



# Techniques manuelles VS techniques appareillées

L'évolution constante des attentes des clientes vous demande d'être en perpétuelle remise en question. Parmi les prestations à la mode, on trouve les techniques spécifiques du visage. Elles peuvent s'articuler en techniques manuelles ou en techniques appareillées ciblant des besoins précis.

 PAR CÉLIA VEPORI LUCCIARDI, ESTHÉTICIENNE, FONDATRICE ET DIRECTRICE DU CENTRE A PERLA RARA, AJACCIO.

## LE TOUCHER

**D**e tout temps, l'intérêt thérapeutique du toucher a été compris. C'est en réalité quelque chose d'intuitif puisque, par exemple, dès que nous nous blessons, nous avons machinalement le réflexe de masser immédiatement la zone lésée.

### L'importance du toucher, dès le fœtus

Chez le fœtus, le toucher est le premier sens pleinement opérationnel in utero et le plus développé à la naissance. C'est pourquoi, le contact précoce entre la mère et son bébé -le «peau à peau»- juste après l'accouchement, est reconnu et encouragé par l'ensemble de la communauté médicale. Ce contact facilite la transition entre

vie intra et extra-utérine, le bébé y retrouvant le bruit du cœur de sa mère, son odeur et sa chaleur. Cette technique aide efficacement le nouveau-né à maintenir sa température et le réchauffe même plus rapidement qu'une couveuse. Un moment d'échanges précieux qui permet de développer l'attachement et de faciliter le lien. Mais aussi qui illustre les propriétés bénéfiques du toucher.

Car notre peau contient une sous-catégorie de neurones spécialisés dans la perception du toucher affectif positif, du toucher délicat. Ils sont appelés «mécanorécepteurs» et se trouvent au niveau du derme. Différents types de cellules nerveuses réagissent selon le type de toucher comme, par exemple, pour un stimulus de douleur ou pour celui d'une démangeaison. Mais un troisième type de cellules nerveuses a été trouvé bien plus





tard, celui qui réagit aux caresses. Ces cellules nerveuses se trouvent en plus grand nombre dans les zones pourvues de poils ou duvet.

Dès 1958, la théorie de l'attachement de John Bowlby nous informait déjà de l'importance du contact affectif chez les enfants. Il mettait en avant qu'un enfant privé d'affection maternelle développait souvent un retard mental ainsi que des comportements disproportionnés en réponse à ses émotions (dépendance affective, faible estime de soi, attitude défensive ou trop protectrice, etc.).

Plus tard, Harry Harlow mit en lumière cette théorie au travers d'une expérience scientifique : il étudia le comportement d'un échantillon de bébés macaques séparés de leur mère. Il plaçait dans les cages deux objets : un biberon rempli de nourriture ainsi qu'un tissu reproduisant la texture du poil, sans aucune nourriture. L'expérience démontrant qu'après s'être parfois nourris quelques secondes, les bébés, apeurés, accouraient toujours se blottir contre le tissu dont la texture se rapprochait du poil maternel.

Bowlby et Harlow démontraient deux choses fondamentales : des carences émotionnelles dues à la privation du toucher et la recherche du contact affectif pour apaiser ses émotions.

### Les bénéfices du toucher

Le toucher affectif apporte des bénéfices immédiats : le toucher affectif va avoir un effet analgésique, apaiser notre stress (chute du taux de cortisol, de la pression sanguine et de la fréquence cardiaque), calmer notre peur, nous reconforter, améliorer notre sentiment d'appartenance éliminant ainsi notre solitude. Mais il a aussi un rôle fondamental dans la construction de l'être humain puisque le toucher affectif dans l'enfance joue sur nos compétences sociales et cognitives, ainsi que sur notre capacité à produire les hormones aux grands effets positifs comme la sérotonine, l'ocytocine, etc.

Il façonne notre cerveau social mais serait aussi la clé dans différentes prises en charge thérapeutiques.

