

Actua

# Une nouvelle technique minceur: **LA CRYOLIPOLYSE**

Muriel Creusot, dermatologue, Centre dermatologique du Roy, Plancenoit

**L**a cryolipolyse, aussi appelée LipoCryolyse (littéralement «destruction de la graisse par le froid») ou Coolsculpting, est une méthode de liporéduction récente sélective, non invasive et indolore qui permet de réduire les tissus gras localisés.

Cette technologie résulte d'une double observation au sein de l'Université de Harvard par l'équipe du Pr Rox Anderson:

- apparition d'une panniculite au froid et donc d'une fonte graisseuse des joues chez les enfants suçant longuement des Popsicle;
- fonte graisseuse également des cuisses chez les cavalières en hiver, exposées à un froid prolongé associé à un phénomène de compression.

### Objectif de la cryolipolyse

Même avec un mode de vie et une alimentation saine et équilibrée, notre corps peut développer des bourrelets gras localisés peu esthétiques. Le sport et les régimes n'y pourront rien et jusqu'à très récemment une petite lipoaspiration ou une lipolyse laser étaient les seules solutions.

Aujourd'hui, la cryolipolyse est une alternative non invasive et indolore qui permet de détruire ces amas de graisse localisés.

### Fonctionnement de la cryolipolyse

Les adipocytes (cellules graisseuses) sont plus sensibles à une exposition intense mais particulière au froid que les autres cellules. Le principe n'est pas aussi simple, car il ne suffit pas d'appliquer de la glace pour obtenir une fonte des graisses: il faut appliquer un gradient de refroidissement très précis.

En refroidissant une zone adipeuse déterminée, la cryolipolyse provoque ce qu'on appelle l'apoptose (mort lente programmée des cellules) des adipocytes sans nécrose.

Les cellules adipeuses vont se dégrader naturellement et progressivement sans provoquer de lésions sur les tissus adjacents et sans engendrer d'effets secondaires au niveau de la circulation.

La cryolipolyse permet – dans certains cas – lorsqu'il s'agit de zones bien précises, d'éviter une petite liposuction, voire une lipolyse au laser.

La technologie repose sur un phénomène physique parfaitement documenté (appelé effet Peltier): un applicateur en forme de coque «aspire» (vaccum) le pli adipeux (bourrelet) qui va se loger au fond de cette coque (compression); puis un mécanisme comparable

à une pompe à chaleur va extraire de cette zone les calories et abaisser en quelques minutes sa température de 37° à une température proche de -7°, qui sera maintenue pendant 70 minutes.

L'objectif est de refroidir très fortement la zone grasseuse à traiter sans faire varier la température de la surface de la peau.

Au terme de la séance, la pièce à main est retirée du bourrelet adipeux, celui-ci prend temporairement un aspect de motte de beurre froide et doit être massé jusqu'à recouvrement d'un aspect normal de la peau, lisse et sans relief. Le résultat est visible progressivement, avec une perte d'environ 1/3 du bourrelet aspiré dans un délai approximatif de 2 mois.

### Processus d'élimination des adipocytes par cryolipolyse

Deux jours après la séance, il apparaît un processus d'inflammation plus ou moins perceptible selon les individus.

L'inflammation maximale se produit au bout de 15 jours: les adipocytes amorcent le processus de «vidange» progressive.

Dans les semaines qui suivent, l'inflammation laisse progressivement place à un processus phagocytaire: les macrophages commencent à développer et digérer les adipocytes pour en faciliter l'élimination progressive par les voies naturelles.

Le résultat maximum est généralement atteint au bout de 45 jours.

### Quelles sont les possibles indications de la cryolipolyse?

Ce sont généralement des patients (hommes et femmes) ayant un indice de masse corporelle (IMC ou, en anglais, BMI) proche de la normale, avec une surcharge adipeuse très localisée (petit ventre, culotte de cheval, poignées d'amour, dos, hanches, genoux, bras).

Les résultats obtenus sont définitifs; cependant, cette technique ne se substitue en aucun cas à un régime et nécessite, pour optimiser les résultats, de maintenir une alimentation saine, une pratique sportive et une bonne gestion du poids.

**Cette technique, non dénuée de risques, est du ressort exclusif du médecin.** Elle nécessite un examen préalable devant exclure les contre-indications telles que: hernie ombilicale, diastasis, troubles de la coagulation, urticaire au froid.

La cryolipolyse est donc une technologie innovante et émergente dans le domaine de la prise en charge des amas adipeux non désirables et résistants à un régime.

Cette méthode non invasive est quasi dépourvue d'effets secondaires, pour autant qu'elle soit manipulée par un spécialiste maîtrisant bien l'appareil et la technique.

Une seule séance suffit pour traiter de manière définitive les bourrelets disgracieux.

Les résultats sont visibles dès la 3<sup>e</sup> semaine, et ce jusqu'à 3 mois après la séance. Cependant, une bonne gestion au quotidien de son alimentation et de son hygiène de vie reste la clé d'un bon résultat global.

### Quels sont les effets secondaires?

- Un érythème (rougeur) pouvant persister quelques heures après la séance.
- Des ecchymoses liées à l'aspiration.
- Une hypoesthésie transitoire.
- Quelques cas de douleurs modérées et temporaires.
- Une panniculite au froid (infiltration dure se résorbant progressivement).
- Exceptionnellement, une aggravation de la cellulopathie.
- Des dépressions en vagues sur la peau.

