

# marieclaire

**SPÉCIAL  
JEANS**  
*DÉLAVÉ,  
70'S, CHIC...  
LE MEILLEUR  
DU DENIM*

**ON A TESTÉ  
LES MÉTHODES  
ANTICELLULITE  
QUI MARCHENT  
VRAIMENT**

**SYLVIE TESTUD,  
MARIE-JOSÉE CROZE,  
LÉA DRUCKER...**  
**LES VRAIES  
AMITIÉS ENTRE  
ACTRICES**

**CHARLOTTE  
GAINSBORG  
A NEW YORK**  
*Les raisons  
d'un départ*

**JOAILLERIE**  
*Le nouveau  
sacre  
du bijou*

**SEXE  
SOMMES-  
NOUS  
VRAIMENT  
PLUS  
LIBÉRÉES?**

**ENQUÊTE**  
**LA VICE-MINISTRE  
QUI A VIRE  
20 000 POLICIERS  
MAFIEUX EN GÉORGIE  
S'ATTAQUE À L'UKRAINE**

JUIN 2015

M 02054 - 754 - F: 2,20 € - RD





O B J E C T I F  
C E L L U L I T E  
E T R O N D E U R S  
À L A B A I S S E  
*On a tout testé*

*Déstocker ses bourrelets et sculpter ses courbes ne relèvent pas de la mission impossible. Des soins drainants au froid raffermissant, notre sélection de méthodes pour se tailler une silhouette plus ferme, plus fine, plus dessinée.*

**Par Carole Paufique**

## LES CHOCS THERMIQUES PUISSANTS

### *Version froid*

**LA PROMESSE** Venir à bout des rondeurs rebelles et localisées sur toutes les zones du corps (cuisses, ventre, taille, bras, dos, fesses...) en éliminant les cellules graisseuses par le froid, sans léser la peau. Basée sur des recherches de l'université de Harvard sur le lien entre l'exposition prolongée au froid et la fonte des cellules graisseuses, la technique mise au point par Zeltiq, le CoolSculpting, est apparue en France en 2011. Agréée par la Food and Drug Administration américaine (FDA), elle revendique plus de 1,5 millions de traitements dans le monde.

**EN PRATIQUE** « Le bourrelet est aspiré entre deux plaques de froid, comme dans une ventouse. Une heure plus tard, il est devenu froid et dur, mais après un massage, il reprend son aspect normal, rapporte le Dr Julien Carré, médecin esthétique. Entrés en état de mort cellulaire, les adipocytes sont ensuite éliminés progressivement par l'organisme. » Les suites ? Œdèmes, rougeurs et tiraillements plus ou moins douloureux dans les quinze jours.

**LES RÉSULTATS** En une séance, on peut miser sur une perte moyenne de 30 % des cellules graisseuses. Mais il faut patienter trois à quatre mois pour observer des résultats définitifs de quelques centimètres. Le bémol ? Cette méthode n'est efficace que sur les amas graisseux souples et non fibreux, pas sur la cellulite incrustée, le relâchement cutané ou le surpoids.

**COMBIEN ?** A partir de 600 € la zone, séance de 1 heure), tarif dégressif pour les zones suivantes. [fr.coolsculpting.com](http://fr.coolsculpting.com).

**ON A VÉRIFIÉ** Ça marche sur les petits bourrelets rebelles que les régimes n'effacent pas. Ce n'est pas une méthode d'amaigrissement. Souvent le résultat nécessite une seconde séance. A noter : la machine ne peut traiter qu'une seule zone à la fois. Compter deux heures : une pour le côté droit, l'autre pour le gauche.

### *Version chaud-froid*

**LA PROMESSE** Après le froid, la dernière génération de lipocryolise, apparue fin 2014 avec le LipoContrast de Clinipro, mise sur l'alternance de phases de chaud et de froid pour perdre quelques centimètres et venir à bout des bourrelets récalcitrants. « L'ajout de chaleur permet de toucher un plus grand nombre d'adipocytes et d'obtenir des résultats plus rapides », explique le médecin esthétique Jean-Marc Adda.

**EN PRATIQUE** « Pendant une heure, le bourrelet est aspiré dans une coque pour subir un triple choc thermique – chaud, froid, chaud – totalement indolore, destiné à provoquer la mort cellulaire programmée des adipocytes, décrit le médecin. Les suites sont minimales : de simples rougeurs, une gêne et plus rarement des ecchymoses pendant quelques jours. » L'avantage : deux systèmes de plaque pour faire les deux côtés simultanément permettent un traitement en une même séance d'une heure.

**LES RÉSULTATS** Au bout de trois semaines, on obtient 80 % des résultats, qui seront définitifs au bout de deux mois. En une séance, on peut espérer perdre en moyenne 2 cm par zone. Certaines y ont recours régulièrement une fois par an avant l'été...

**COMBIEN ?** A partir de 200 € la zone, 150 € la suivante. [www.lipocontrast.fr](http://www.lipocontrast.fr).

**ON A VÉRIFIÉ** Souvent, une seconde séance est à envisager selon l'épaisseur du bourrelet. Les limites sont évidemment les mêmes que pour le froid : les peaux trop relâchées, la cellulite fibreuse ou le surpoids ne sont pas la bonne indication. Cet appareil breveté et sécurisé nous met à l'abri de tout risque de brûlure. On apprécie ce traitement plus rapide et moins onéreux qui ► devrait démocratiser la cryolipolyse.