons. À base de raisin marin, il aide à rééquilibrer le fonctionnement des gènes impliqués dans l'apparition des capitons. **Acti-Gène Minceur, Bi-Gel Réducteur de cellulite**, Phytother, 150 ml, 58 €

6 Lipolytique. Ce traitement intensif hyper concentré à base d'actifs lipolytiques (glauicine, coelus barbatus) permet de lisser les capitons, d'assouplir la peau et d'estomper les rondeurs localisées. **Crème lipolytique Intensif Glaucine**, Institut Esthederm, 500 ml, 72 €

7 Tonique. Ses actifs (caféine, extrait de lierre...) favorisent la réduction des capitons et décongestionnent la peau. Son bonus minceur ? Un coaching vidéo de la méthode de massage professionnelle conçue par un kiné. **Coffret de massage professionnel Anti-Cellulite Elancyl : Gel Activ' Massage Minceur**, 200 ml et gant de massage, 28,80 €

8 Anti-âge. Son cocktail d'actifs amincissants (caféine...), raffermissants (chlorella vulgaris...), nutritifs et anti-oxydants (beurre de karité...) combat les graisses résistantes de la ménopause sur la taille et les hanches. **Traitement Amincissant Spécifique Ménopause**, Somatoline Cosmetic, 150 ml, 37,90 €

9 Raffermissant. Son concentré minceur (extrait de liane du Pérou) favorise le déstockage des cellules graisseuses tout en rendant la peau plus ferme et douce (hygrolex). **Gel-crème remodelant Svelte Contour Hormeta**, 150 ml, 50 € www.hormeta.com

10 Désinfiltrant. À base de silicium organique (silano), il régénère et structure les fibres collagènes du derme, renforce la communication inter-cellulaire et optimise la fonction désinfiltrante des actifs anti-capitons (fucus...). **Gel raffermissant et désinfiltrant Silalite, Dr Saubens**, 200 ml, 32 € www.docteur-saubens.com