

n° 138
Juin 2013
20 dirhams

1^{er} mensuel
de la famille
marocaine

**Séjours
linguistiques**
**Les juniors
à la conquête
du monde**

**Amitié homme-femme
Une complicité
sans complexes ?**

Dossier

**Vos vacances
à petits prix**

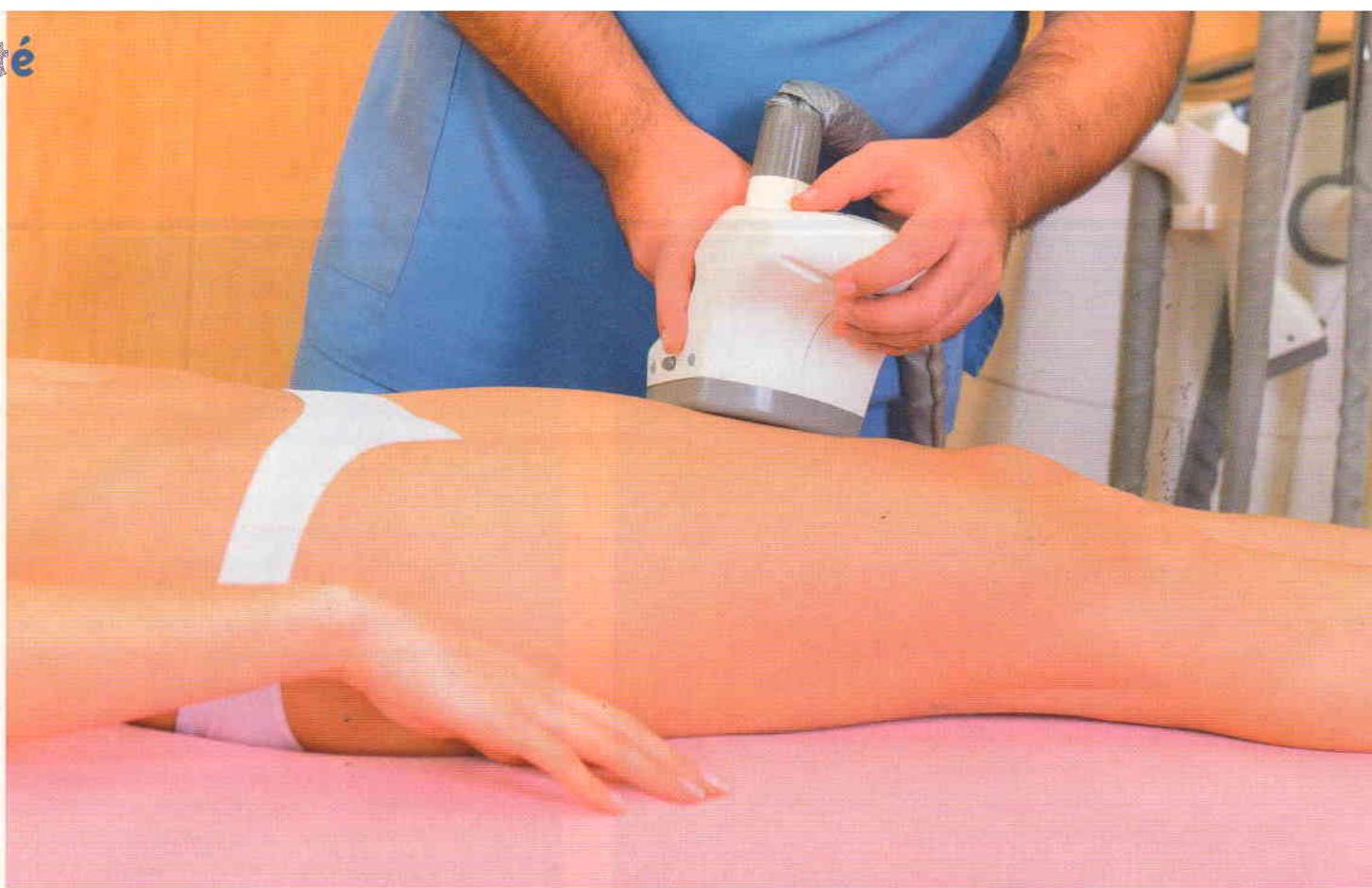


famille actuelle

**Maillots,
paréos,
chapeaux**

***La mode
de votre été***

Soleil et plage
***Nos conseils
pour se
protéger
et bronzer***



Minceur

Des appareils qui vous veulent du bien

Les dernières techniques d'amincissement promettent des miracles. De plus en plus perfectionnés, ils ont été conçus afin de satisfaire les plus exigeants. Zoom sur des appareils aux résultats époustouflants.

Amal Ghali

Si vous aspirez à obtenir une silhouette raffermie et amincie, sans passer par la case de la liposuction, vous voilà comblé (é). Les dernières techniques introduites sur le marché marocain promettent des miracles. En une ou deux séances, vos bourrelets disgracieux, vos poignets d'amour ou votre ventre proéminent ne seront plus qu'un mauvais souvenir. Cette technique révolutionnaire a pour nom la Cryolipolyse (appelée aussi LypoCryo) et vient d'être introduite au Maroc par le Centre Sofia Bensouda. «Notre Centre a toujours habitué ses patients aux dernières techniques. Nous sommes également conscients que les gens cherchent des solutions efficientes et rapides, car ils ne disposent généralement pas de beaucoup de temps à consacrer aux massages et soins prolongés. Et la Cryolipolyse fournit tout cela à la fois. Des résultats rapides, une destruction des amas graisseux et une perte spectaculaire en centimètres», explique Mme Bensouda, kinésithérapeute. La méthode permet la destruction des cellules graisseuses grâce au froid.

