

ESTHE' MAG

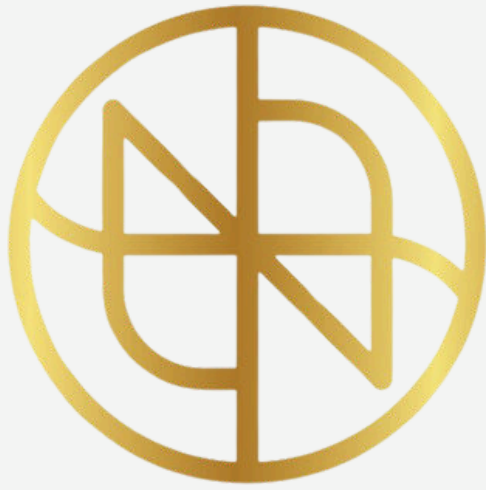
MAI 2024

02

A woman with long dark hair, wearing a white short-sleeved crop top and white shorts, is lying on a white treatment bed. She is smiling and looking towards the right. A white cryolipolysis device is attached to her abdomen. The device has a small screen displaying '37°C' and 'Lipo Control'. The background is a solid light blue color.

**Bien-Être Gelé : Plongée Dans la
Cryolipolyse, la Révolution Glaciale de
la Minceur !**

WWW.ESTHENAPARIS.FR



ESTHENA

ESTHE' MAG

MAI 2024

- 6 L'HISTOIRE DE LA CRYOLIPOLYSE
- 9 ADOPTÉE PAR LES STARS
- 10 AVANT / APRÈS
- 11 VOS AVIS
- 12 LE PERFECT MATCH
- 14 BIEN-ÊTRE GELÉ :
PLONGÉE DANS LA
CRYOLIPOLYSE, LA
RÉVOLUTION GLACIALE
DE LA MINCEUR !
- 16 ESTHE GAMES
- 18 OPTIMISEZ VOTRE
CRYOLIPOLYSE





L'HISTOIRE DE LA CRYOLIPOLYSE

La cryolipolyse est une technique de traitement esthétique non invasif qui vise à réduire les amas graisseux localisés en utilisant le froid. Cette méthode a révolutionné les approches de la sculpture corporelle sans nécessiter de chirurgie. Voici un article détaillé sur l'histoire et le développement de la cryolipolyse.

Origines et développement

La cryolipolyse trouve ses racines dans une observation quelque peu surprenante faite dans les années 1970, où des médecins ont remarqué que certains enfants qui mangeaient fréquemment des sucettes glacées développaient des fossettes dues à la perte de graisse dans leurs joues, un phénomène appelé "popsicle panniculitis".

Cette découverte a suscité l'intérêt pour l'utilisation du froid pour réduire la graisse corporelle localisée.

Le concept de la cryolipolyse a été développé et breveté par les docteurs Dieter Manstein et R. Rox Anderson du Wellman Center for Photomedicine at Massachusetts General Hospital à Boston, une filiale de la Harvard Medical School. Ils ont conceptualisé l'idée que les adipocytes (cellules graisseuses) sont plus vulnérables au froid que les autres types de cellules et peuvent être sélectivement détruits sans endommager la peau ou les tissus environnants.

Mécanisme d'action

Le principe de la cryolipolyse repose sur l'application contrôlée de froid à une zone ciblée, généralement entre -5°C et -10°C , pendant une période prolongée. Sous l'effet du froid, les cellules graisseuses s'endommagent et entament un processus de mort cellulaire programmée, ou apoptose. Les cellules graisseuses détruites sont ensuite progressivement éliminées par les urines, réduisant ainsi l'épaisseur de la couche graisseuse.

Applications et efficacité

La cryolipolyse est principalement utilisée pour réduire les graisses localisées qui résistent aux méthodes traditionnelles comme le régime et l'exercice. Les zones couramment traitées incluent l'abdomen, les flancs, les cuisses et parfois des zones plus petites comme le double menton.

Des études cliniques ont montré que la cryolipolyse peut réduire la graisse dans les zones ciblées jusqu'à environ 25% après une seule session de traitement, avec des résultats pleinement visibles après quelques mois.

La cryolipolyse est devenue une méthode populaire et largement adoptée pour le remodelage corporel. Avec des avancées continues dans la technologie et des applications plus étendues, elle continue de gagner en popularité auprès des patients cherchant des solutions non invasives pour améliorer leur apparence corporelle. Comme pour toute procédure médicale, les patients doivent consulter un professionnel qualifié pour déterminer si la cryolipolyse est adaptée à leur cas particulier.

