

# Utilisation de la pressothérapie en esthétique

La pressothérapie peut être considérée comme une évolution technologique dans la pratique du massage et du drainage manuel, qui rencontre un vif et mérité succès, car c'est une technique instrumentale sûre et pratique.

Son succès provient de plusieurs facteurs tel que:

- . Simplicité d'utilisation
- . Traitement doux et très agréable pour la cliente
- . Grande efficacité.

L'action de la pressothérapie s'opère sur la circulation veineuse de reflux et lymphatique, en l'accéléralant et en la rendant plus efficace, réduisant ainsi l'encombrement des tissus et par là même, au niveau de la cellulite une action traitante mais aussi préventive.

A la base du problème de la cellulite : une mauvaise circulation qui retient dans les tissus le liquide interstitiel, auquel s'ajoute le problème de nutrition et d'oxygénation de la cellule adipeuse. avec le temps, se forme une gaine fibreuse qui réunit les adipocytes et confère aux tissus cette apparence granuleuse typique de la peau d'orange.

La détérioration de la circulation locale produit un effet automatique et évolutif vers la sclérose des tissus.

Intervenir à un stade avancé est non seulement difficile mais incertain au niveau des résultats Au contraire, agir avant permet d'obtenir des effets d'autant plus spectaculaire que l'on intervient tôt dans la phase évolutive précoce.

Cette phase précède l'oedème des tissus, dans laquelle la pressothérapie peut apporter une grande aide : en effet , dans la physiologie clinique, nous savons que les oedèmes peuvent être grandement améliorés par des pressions exercées extérieurement, car cela facilite le drainage du liquide interstitiel et des impuretés qu'il contient, jusqu'au glandes lymphatiques.

Ainsi nous améliorons la qualité du milieu de vie des cellules qui peuvent mieux se nourrir et s'oxygéner.

La pressothérapie permet d'exercer une pression dosée sur les tissus grâce à des bottes ou des coussins gonflés d'air sous pression contrôlée à partir d'un compresseur. La pression n'est pas continue sur les membres, mais suit une séquence qui part du pied vers la cuisse suivant ainsi le sens de la circulation sanguine et lymphatique.

Les résultats sont aussi excellents grâce au drainage lymphatique manuel quand la technique est bien maîtrisée, l'appareil permet toutefois des résultats plus rapides pour un travail moins astreignant; Durant une séance de pressothérapie une même zone est comprimée bien plus souvent que cela n'est possible par le drainage manuel. D'autre part, chaque fois qu'un secteur de la botte entre en pression l'effet s'exerce sur toute la circonférence et sur une surface relativement étendue.

Beaucoup d'esthéticiennes ont compris l'avantage d'associer pressothérapie et drainage manuel : Intervenir sur les zones où les caractéristiques anatomiques ne permettent pas à l'appareil de travailler et laisse faire un travail mécanique là où ce serait long et fastidieux pour l'esthéticienne.

Comme toutes les méthodes, la pressothérapie requiert une technique d'application correcte pour un résultat optimal. En particulier, il est préférable que le sujet traité adopte une position allongée avec les pieds relevés à la hauteur du bassin.

Un point important est le réglage de la pression. Les appareils que nous vous proposons offrent une grande amplitude de réglage, mais utiliser des pressions trop fortes peut être d'une part douloureux, mais aussi potentiellement dangereux. Nous déconseillons de travailler au delà de 70 mmHg.

Autre point important est de répartir la pression dans les différents segments de manière décroissante : par exemple si l'on met 60mmHg au segment pied, on réglera 55 au tibia, ...45 à la cuisse. Le réglage idéal se fait de manière que le sujet ne ressente aucune gêne. Si la cliente se plaint d'une trop forte pression, n'hésitez pas à la baisser de 5 ou 10 mmHg. Cela peut se produire dans une seule partie du membre surtout lors d'une première séance (le membre étant sensibilisé par les oedèmes) au fur et à mesure des séances et de l'amélioration du drainage la pression sera mieux tolérée et vous pourrez alors l'augmenter graduellement.

Le temps d'une séance peut varier selon le sujet et l'effet recherché, nous conseillons entre 30 et 60 minutes. En cas de membres très oedématisés il convient de rallonger le temps plutôt que d'augmenter la pression.

La fréquence des séances est elle aussi variable mais on peut donner un protocole de base tel que :

3 séances la première semaine

2 séances la seconde semaine

1 séance les semaines suivantes suivant l'évolution du

cas.

La pressothérapie se révèle aussi très utile dans toutes les situations où l'on doit réduire ou contrôler l'état d'oedème comme le syndrome post-

phlébite, dans la pathologie de la circulation\_ veineuse et lymphatique. On peut également l'utilise après des traitements à but amincissant tel que produit thermo actif et lotion cryogénique, séance d'ultrasons ou d'électrothérapie.

Pour des utilisateurs non médecins, l'utilisation de la pressothérapie est contre indiquée en cas d'infection (risque de propagation), de problème cardiaque, ou au niveau des varices (sauf avis médical), et au cas graves.

