

# Cryolipolyse :

## TOUT CE QU'IL FAUT SAVOIR !

Cela fait dix ans maintenant que nous fondons pour la cryolipolyse ! Cette technique a-t-elle vraiment remplacé la liposuction ? Qu'a-t-on appris depuis ? On fait le point avec un expert, le docteur Olivier Claude, chirurgien plasticien et esthétique.

Corinne Guillaumin

**V**ous vous astreignez à une alimentation équilibrée, vous pratiquez avec assiduité une activité physique, pour autant, malgré tous ces efforts, rien n'y fait, vous ne parvenez toujours pas à vous débarrasser de ce petit bourrelet localisé au niveau de votre hanche ! Mais comment faire disparaître cet amas disgracieux qui vous gâche la vie ? Assurément la cryolipolyse est une méthode innovante et non invasive pour venir à bout de ces rondeurs récalcitrantes. Quels sont les avantages

et les inconvénients de cette technique et peut-elle être une alternative à la liposuction ?

### Geler les cellules graisseuses

La cryolipolyse et la liposuction sont deux traitements d'amincissement et non d'amaigrissement qui permettent de remodeler le corps en supprimant radicalement et de façon ciblée la graisse qui résiste. Mais tandis que la liposuction est une intervention chirurgicale qui se réalise sous anesthésie en bloc opératoire, la cryolipolyse est une procédure esthétique non invasive,

(presque) indolore effectuée sans anesthésie au cabinet médical. Il faut savoir que la graisse est plus sensible au froid que les autres tissus (derme, vaisseaux, nerfs...), le principe de la cryolipolyse est donc simple : il consiste à appliquer localement un froid contrôlé pour détruire les adipocytes (cellules graisseuses) tout en préservant la peau et les tissus environnants. Ainsi soumise à une température très basse, la cellule graisseuse va se fragiliser, se cristalliser et déclencher son autodestruction.

### Élimination progressive

La graisse cristallisée va ensuite s'éliminer naturellement et définitivement via le système lymphatique au fil des semaines pour laisser place à des courbes harmonieuses. « Les résultats ne sont donc pas visibles tout de suite, explique le docteur Olivier Claude, chirurgien plasticien et esthétique. On commence à percevoir les changements à la fin du premier mois, avec des résultats stables à 3 mois. C'est pourquoi, si l'on veut avoir une jolie silhouette sur la plage, il faut idéalement, pour un résultat optimisé, commencer son traitement au moins trois mois avant l'été. » Et si les résultats ne sont pas



## NE PAS CONFONDRE CRYOLIPOLYSE ET CRYOTHÉRAPIE.

*Si elles utilisent toutes les deux les vertus du froid, la cryolipolyse et la cryothérapie sont néanmoins deux techniques distinctes qui n'ont pas du tout la même finalité. Comme expliqué dans l'article, la cryolipolyse est un traitement esthétique qui a pour objectif de détruire, grâce au froid, des amas graisseux localisés et très récalcitrants. Alors que la cryothérapie, également appelée « Thérapie par le froid » est un acte médical qui permet de soulager les douleurs articulaires, les lésions musculaires, l'arthrose, les rhumatismes... Elle est aussi utilisée pour favoriser la récupération physique des sportifs de haut niveau. Pour ce faire, on immerge la personne dans une cabine à une température de -100 degrés à -130 degrés pendant 2 à 3 minutes. Le choc thermique généré par le froid va pousser le corps à réagir notamment en accélérant la circulation sanguine et de ce fait booster tout l'organisme !*

immédiats, ils sont en revanche pérennes car une fois la graisse éliminée, elle ne revient pas ! « La cryolipolyse n'empêche certes pas un patient de reprendre du poids, note le docteur Olivier Claude, mais s'il regrossit, ce sera de façon plus harmonieuse, c'est-à-dire d'un peu partout. »

### Optimiser le résultat

Car la graisse ne va pas à nouveau se stocker sur les zones qui ont été traitées ! Toutefois, « si l'on veut optimiser les résultats sur le long terme, insiste le médecin, il faut une prise en charge globale, c'est-à-dire associer à ces actes (cryolipolyse et lipoaspiration), une bonne nutrition et une pratique sportive. C'est complémentaire, c'est synergique. J'insiste auprès de mes patients, prendre soin de soi, c'est être actif ! » Par ailleurs, le résultat dépend également de la machine. « Il y a une centaine de machines sur le marché, remarque le docteur Olivier Claude, mais seules deux ont développé une technologie qui refroidit suffisamment la peau sans l'abîmer. Un système de sécurité contrôle plusieurs fois par seconde la température de la peau, et si cette dernière devient trop basse, il se coupe automatiquement pour éviter les brûlures. »

### Une analyse esthétique de la silhouette

Avec ces machines efficaces, en général, une seule séance suffit. Donc si l'on vous propose plus de 2/3 séances, c'est que la machine n'est pas assez performante ! Il faut aussi un temps de consultation important pour avoir une analyse sur la faisabilité médicale et sur le plan de traitement. Lors de cette consultation préalable, le médecin va examiner le patient pour s'assurer qu'il n'y a pas de contre-indication médicale (éventration ou hernie abdominale...), analyser le type de graisse mais aussi la peau pour savoir si les tissus répondent bien à cette technique. Et faire une analyse architecturale de la silhouette (en fonction de la morphologie du patient, de l'historique de son poids et de ses souhaits) pour pouvoir définir les zones où la graisse doit être enlevée et surtout évaluer avec précision la position et le nombre d'applicateurs qui délivrent le froid à placer.

### S'armer de patience

« La réussite de la cryolipolyse, poursuit le médecin, dépend du nombre d'applicateurs et de leur positionnement. Certaines