JE RÉSERVE MA SEANCE



WWW.ESTHENAPARIS.FR

I LOVE

MY BODY !

ADOPTÉE PAR LES STARS

Dans l'univers scintillant de Hollywood, où l'image et la perfection sont souvent de rigueur, les célébrités sont constamment à la recherche des dernières innovations pour parfaire leur silhouette. Parmi les techniques qui font le buzz, la cryolipolyse se distingue comme une méthode non invasive privilégiée pour éliminer les graisses rebelles. Ce traitement esthétique, qui utilise le froid pour décomposer les cellules adipeuses, a été adopté par de nombreuses figures emblématiques.



MOLLY SIMS

L'actrice et mannequin américaine a ouvertement discuté de son recours à la cryolipolyse, notamment après la naissance de ses enfants, comme moyen de traiter les zones résistantes de graisse.



KHLOÉ KARDASHIAN

Membre de la célèbre famille Kardashian, Khloé a mentionné avoir utilisé la cryolipolyse pour améliorer certaines zones de son corps.



LINDSAY LOHAN

L'actrice a également été associée à l'utilisation de la cryolipolyse, explorant diverses options pour maintenir son apparence.

AVANT / APRÈS



VOS AVIS

CLARA – 29 ANS

“JE SUIS ABSOLUMENT RAVIE DE MON EXPÉRIENCE DE CRYOLIPOLYSE ! APRÈS DEUX SÉANCES, LES RÉSULTATS SONT VISIBLES ET VRAIMENT IMPRESSIONNANTS. J’AI CHOISI DE TRAITER LA ZONE DE L’ABDOMEN ET JE CONSTATE UNE NETTE RÉDUCTION DE LA GRAISSE. LE PERSONNEL ÉTAIT PROFESSIONNEL ET RASSURANT, M’EXPLIQUANT CHAQUE ÉTAPE DU PROCESSUS. JE ME SENS PLUS CONFIANTE DANS MES VÊTEMENTS ET JE RECOMMANDE VIVEMENT CE TRAITEMENT À TOUTE PERSONNE CHERCHANT À ÉLIMINER LES GRAISSES LOCALISÉES SANS CHIRURGIE.”

MARC – 42 ANS

“APRÈS AVOIR LONGTEMPS HÉSITÉ, JE ME SUIS FINALEMENT LANCÉ DANS LA CRYOLIPOLYSE POUR TRAITER MES POIGNÉES D’AMOUR ET JE NE REGRETTE PAS MON CHOIX. LES EFFETS SONT PLUS QU’ENCOURAGEANTS : LA ZONE TRAITÉE EST NETTEMENT PLUS LISSE ET DÉFINIE. LE PROCESSUS ÉTAIT CONFORTABLE ET BIEN GÉRÉ, AVEC PEU D’INCONFORT PENDANT ET APRÈS LA SÉANCE. CELA M’A MOTIVÉ À POURSUIVRE UN MODE DE VIE PLUS SAIN POUR MAINTENIR LES RÉSULTATS. JE SUIS TRÈS SATISFAIT ET JE CONSEILLE CE TRAITEMENT À QUICONQUE CHERCHE À SE DÉBARRASSER DE GRAISSES RÉCALCITRANTES.”

LE PERFECT MATCH

Pour optimiser les résultats de la cryolipolyse il pourrait être bénéfique de combiner plusieurs traitements qui complètent l'action de la cryolipolyse.



CRYOLIPOLYSE



RADIOFRÉQUENCE

Ce combo permet de raffermir la peau chez les patients présentant un relâchement cutané avant les traitements grâce à des séances de cryolipolyse et de radiofréquence.

Les séances de cryolipolyse et de pressothérapie facilitent le drainage des cellules graisseuses ciblées pendant le traitement.



CRYOLIPOLYSE



PRESSOTHÉRAPIE



Des séances de cryolipolyse et de lipocavitation sont efficaces pour casser les cellules graisseuses dans les zones comportant des cellules fibreuses, comme la culotte de cheval.

CRYOLIPOLYSE

LIPOCAVITATION

Les séances de cryolipolyse et EM Body Sculpt contribuent à optimiser l'élimination des cellules graisseuses. L'EM Body Sculpt utilise les lipides libérés durant la séance pour accélérer ce processus.