### LES TECHNIQUES MANUELLES

Véritable travail artisanal, dans le cadre esthétique, elles permettent de stimuler le collagène, de restructurer les muscles du visage, de drainer le système lymphatique... On les découvre dès le CAP à travers les pincements Jacquet, les percussions, le mouvement reptilien, etc. Mais d'où viennent ces techniques ? À quoi servent-elles ?



Photo Studio Romantic.

## Dans l'histoire, le premier massage spécifique visage est le kobido

### Les premiers massages du visage

Les premiers textes sur le massage nous viennent de Chine. C'est à travers Le Traité de Médecine Interne de l'Empereur Jaune écrit en -3000 avant Jésus Christ que l'on découvre les premières techniques de massage. Associé aux plantes, il est alors utilisé comme thérapie populaire ayant pour but de guérir les maux du corps. Le premier massage spécifique au visage est celui du lifting japonais, plus connu sous le nom de kobido. Cette appellation est en réalité la dénomination d'une entreprise japonaise qui vend des cosmétiques et qui a développé la technique de massage. Son utilisation est donc protégée. Issue du premier massage japonais «Anma», la technique est appréciée là-bas comme un véritable art traditionnel et est d'abord réservée à la famille impériale. Le protocole est composé de 48 techniques, alternant pétrissages et percussions dans un but de restructuration du visage, tout en stimulant le collagène. L'important drainage qu'il induit relance la micro-circulation, ce qui aura pour vertu de réoxygéner les cellules. Le visage sera alors repulpé, redessiné et plus éclatant.

Les Grecs importeront le concept du massage en Europe et le développeront.





## Bonne nouvelle : les techniques manuelles de restructuration du visage sont très à la mode

### Les premiers massages du visage français

- En 1907, le Docteur Lucien Jacquet, alors dermatologue et chef de service à l'Hôpital Saint Antoine, présente devant l'Académie de médecine son travail «Traitements simples de certaines dermatoses et déformations de la face». Il y promet une technique manuelle qui va augmenter l'afflux sanguin au niveau des zones traitées. Les réoxygénation et stimulation effectuées vont permettre de repulper et tonifier le visage en visant l'action de rétractation des muscles, mais aussi de relancer la régénération cellulaire au niveau des cicatrices.

La véritable naissance du massage du visage en France a lieu pendant la première guerre mondiale. La chirurgie esthétique en est à ses balbutiements, mais la guerre de 1914 provoque un grand nombre de mutilations, dont de nombreuses mutilations faciales. La grande évolution des techniques chirurgicales est en route et les médecins hospitaliers intègrent à leurs protocoles des techniques de massages manuels pour accélérer le processus de cicatrisation et l'oxygénation de cellules. Ces techniques se démocratisent jusqu'à devenir de vrais métiers thérapeutiques pour traiter les maux du corps.

Dans les années 30, un médecin va permettre un tournant décisif dans l'approche du toucher et va créer la méthode de drainage lymphatique Vodder. À cette époque, peu de données existaient sur le système lymphatique. C'est 30 ans plus tard, en 1960, que les découvertes sur la microcirculation se feront, intégrant la méthode Vodder aux techniques manuelles de référence.

En 1980, Danis Bois, alors ostéopathe, démocratise une technique née de l'ostéopathie douce non manipulatrice. Elle consiste à toucher un tissu particulier qui s'appelle le fascia. Il s'agit d'un tissu conjonctif qui relie les différents éléments anatomiques du corps telle une grande toile d'araignée. C'est le Docteur Andrew Taylor Still qui décrira l'importance du fascia dans les années 1900 en le désignant comme «l'endroit où il faut chercher la cause de la maladie». Ainsi, lorsqu'il y a une douleur dans une zone précise,

le thérapeute s'intéresse alors au corps entier car souvent la douleur est le symptôme d'une contraction d'un fascia dans une autre partie du corps.

De nos jours, les techniques manuelles connaissent un véritable essor. Des protocoles toujours plus nombreux se créent tels que le Face Sculpting, le Myolift, la technique Harisienne ou autres. Mais si l'intérêt pour l'apprentissage de nouvelles techniques restructurantes va croissant, les objectifs restent cependant les mêmes.

