



MÉDECINE

Photo : rangizz

CRYOLIPOLYSE ET LIPOLYSE

Depuis une dizaine d'années, de nombreuses technologies se sont développées pour corriger certains défauts corporels : quelle technologie fait quoi ? Quels résultats attendre ? Voici les réponses.

La plupart des technologies utilisées sont à base d'énergie (refroidissement, onde électromagnétique, radiofréquence, micro-onde, ultra-son) et non des lasers en tant que tels. Quoique différentes, ces technologies ont souvent la même cible : la surcharge graisseuse localisée, et se sont progressivement positionnées de façon plus ciblée en fonction du caractère profond ou superficiel de cette surcharge graisseuse, de la nature du relâchement cutané, de la tonicité de la musculature sous-jacente, de l'âge et du sexe mais aussi de l'état de santé du patient. Aujourd'hui, le diagnostic permet d'établir un plan de traitement personnalisé afin d'obtenir un résultat optimum en minimisant les risques.

LA CRYOLIPOLYSE

Cette technique est apparue aux États-Unis en 2009 suite à des recherches menées par une équipe de dermatologues de l'université de Harvard, les Dr Dieter Manstein et Rox Anderson. Ces derniers étaient partis de l'observation clinique de la diminution de la couche graisseuse au niveau de la culotte de cheval, chez les cavalières en période de grand froid. Appelé panniculite des écuyères, ce phénomène était déjà connu et décrit par les dermatologues dès le XIX^{ème} siècle. Les médecins de Harvard ont alors eu l'idée de développer une technologie utilisant la diffusion d'un froid contrôlé, capable de détruire une partie du tissu graisseux tout en préservant les tissus environnants : la cryolipolyse.

La cryolipolyse consiste donc à appliquer localement un froid contrôlé au niveau de l'hypoderme. Soumis à ces températures très basses, les adipocytes qui constituent le tissu graisseux se fragilisent et vont s'autodétruire progressivement en entrant dans un phénomène d'apoptose (mort programmée des cellules), avant d'être éliminées naturellement par l'organisme. Des pièces à main adaptées à la morphologie de certaines zones du corps permettent de traiter différentes zones comme les cuisses, le ventre, le dos, le menton. Elles «aspirent» le bourrelet, l'isolent et diffusent pendant 45 à 60 minutes selon les appareils, ce froid contrôlé, sans endommager les tissus environnants.

Les résultats de la cryolipolyse

Les résultats sont observables progressivement quelques semaines après la séance, le temps que le processus d'apoptose et d'élimination se mette en place. La cryolipolyse n'a pas d'intérêt dans la prise en charge de la cellulite, ni du relâchement cutané et son indication doit être limitée à la seule réduction de la masse graisseuse sur des zones localisées. Pour les appareils commercialisés, on constate une fonte du volume de graisse aspirée et traitée

de l'ordre de 10 à 30% de l'épaisseur selon les différentes études, et en fonction des patients. Plus précisément, une analyse de la littérature scientifique, réalisée à partir de 319 articles sur le sujet, a permis d'établir que la réduction de la circonférence était en moyenne de 14.6 à 28%. Les mesures échographiques montraient une diminution du pannicule adipeux de 10.3% à 25.5%.

LA CRYOLIPOLYSE N'A PAS D'INTÉRÊT DANS LA PRISE EN CHARGE DE LA CELLULITE

Les effets secondaires

Un œdème avec un gonflement de la zone traitée pendant quelques jours peut s'observer. Des sensations de démangeaisons, quelquefois une inflammation locale peut entraîner des douleurs. On observe fréquemment des bleus dus à la succion de l'appareil. Ces effets secondaires sont connus des spécialistes. Ils apparaissent peu de temps après l'intervention et s'atténuent dans les quinze jours. Des complications à type de gelure ont été décrites, mais seulement dans des cas de mésusage ou consécutivement à l'utilisation d'appareils non conformes.

Ne pas confondre cryolipolyse et cryothérapie !

