

Souvent, quand les femmes parlent de cellulite, **il s'agit d'amas graisseux récalcitrants aux régimes alimentaires** et qui sont des parties fibrosées, parfois dures au toucher. Différentes approches sont possibles.

La solution : un traitement par le froid

- **Pour le médecin esthétique** : la lipocryolyse, qui consiste à placer la zone à traiter dans un embout froid. Les cellules graisseuses sont exposées au froid pendant 45 minutes, et certaines sont détruites. On estime que le bourrelet peut diminuer de 30 % en une ou deux séances. Prix d'une séance : de 150 à 300 €.
- **Pour le chirurgien** : la solution sera la liposuction s'il existe, en plus de la simple peau d'orange, une graisse plus profonde.

À lire aussi



Cryothérapie : les vrais bienfaits du grand froid

Si les jambes sont molles

En gagnant en masse musculaire, les bénéfices sont nombreux. Le retour veineux est ainsi amélioré et les jambes sont plus galbées.

La solution : du sport sur mesure

- **La machine Huber 360®**, que l'on retrouve chez le kiné, est une plateforme motorisée équipée de capteurs de force dans le plateau et les poignées qui permet de faire un travail actif au niveau musculaire pour redonner forme et tonicité à la partie du corps sollicitée et retrouver une posture saine, une silhouette élancée aux jambes sculptées.
- **L'aquabiking - vélo dans l'eau** - ne fait travailler que les jambes. Souvent, la motivation première est la cellulite, mais le résultat sur le développement musculaire va de pair. Prix d'une séance : 25 €. Compter au moins 10 séances.

Que faire pour enlever des varicosités ?

Pour corriger l'aspect inesthétique, la technique de référence est **la microsclérothérapie**. Elle consiste en l'injection d'un liquide qui va créer une réaction de fibrose. La veine se referme progressivement et l'on