«Cette méthode est révolutionnaire puisqu'elle permet, en 30 minutes, et en trois séances maximum, de réduire les amas graisseux. C'est une technique simple et rapide, sans contrainte et donne des résultats satisfaisants», précise Sofia Bensouda.

La Cryolipolyse ne technique sans contrainte

Indiquée en cas de surcharge pondérale très localisée, (ventre, culotte de cheval, poignées d'amour, dos, hanches), cette méthode est non invasive et permet la destruction de la graisse. «C'est le froid qui provoque cela. Un applicateur en forme de coque «aspire» (vacuum) le pli adipeux qui va se loger au fond de cette coque puis un mécanisme comparable à une «pompe à chaleur» va extraire de cette zone les calories et abaisser en quelques minutes la température de cette zone de 37° à une température proche de 3°», explique la kinésithérapeute. C'est ainsi qu'en refroidissant la zone adipeuse traitée, la cryolipolyse provoque ce que les spécialistes appellent «l'apoptose (mort lente programmée des cellules) des adipocytes».

La dégradation naturelle des adipocytes se fait tout en douceur sans endommager les tissus environnants. «Lors de la séance, le patient ne ressent qu'une sensation d'étirement les premières minutes, puis une sensation de froid s'empare de la zone traitée. Ce n'est

nullement pénible et cela disparaît après quelques minutes», souligne Sofia Bensouda. En somme, de plus en plus de simplicité, et de moins en moins de contrainte ou de contre-indication pour des résultats prometteurs.

Le laser, l'arme absolue

Dans cette chasse aux amas graisseux, le laser a également la cote. Et dans ce domaine, il y a eu aussi de très grandes avancées. «Les dernières techniques de laser ont toujours cours, et donnent d'excellents résultats», assure Mme Bensouda. C'est ainsi que l'Illipo détient la palme d'or dans l'élimination des excès graisseux et des dépôts de graisse localisés. Traitement non-invasif par excellence, l'-lipo s'attaque particulièrement aux zones ciblées, comme les cuisses, l'abdomen, le bras, ou le menton. «En positionnant les plaquettes laser sur ces domaines, la graisse peut être sélectivement décomposé et éliminé», précise la kinésithérapeute. Les résultats sont immédiats puisque juste

après une séance, on peut constater une perte de 2-4cm de circonférence abdominale. «Une cure de 6 à 8 traitements est recommandée en 4 semaines avec 1 à 2 soins par semaine», souligne Sofia Bensouda.

Mais si toutes ces techniques nous font rêver, il ne faut pas oublier que le sport et une bonne hygiène de vie peuvent nous aider à garder la forme, et à préserver la silhouette amincie et raffermie enfin retrouvée.

Les ultrasons de haute intensité

Les ultrasons focalisés de haute intensité sont des ultrasons nouvelle génération, qui par effet thermique exercent une lésion sur les adipocytes provoquant leur résorption progressive en 2 à 3 mois. Ils diffèrent des premiers appareils ultrasons qui agissaient par phénomène de cavitation et dont l'efficacité était toutefois considérée comme insuffisante malgré le nombre important de séances requises.

«La Lipocryolyse permet d'éliminer les amas graisseux de façon efficace et rapide»



Entretien avec Sofia Bensouda, kinésithérapeute

A qui s'adresse la Cryolipolyse ?

La Cryolipolyse s'adresse à toute personne ayant des amas graisseux localisés (culotte de cheval, poignet d'amour, etc.) résistants à toutes sortes de régimes et exercices physiques.

Pour ces personnes, les seuls recours étaient jusqu'à aujourd'hui des méthodes invasives de chirurgie. La Lipocryolyse offre désormais une alternative aux patients à la recherche d'une technique moins coûteuse et plus douce pour venir à bout des bourrelets disgracieux.

Comment se déroule la séance d'amincissement par LipoCryo ?

La thérapeute positionne sur la zone cible d'un transducteur qui combine le vide pour capturer la graisse sous-cutanée et le refroidissement cryo-sélectif des tissus.

La procédure est sans douleur pour les patients, ils sentent une légère tension près de la zone traitée en raison de l'effet de vide, et une sensation de froid, principalement au début de la procédure.

Où vont les graisses détruites ?

Elles sont éliminées naturellement, et nous préconisons de faire du sport et de la marche, dans la journée.

Quelle est la durée de la séance ?

En moyenne 30 minutes, une fois par mois.

Une à trois séances sont nécessaires pour voir partir ses bourrelets. Ainsi, selon le prolongement de la zone de traitement, il faudra compter plus d'une application pour couvrir toute la zone. Par exemple, nous aurons besoin de 2 séances pour la zone abdominale, 1 pour chaque « poignée d'amour », et 2 pour le bas du dos.

Quelles sont les contre-indications potentielles de la LipoCryo ?

Les contre-indications ne sont pas nombreuses. La grossesse, l'hernie ombilicale et inguinale, la maladie de Raynaud, l'artérite des membres inférieurs et la cryoglobulinémie en sont les principales contre-indications. La lipoCryo est également interdite en cas d'existence de zone avec inflammation, blessure, dermatite, problème circulatoire, urticaire au froid.