# La pressothérapie

## *Mode d'emploi :*

1° La position idéale pour assurer une efficacité optimale du traitement est la position allongée sur le dos, les jambes surélevées par rapport au bassin. Il est conseillé d'utiliser un coussin pour soulever les jambes et les pieds.

2° Disposer la bande pneumatique pour les flancs ouverte sur la table avant de faire allonger la cliente.

3° Faire enfiler les jambières à la cliente

4° Enrouler la bande pneumatique autour des flancs de la cliente et la fermer au moyen du velcro.

5° Brancher chaque tube de caoutchouc à l'appareil. Pour ce faire, fixer l'extrémité du tube à la prise identifiée par le même numéro sur le panneau de commande.

6° Tourner chaque bouton numéroté jusqu'à ce que la flèche se trouve dans la position correspondant à dix heures sur le cadran de montre.

7° Appuyer sur l'interrupteur général qui se trouve à l'arrière de l'appareil pour lancer la séquence de pression. On voit s'allumer le témoin rouge de la position n° 1, l'air commence à remplir le segment n° 1 et la flèche du manomètre commence à monter, indiquant la pression de ce segment. La décompression de chaque segment est retardée jusqu'à ce que le segment suivant atteigne la pression programmée. Cela permet d'empêcher le mouvement en arrière du liquide interstitiel et d'intensifier l'effet drainant.

8° Si la pression atteinte n'est pas suffisante, pour l'augmenter il faut tourner plus encore les boutons vers la droite. Si, par contre, la pression est excessive, pour la diminuer il faut tourner les boutons dans le sens contraire.

9° Le bouton "PAUSE" sert à régler la durée de l'intervalle entre deux séquences de pression. Il faut tourner vers la droite jusqu'à obtenir la décompression complète de tous les segments, avant le début d'un nouveau cycle de pression. Pendant toute la période de pause, le témoin vert restera allumé.

# De belles jambes pour la vie

Dans l'appareil circulatoire, les artères et les veines ont des rôles complémentaires : les artères amènent le sang chargé d'oxygène vers les tissus pour les nourrir, et les veines ramènent vers le cœur le sang chargé du gaz carbonique, et autres déchets du métabolisme des tissus. Les artères, solides et rigides, en véhiculant le sang en provenance du cœur subissent une très forte pression. Les veines, plus fragiles et souples, travaillent sous faible pression et parfois même en dépression ; d'où l'importance des petites valves qui facilitent la circulation du sang et l'empêchent d'afluer. Quand on est debout, les veines, qui doivent vaincre la pesanteur pour faire circuler le sang du pied vers le tronc, ont tendance à fatiguer et à gonfler.

## *Les soins locaux :*

Les soins locaux les plus simples sont les soins rafraîchissants. Il suffit de se tremper les jambes dans l'eau d'une rivière, de la mer ou dans une piscine, une eau vive massante étant préférable. Les bains frais bouillonnants sont également délassants et présentent l'avantage de pouvoir se prendre à la maison. On peut aussi apposer une serviette humide sur les jambes lors des périodes de grande chaleur.

En fin de journée on appliquera des crèmes, des gels et des lotions décongestionnantes contenant des produits actifs sur la circulation. Un massage manuel, du mollet vers la cuisse, apportera un soulagement complémentaire de celui procuré par le produit. Les soins locaux sont des petits trucs, des conseils d'entretien très faciles à appliquer. Ils sont simples et indispensables à connaître.

Si vos chevilles sont enflées, le drainage lymphatique vous aidera à éliminer la surcharge hydrique. Pratiqués par des masseurs compétents ou à l'aide d'appareils, les soins de drainage lymphatique permettent de désengorger les tissus. Sous l'effet du massage ou de la pression de l'appareil, la lymphe en excès dans les tissus se trouve aspirée par le tronc puis refoulé des extrémités de la jambe vers l'abdomen.

A la fin de chaque séance, la légèreté de vos jambes vous surprendra.

# Soin pressothérapie En esthétique

## *Produits Algologie nécessaires :*

- ALG502 – Sel, Terre, Mer, 1200grs
  - AL3265 – Gel défatigant fraîcheur, 200ml
  - AL3190 – Lait corporel velouté, 500ml
- ou
- AL2830 – Baume fermeté, 200ml

## *Déroulement du soin :*

1° Appliquer Sel, Terre, Mer sur une peau humide les zones du corps à traiter 5 à 10 minutes, rincer et sécher.

2° Poser le gel Jambes lourdes, faire pénétrer par de légers massages 5 à 10 minutes.

3° Enfiler les sous bottes plastiques puis les bottes de pressothérapie (jambes surélevées), pendant 30 à 40 minutes. Si possible une lumière tamisée et une infusion tisane drainante détendra infiniment votre cliente.

4° Terminer votre soin par un léger et rapide massage avec le lait velouté et la baume fermeté en fonction des zones à traiter pour hydrater la peau.

## *Produits à conseiller à votre cliente :*

- ALG312 – Peeling granulé, 125ml
- ALG326 – Gel défatigant, 125ml
- ALG283 – Baume fermeté, 125ml
- ALG265 – Tisane drainante, 380grs