CRYOLIPOLYSE

EM BODY SCULPT

JE RÉSERVE MA SEANCE



WWW.ESTHENAPARIS.FR



**BIEN-ÊTRE GELÉ : PLONGÉE DANS LA
CRYOLIPOLYSE, LA REVOLUTION
GLACIALE DE LA MINCEUR !**

La cryolipolyse est une technique moderne de réduction des graisses localisées qui utilise le froid pour décomposer les cellules graisseuses sans nécessiter de chirurgie. Ce traitement non invasif a gagné en popularité pour sa capacité à cibler des zones spécifiques du corps, comme le ventre, les flancs, les cuisses, et même des zones plus petites comme le double menton.

Déroulement du traitement

Un traitement typique de cryolipolyse dure environ une heure par zone traitée. Pendant la séance, un applicateur est placé sur la zone cible, aspirant la graisse et appliquant un refroidissement intense. Les sensations ressenties peuvent inclure un tiraillement, un pincement, du froid intense, suivis parfois de picotements ou d'engourdissement, qui diminuent généralement à mesure que la zone devient insensible.

Avantages

L'un des principaux avantages de la cryolipolyse est qu'elle offre une alternative non chirurgicale à la liposuction pour ceux qui cherchent à éliminer des poches de graisse résistantes. Il n'y a pas de période de convalescence nécessaire, ce qui permet aux patients de retourner à leurs activités quotidiennes immédiatement après le traitement. De plus, le processus étant non invasif, il présente un risque très faible de complications par rapport aux procédures chirurgicales.

Efficacité et résultats

Les résultats de la cryolipolyse ne sont pas immédiats; la réduction des graisses devient visible après quelques semaines, le corps éliminant progressivement les cellules graisseuses mortes. Les résultats optimaux sont généralement observés après deux à trois mois. La plupart des patients voient une réduction notable de la graisse dans les zones traitées, souvent entre 20 % à 25 %. Pour des résultats encore meilleurs, des séances supplémentaires peuvent être nécessaires selon les objectifs individuels.

La cryolipolyse est une option efficace et sûre pour ceux qui cherchent à réduire les graisses sans chirurgie. Avec des attentes réalistes et en choisissant un prestataire de soins expérimenté et qualifié, les patients peuvent obtenir des résultats esthétiques significatifs et durables. Comme pour toute procédure esthétique, il est crucial de consulter un professionnel pour s'assurer que cette technique est bien adaptée aux besoins et conditions de santé de chaque individu.

ESTHE GAMES

E S T H E N A C G
K F A M O U R T R
F R O I D M X I A
Z C N S O I N D I
O H J G A N A L S
N A Y O G C P I S
E N Y G E E W V E
S R I E A P K S X
C E Y L P O I D S

**POIDS
FROID
CRYO**

**MINCE
ESTHENA
GEL**

**ZONES
SOIN
GRAISSE**

QUEL EST LE PRINCIPE FONDAMENTAL SUR LEQUEL REPOSE LA CRYOLIPOLYSE ?

- A) L'utilisation de la chaleur pour dissoudre les graisses
- B) L'utilisation du froid pour détruire les cellules graisseuses
- C) L'utilisation des ultrasons pour briser les cellules graisseuses
- D) L'utilisation de la lumière pour réduire la cellulite

COMBIEN DE TEMPS APRÈS UNE SÉANCE DE CRYOLIPOLYSE PEUT-ON GÉNÉRALEMENT COMMENCER À VOIR DES RÉSULTATS ?

- A) Immédiatement
- B) 1 semaine
- C) 3 mois
- D) 6 mois

QUELS SONT LES EFFETS SECONDAIRES COMMUNS IMMÉDIATEMENT APRÈS UNE SÉANCE DE CRYOLIPOLYSE ?

- A) Rougeurs et engourdissement de la zone traitée
- B) Forte douleur et saignements
- C) Augmentation immédiate du volume de la graisse
- D) Pertes de cheveux localisées

QUELLE EST LA PRINCIPALE DIFFÉRENCE ENTRE LA CRYOLIPOLYSE ET LA LIPOSUCCION ?

- A) La cryolipolyse est plus douloureuse
- B) La cryolipolyse est une procédure chirurgicale
- C) La cryolipolyse est non invasive
- D) La cryolipolyse prend plus de temps pour voir des résultats

OPTIMISEZ VOTRE CRYOLIPOLYSE

La cryolipolyse est une technique révolutionnaire qui utilise le froid pour réduire les amas graisseux sans chirurgie. Pourtant, pour maximiser les effets de cette procédure, l'adoption d'un programme sportif adapté est essentielle. Voici un guide complet pour intégrer l'activité physique dans votre routine post-cryolipolyse, adapté à tous les niveaux de forme physique.