### Les atouts du massage du visage

Bien que les techniques manuelles ne nécessitent ni investissement ni consommables, il n'en demeure pas moins que les formations de qualité ont un coût. On s'éloigne cependant des dizaines de milliers d'euros de l'achat d'un bel appareil. Elles peuvent être appréhendées comme de l'art. Elles permettent de vous mettre en lumière. Tel un soin signature, ce sont vos mains qui seront mises en avant.

Un ressenti par le toucher travaillé peut vous permettre de bien cerner les besoins. Une bonne écoute des tissus peut déceler une tension, un relâchement... il vous est possible d'agir directement et profondément sur certaines zones. De plus, votre protocole peut être totalement modulable, ce qui vous permet d'offrir des soins 100 % sur-mesure grâce à l'alternance de différentes techniques.

L'époque est aussi un atout puisque, de nos jours, les techniques manuelles de restructuration du visage sont très à la mode. D'ailleurs, un nouveau terme, originaire des États-Unis a fait son arrivée : les facialistes. Ce sont des experts de la peau spécialisés dans le visage. Vous pouvez d'ailleurs voir sur les réseaux de plus en plus de vidéos de massages faciaux ou de nouveaux visages de professionnels facialistes mis en avant dans les parutions presse.

Les résultats peuvent être immédiats et, grâce à une bonne fréquence, durables. Mais le manuel peut vite être limité en termes de profondeur d'action, de diversité de traitement et de rapidité de résultats. L'intérêt des appareils s'impose.

### LES TECHNIQUES APPAREILLÉES

En 2020, il est difficile de trouver un institut de beauté dépourvu d'équipements. À l'ère du numérique, les techniques se sont modernisées et les appareils font désormais partie intégrante de nos protocoles de soins, nous permettant ainsi d'atteindre des résultats toujours plus visibles et durables.





Mais qu'en est-il de cet engouement pour l'esthétique 2.0 ?

Faisons ici le point sur les techniques appareillées et sur leurs avantages. Le premier appareil esthétique a été conçu en 1963 par René Guinot, un ingénieur chimiste fondateur de la marque cosmétique du même nom.

La Cathiodermie était un appareil qui utilisait le courant galvanique. Cette avancée a ouvert aux esthéticiennes l'accès à des technologies de pointe qui s'avèrent aujourd'hui de véritables alternatives aux techniques médicales invasives.

### Les appareils lift

L'ovale qui s'affaisse, des rides qui se creusent, les pommettes qui s'affinent... les marques de la vie se voient plus ou moins sur les visages selon la génétique et le mode de vie de chaque individu. La chirurgie et la médecine esthétiques proposent de véritables changements morphologiques plus ou moins intenses mais certaines de vos clientes ne souhaitent pas se diriger vers ces techniques. Elles attendent donc de votre part que vous puissiez leur offrir des solutions non-invasives alternatives en leur garantissant des résultats. Un vrai challenge vous attend. Et c'est ce que les grands concepteurs d'appareils ont compris, puisqu'aujourd'hui l'offre se veut toujours plus étoffée. Plusieurs technologies ont fait leurs preuves dans le traitement des rides et du relâchement cutané.

- **La radiofréquence**, par exemple, va envoyer des ondes courtes qui vont chauffer les tissus. Cette chaleur va stimuler les fibres de jeunesse que sont le collagène et l'élastine, permettant ainsi de redensifier les volumes du visage.

- **Les ultrasons** ont pour principe de créer des impacts à différentes profondeurs du derme. Grâce à cet effet, la production de collagène et d'élastine va être stimulée et offrir un raffermissment des tissus.

- **L'Endermolift** est une technique développée par Louis Paul Guitay. Elle s'inspire des pincements Jacquet vus plus haut. Le premier appareil fut le «Cellu M6» en 1986, et le visage eut sa version en 2000 avec le «Lift 6».

- **Les infrarouges** à destination du visage ciblent la tonification musculaire et le raffermissment des tissus en les chauffant, atteignant les cellules profondes afin de les stimuler et de les régénérer.