La technique de cryolipolyse a pour but d'amincir localement des zones du corps en provoquant la destruction des cellules graisseuses. La cryothérapie ou «thérapie par le froid» elle, a pour but de calmer les douleurs, certaines lésions musculaires, l'arthrose. Elle est également utilisée par les sportifs de haut niveau pour la récupération physique en stimulant le corps par le froid. Le bain froid ou cryothérapie H2O consiste à s'immerger dans un bain d'eau très froide pour améliorer le retour veineux et calmer les douleurs. La cryothérapie corps entier est un traitement médical qui consiste à soumettre le patient à une température de -110 degrés à -130 degrés dans une cabine pendant 2 à 3 minutes maximum. La chambre de cryothérapie est utilisée pour la prise en charge du stress, des rhumatismes, de certaines douleurs articulaires et aurait une incidence positive sur le sommeil. La cryothérapie et la cryolipolyse sont donc deux traitements et deux techniques totalement différentes.

Règlementation

Un rapport de la Haute Autorité de Santé publié en juillet 2018 précise les règles de pratique de la cryolipolyse :

- garantir l'information complète, écrite et préalable auprès des personnes sur les contre-indications de la technique et les effets indésirables possibles,
- ne recourir qu'aux appareils de cryolipolyse répondant à des critères de qualité suffisants au regard de la sécurité sanitaire,
- s'assurer d'une qualification et d'une formation à la technique des opérateurs suffisantes pour garantir la sécurité des consommateurs.

La cryolipolyse au cabinet médical

Avant une séance de cryolipolyse, une consultation préalable est obligatoire afin d'évaluer si cette procédure est adaptée à l'indication. Aucune prise en charge possible par l'assurance maladie. Tarifs à partir de 400 € par séance.

Déroulement d'une séance

Durée de la séance = 1h00. Durant la séance, la cliente peut lire, utiliser sa tablette ou son téléphone mobile. Le paramétrage de l'appareil (degré de froid et d'aspiration), ainsi que son application sur la zone à traiter, sont réalisés par le médecin spécialiste. Le bourrelet graisseux est progressivement refroidi et un massage du bourrelet est réalisé en fin de séance.

Consignes après une séance de cryolipolyse

Reprise des activités professionnelles et sportives autorisées. Boire 1,5 litre d'eau par jour. Ne pas prendre de poids et faire attention à l'équilibre alimentaire. Faire du sport et maintenir une activité physique.

Résultats attendus après une séance de cryolipolyse

Une séance a pour but d'obtenir une réduction de l'épaisseur du bourrelet graisseux entre 10 et 30% au bout de 1 à 3 mois. Le résultat est variable en fonction des cas.

*

En conclusion, la cryolipolyse est une technique médicale nécessitant des connaissances et une formation spécifique. Pour observer de bons résultats, elle doit s'appliquer à des indications précises.

LA LIPOLYSE

Les techniques de lipolyse permettent dans une certaine mesure de redessiner la silhouette, à condition que la surcharge ne soit pas trop importante et, surtout, localisée. C'est ce que l'on appelle le bodycontouring. Attention,

il ne s'agit pas de techniques d'amincissement, mais elles peuvent venir en complément d'un programme visant la perte de poids. Chacune est spécifique et possède un mode d'action qui lui est propre. ●●●



LA LIPOLYSE PAR ULTRASONS EST RECOMMANDÉE POUR DES SURCHARGES TRÈS LOCALISÉES

●● La lipolyse par laser diode 1060 nm

Il s'agit d'une technique plus récente (2015) utilisant un laser diode 1060 nm qui permet de chauffer progressivement la graisse en profondeur. Le laser est couplé à un système thermique qui permet de mesurer la montée en température à différentes profondeurs de la graisse sous cutanée pour évaluer en temps réel l'action du traitement. 2 séances de 25 mn sont nécessaires à 6 semaines d'intervalle. La surface maximum traitable est de 140 cm². L'avantage de la technique est la facilité de mise en œuvre grâce à 4 applicateurs indépendants, et le temps d'exposition relativement court (25 mn). Il est possible de traiter de vastes zones ou de cibler le traitement aux surcharges localisées du fait des applicateurs indépendants. Une remise en tension peut s'observer grâce à l'effet thermique, ce qui peut, dans certains cas, diminuer l'effet rideau que peut provoquer la fonte de la graisse. Seul bémol, la douleur qui nécessite parfois l'interruption des séances.