Préparez le Terrain: L'Échauffement

Avant toute activité physique, un bon échauffement est crucial pour prévenir les blessures et préparer le corps à l'effort. Commencez par 5 minutes de marche rapide ou de jogging léger pour augmenter progressivement votre température corporelle. Poursuivez avec 5 minutes d'étirements dynamiques incluant des rotations des bras, des hanches, des montées de genoux, et des talons-fesses pour bien lubrifier les articulations.

Cardio: Brûlez des Calories en Continu

Le travail cardiovasculaire est crucial pour brûler des calories et améliorer la santé cardiaque. Optez pour une activité qui vous plaît, telle que la course à pied, le vélo, la natation, ou même le saut à la corde, et maintenez l'effort pendant 15 minutes. L'objectif est de rester dans une zone de fréquence cardiaque où vous pouvez parler sans être essoufflé.

Détente et Récupération: Étirements

Terminez chaque session par une phase de refroidissement de 10 minutes. Marchez lentement pendant 3 minutes, puis dédiez 7 minutes à des étirements statiques, en ciblant les muscles que vous avez le plus sollicités. Cela aidera à réduire les courbatures et à améliorer la flexibilité.

Renforcement Musculaire: Le Cœur de Votre Routine

Le renforcement musculaire est indispensable pour tonifier le corps et améliorer le métabolisme basal. Effectuez le circuit suivant, en travaillant chaque exercice pendant 45 secondes avec 15 secondes de repos entre chacun :

- > Squats
- > Pompes (adaptées sur les genoux si nécessaire)
- > Fentes alternées
- > Planche (maintenez le dos droit pour une efficacité maximale)
- > Soulevé de terre avec haltère léger

Répétez ce circuit deux fois, en vous concentrant sur la technique pour éviter les erreurs de posture.



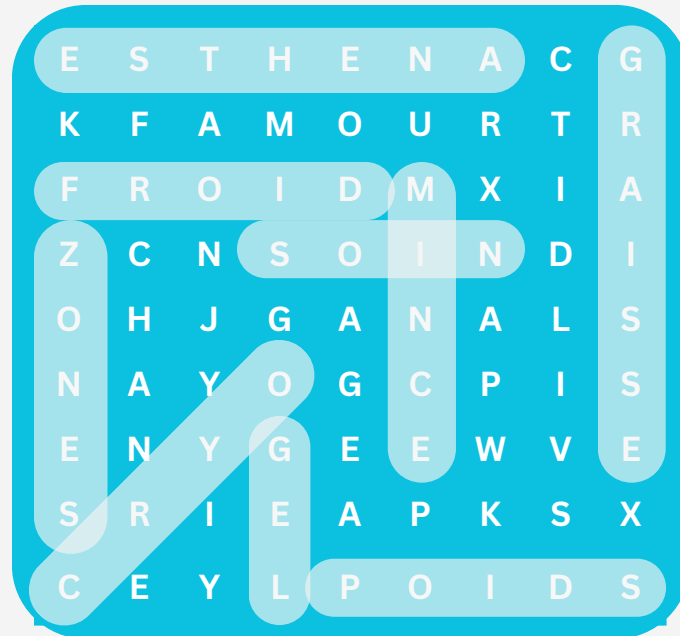


coolsculptor®

31°C
360°
Marche 3



RESULTATS



Quel est le principe fondamental sur lequel repose la cryolipolyse ?

B) L'utilisation du froid pour détruire les cellules graisseuses

Combien de temps après une séance de cryolipolyse peut-on généralement commencer à voir des résultats ?

C) 3 mois

Quels sont les effets secondaires communs immédiatement après une séance de cryolipolyse ?

A) Rougeurs et engourdissement de la zone traitée

Quelle est la principale différence entre la cryolipolyse et la liposuction ?

C) La cryolipolyse est non invasive

REJOIGNEZ NOUS !

SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX



ESTHENAPARIS

DIRECTEMENT EN INSTITUT



ESTHENA PARIS

68 AVENUE LEDRU ROLLIN, 75012 PARIS

01 75 42 67 60

WWW.ESTHENAPARIS.FR

ESTHE' MAG

**02
MAI 2024**



ESTHENA



0 123456 789012