- **Les appareils d'électrostimulation** se concentrent de plus en plus au niveau du visage. Le principe est de faire travailler les muscles en les contractant à travers une impulsion électrique. Les muscles choisis sont ceux essentiels à la belle structuration naturelle du visage. Des pommettes saillantes, un arc sourcilier tendu, etc.

### Contre les irrégularités de la peau

L'acné, les cicatrices, les taches pigmentaires, les pores dilatés... sont autant d'imperfections qui gâchent la vie de vos clientes et leur créent de véritables complexes.

- **La microdermabrasion** est un soin d'exfoliation doux qui permet de retirer les peaux mortes et de préparer la peau à recevoir les produits qui suivront. Le principe est de projeter des particules de diamants qui vont débarrasser la peau de ses déchets. La poudre sera ensuite aspirée par l'embout.

- **Le microneedling** est un stylo muni de plusieurs micro-aiguilles à usage unique. Cette technique est bénéfique dans le traitement du vieillissement par la stimulation du collagène et de l'élastine qu'il permet. Mais son utilisation principale a pour but d'unifier la peau en resserrant les pores ou en traitant des cicatrices. L'agression de la peau qu'il induit va booster sa régénération. Aujourd'hui, des rouleaux à fines aiguilles existent. Attention tout de même de ne pas en abuser afin d'éviter un effet contre-productif.

### Pour booster l'éclat

La pollution, le stress, la mauvaise alimentation, un déséquilibre interne... sont autant de causes qui peuvent donner mauvaise mine à vos clientes. Une fois la cause déterminée, plusieurs solutions vous sont proposées pour inverser les effets.

- **La lumière pulsée** propage des ondes magnétiques transportant une énergie qui va se transformer en chaleur. Cette chaleur va favoriser la stimulation du collagène et la tonicité de la peau. Elle a la capacité de travailler sur les irrégularités de la peau. ...

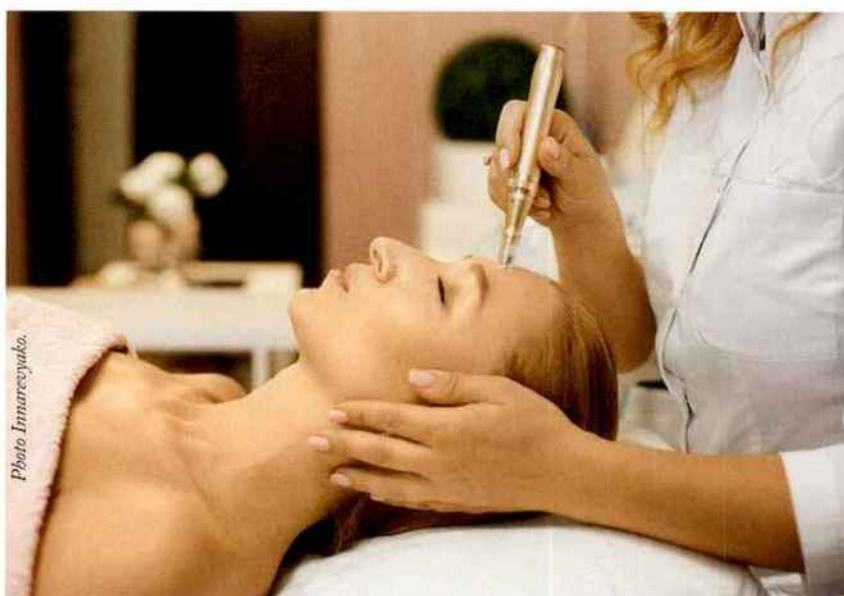


Photo Innarecyuko.





gularités cutanées telles que les taches pigmentaires, les cicatrices, etc.

- **La biomodulation** est de la lumière froide : Led, mise au point par la NASA. Le principe est que, soumise à un puissant rayonnement, la production d'énergie cellulaire de la peau s'accroît et va activer sa régénération cellulaire et sa production de collagène.

L'oxygène permet la vie mais crée aussi l'oxydation. Cependant, bien utilisé, en les micro-nébulisant, il est un bon vecteur de produits au niveau de la peau. Cette pulvérisation de flux d'oxygène relance la micro-circulation sanguine et favorise l'absorption des actifs.

