



EGLANTINE GRIGIS

LE CELLU M6 nouvelle génération

Vous connaissez sûrement cet appareil qui, depuis trente ans, est sans pitié pour la cellulite ! Il agit sur les 3 types de cellulites : adipeuse (cellulite avec adipocytes qui ont grossi), fibreuse (cellulite dure et douloureuse) et aqueuse (cellulite avec beaucoup d'eau). Alors, quoi de neuf avec ce nouvel appareil ? Une seule tête avec l'alliance d'un rouleau et d'un clapet qui agissent en synergie pour mieux stimuler les tissus en profondeur. Concrètement,

avant, l'appareil, doté de deux têtes, permettait de traiter successivement la cellulite, la fermeté de la peau et le déstockage des graisses. Aujourd'hui, ces trois actions sont simultanées. De fait, les premiers résultats apparaissent plus tôt : à trois semaines contre



six semaines auparavant. Le capteur intégré permet de mieux personnaliser le soin selon les zones du corps (par exemple, manque de fermeté au niveau du ventre, cellulite fibreuse sur les cuisses...) « Avant, on ne pouvait pas traiter des cellulites très fibrosées au risque d'accroître le relâchement de la peau, précise Joëlle Dan, kiné et formatrice beauté et santé chez LPG. Grâce à ce capteur, on peut désormais en venir à bout et ce, même en cas de peau

excessivement relâchée. » En clair, aujourd'hui, on n'a plus à choisir entre dégommer la cellulite et avoir une peau plus ferme ! Une fois les résultats obtenus, prévoyez une séance d'entretien une fois par mois. **En pratique** : les séances sont réalisées par des kinés et des esthéticiennes. Liste des praticiens (ayant reçu une formation par LPG) sur endermologie.com Environ 60 € les 30 min (possibilité de traiter entre 3 et 6 zones du corps en 30 min).

INNOVATION Techniques de pointe

Découvrez de nouveaux traitements au service de la santé et du bien-être.



LA CRYOTHERA

Cette technique consiste à immerger le corps dans une cabine à très basse température (en général, -110 °C) pendant 3 minutes. Il existe des cabines corps entier (hermétique ou l'on pénètre intégralement) et des cabines corps partiel (la tête dépasse). « Cette exposition à un froid très intense crée un choc thermique qui a un effet antalgique et anti-inflammatoire », explique Jean-Robert Filliard, adjoint au chef département médical à l'Institut national du sport, de l'expertise et de la performance (Insep). Certaines



Le laser gynéco **GYNELASE**

Sécheresse vaginale, douleurs pendant les relations sexuelles... L'atrophie vulvo-vaginale est difficile à vivre pour beaucoup de femmes. Elle peut être due à la ménopause, mais aussi à la radiothérapie (traitement d'un cancer pelvien), aux traitements antihormonaux du cancer du sein... D'autres femmes sont quant à elles sujettes à un relâchement vaginal, consécutif à une distension du vagin lors de l'accouchement.

Conséquence : une absence de sensation lorsqu'elles font l'amour. Enfin, il est des femmes ayant une incontinence d'effort légère (déclenchée par une toux, un éternement...) due à une atrophie des muqueuses et à un relâchement musculaire. Pour toutes ces femmes, il existe désormais une solution non invasive et sans anesthésie : deux séances de laser CO₂ fractionné, espacées d'un mois. Ces séances d'une dizaine de minutes ont lieu dans un cabinet gynécologique. Le médecin introduit un spéculum à l'intérieur du vagin, dans lequel le laser se glisse.

« Le plus souvent, on ne ressent rien, parfois quelques picotements et une légère sensation de chaleur », précise le Dr Brice Gurriet, gynécologue à Marseille. La semaine suivante, on évite bains, tampons et relations sexuelles. Les bénéfices perdurent pendant au moins 18 mois (les études cliniques ne vont pas au-delà de ces 18 mois). Une séance d'entretien est parfois nécessaire.

En pratique : la séance coûte entre 350 et 400 € (non remboursée par la Sécurité sociale). Demandez conseil à votre gynécologue.

PIE corps entier

parties du corps doivent être protégées (gants, chaussettes, bandeau pour les oreilles...). La cryothérapie corps entier est utilisée depuis longtemps chez les sportifs de haut niveau afin de favoriser la récupération. En outre, elle améliore le sommeil et l'humeur, contribue à une meilleure circulation veineuse...

Dans le cadre médical, ses vertus antidouleur viennent au secours des patients sujets à des rhumatismes inflammatoires (spondylarthrite ankylosante, sclérose en plaques, fibromyalgie...) L'Insep reçoit des

patients qui, sur prescription médicale, bénéficient d'une dizaine de séances de cryothérapie corps entier. Attention, cette technique a certaines contre-indications : hypertension non traitée, port d'un pacemaker, grossesse...

En pratique : prix moyen d'une séance bien-être en thalasso : 50 €/55 €. Séances à visée médicale à l'Insep, 340 € les 10 (non remboursées par la Sécu, prises en charge par certaines mutuelles). Pour l'instant, il n'existe pas de liste officielle des centres (cliniques, thalassos...) proposant ces prestations