



**A** 64 ans, en bonne santé, très actif, je cuisine vraiment «light» avec mon épouse. Malgré tout, je n'arrive pas à me débarrasser d'une surcharge pondérale de près de 5 kg. J'ai essayé des régimes qui n'ont rien modifié, je pense du fait que je contrôle mon alimentation en qualité et quantité. Je souhaite vivement me débarrasser de ma «bouée», qui est handicapante dans mes activités et désagréable sur le plan esthétique. J'ai trouvé par ci, par là, quelques informations... discrètes sur les possibilités d'amincissement par la technique des ultrasons, avec plein d'avantages... Cette technique est-elle éprouvée et fiable?

**Francis Filipetti, Orgon (13)**

**Q.C. SANTÉ :** Les techniques d'amincissement par ultrasons jouissent en effet d'une grande promotion dans la presse féminine et sur les sites Internet «santé». Qu'elle soit capable de faire fondre la cellulite, comme elle le prétend, est un autre débat. La société UltraShape, qui commercialise certains de ces appareils, indique les références de plusieurs essais dont un sur des cochons – dont le lard est tenace, c'est connu ! Sur des cobayes humains, une diminution du tour de taille, de l'ordre de 3 cm, a été observée. De même, la société française

## Ultrasons contre cellulite

[Cellusonic] propose sur son site un constat d'huissier qui indique des pertes d'environ 5 à 7 cm. Le langage juridique ne fait malheureusement pas l'exactitude scientifique. Ces deux études souffrent d'un défaut majeur : il n'y a pas de groupe

de «contrôle». Impossible donc de savoir si les diminutions constatées sont liées à la simple perte de poids (rien n'indique qu'un régime n'était pas suivi parallèlement, les participants ont d'ailleurs perdu du poids) ou au fait que la zone était massée, ultrasons ou pas. Question sécurité, les expérimentateurs de la technique n'ont pas relevé de douleurs particulières. Et, par rapport à des méthodes comme la liposuction, celle des ultrasons a l'avantage de ne pas entrer sous la peau (non invasive). Mais cette apparente innocuité ne suffit pas pour la recommander.