### Les atouts des techniques appareillées

Le principal inconvénient des appareils est le coût d'achat. Dès que vous vous dirigez vers une technologie de pointe, les prix peuvent être assez dissuasifs. Mais une fois l'amortissement réalisé (généralement calculé sur 5 ans), l'appareil peut offrir une très belle rentabilité. La durée du traitement est souvent courte pour un prix à la minute élevé. Attention tout de même de veiller à bien connaître les prix des consommables. Certains appareils peuvent réserver des surprises, mais leur forte rentabilité rend les frais de consommables dérisoires.

Les appareils produisent un attrait important au niveau de la clientèle friande de nouveautés. Les innovations constantes, les prouesses techniques... sont autant de sujets sur lesquels vous pouvez vous appuyer.

Cela me permet de faire la transition sur les innovations et les résultats. Aujourd'hui les appareils vous séduisent par des résultats spectaculaires. Des techniques de moins en moins douloureuses, de plus en plus rapides et durables, voient le jour et sont à votre portée.

Les appareils offrent un gage de sérieux et de modernité. Les instituts high-tech explosent et vous permettent de voguer sur les tendances. Attention cependant au recul parfois inexistant sur certains équipements. Ne vous laissez pas happer par la nouveauté au détriment de la sécurité, les prouesses du marketing pouvant fortement vous influencer. Ne cessez jamais de vous informer et procédez à des recherches pointues avant tout achat. Vous en serez forcément récompensée.

Il est aussi souvent plus facile de vendre des cures au travers d'un appareil. La connotation scientifique pousse votre cliente à se laisser conseiller et à suivre vos recommandations.

Et ce, même si vous pouvez estimer que l'équipement reste quelque chose d'impersonnel.

### CONCLUSION

Chacune de ces deux techniques connaît un fort intérêt.

Les techniques manuelles sont reconnues depuis des années. Elles privilégient un travail biomécanique avec une écoute précise des tissus vous permettant de travailler sur différents aspects esthétiques. Mais elles favorisent aussi les bénéfices neurophysiologiques de l'apaisement, le sentiment d'appartenance... D'un point de vue plus commercial, elles vous permettent de vous démarquer. Vos mains vous représentent, exposent votre savoir-faire.

Les techniques appareillées, elles, vous permettent d'aller plus loin et plus vite dans les résultats. Aussi, de nos jours, est-il possible de traiter un grand nombre de problématiques déjà installées.

Leurs technologies provoquent l'adhésion. Elles induisent une idée de modernisme et de confiance grâce aux études cliniques, développées par des ingénieurs et des scientifiques au service de la technicité dans l'esthétique. Vos clientes attendent toujours plus que vous les accompagnez en retardant harmonieusement les signes du vieillissement. Cela était réservé avant aux médecins ou chirurgiens. Aujourd'hui, vous pouvez en être une véritable alternative.

Au niveau curatif, les techniques manuelles ont leurs limites mais ce que le toucher apporte, aucun appareil n'en sera jamais capable. D'ailleurs, le toucher devient un véritable sujet de recherches scientifiques et médicales comme le montre la création de l'Institut de Recherche sur le Toucher (Touch Research Institute) de Miami où sont étudiés tous ses bienfaits.

Car récemment, dans le cadre de thérapies complémentaires au traitement du cancer, des études ont prouvé que le massage renforce le système immunitaire en stimulant les cellules qui combattent les tumeurs. De même qu'à une fréquence soutenue, les douleurs et l'humeur des patients cancéreux étaient grandement améliorées.

L'association des différentes techniques offre l'opportunité d'une action synergique plus puissante, d'une parfaite complémentarité, et permet de répondre à tous les profils de clientes.

Mais dans tous les cas, la main de l'esthéticienne restera essentielle. Sa qualité influera sur celle du soin, que ce soit dans l'art du manuel ou dans la préhension d'un appareil. Pour une même technique (manuelle ou appareillée), votre intelligence, votre talent (don) seront décisifs. Ne cessez jamais d'apprendre !