La lipolyse par ultrasons

Cette technique utilise les ultra-sons, des fréquences sonores beaucoup plus aiguës que les fréquences perceptibles par notre oreille. Différentes applications existent en médecine : échographie, physiothérapie, utilisant des intensités faibles, mais aussi lithotripsie pour détruire les calculs rénaux avec de très fortes intensités. La lipolyse par ultra-sons utilise des fréquences autour du mégahertz (106 HZ) et une intensité située entre 1W et 10W. Le traitement est long car la pièce à main est focalisée et nécessite un traitement point par point. Il est donc plutôt destiné aux surcharges très localisées. Du fait de l'effet thermique, il existe une mise en tension de la zone traitée. La limite de la technique, là encore, est le caractère douloureux du fait de la thermolyse avec des pointes thermiques de 56°C.

La lipolyse par radiofréquence

Cette technique utilise les ondes hertziennes ou radiofréquence, située entre 108 et 106 HZ. La montée en température permet une destruction des adipocytes avec un effet de remodelage grâce à la remise en tension cutanée. En fonction du degré de refroidissement, différentes profondeurs peuvent être atteintes mais il s'agit plutôt d'un traitement superficiel. Il faut 4 à 6 séances pour obtenir un résultat. Il est possible de traiter des zones étendues sans douleur. Cette technique est parfois couplée à la lipolyse par ondes électromagnétiques ou par ultrasons afin de traiter les différents niveaux (graisse superficielle, profonde et muscle).

La lipolyse par micro-ondes

Le spectre des micro-ondes est situé entre 300.109 HZ et 0,3.109 HZ (GHZ). Afin d'obtenir un effet thermique important au niveau de la graisse, une fréquence a été déterminée pour permettre la traversée de la peau sans générer de dégât thermique (bonne conductivité) et une absorption maximum dans la graisse (bonne permittivité). Cette fréquence est de 2,45 GHZ. Les effets obtenus sont d'une part l'hydrolyse des acides gras contenus dans les adipocytes, ce qui entraîne de facto la lipolyse, et une diffusion thermique modérée à la peau qui permet le remodelage. La méthode nécessite peu de séances et est indolore. Elle permet un traitement de la graisse superficielle à l'aspect

inesthétique (cellulite) avec un redrapage de la peau en regard.

La lipolyse par ondes électromagnétique focalisées de haute intensité (HIFEM)

Un champ électromagnétique entraîne des contractions musculaires supra-maximales (20 000 contractions par séance de 30 mn) qui génère une lipolyse du fait de l'effort engendré.

Il s'agit donc d'une lipolyse secondaire à la contraction musculaire générée par des ondes électromagnétiques. Cette stimulation permet également une augmentation du volume musculaire dans la zone traitée. L'idée est d'associer la réduction du volume graisseux et de remuscler particulièrement aux niveaux des abdominaux, des fessiers, des bras, des cuisses et des mollets. Le rythme est de 4 séances de 30 mn, espacées de 2/3 jours, voire un peu plus si associées à de la radiofréquence pour traiter dans le même temps la graisse superficielle. Un entretien des résultats est nécessaire à raison d'une à deux séances par an ou plus régulièrement. Les suites normales sont : des courbatures, des douleurs musculaires, des crampes, un érythème ou une panniculite si la radiofréquence est associée. Les contre-indications à la technique sont l'existence de matériel électronique implanté comme un pace maker, de plaque métallique ne passant pas à l'IRM ou d'une grossesse.

Les indications selon l'âge

- Les 20/30 ans : l'esthétique, la performance avec un corps sculpté.
- Les 30/45 ans : reprise en main post-accouchement, post-sédentarité (recherche de l'association perte de graisse et reprise de l'activité musculaire).
- Les 45/65 ans : ménopause, manque d'activité sportive, empâtement.
- Les plus de 65 ans : améliorer le tonus musculaire.

Société Française des Lasers en Dermatologie (SFLD)
www.sfldlaser.com