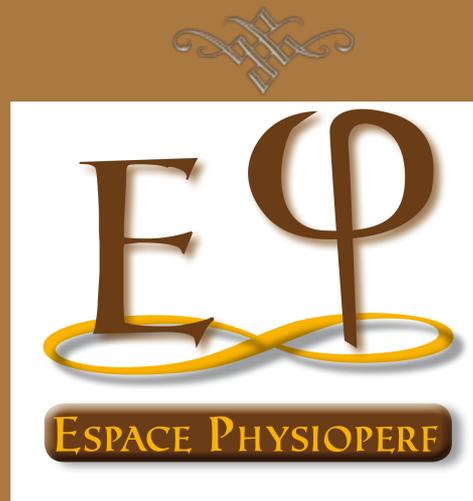


Nos mains au service de la peau  
et des tissus sous-jacents de nos  
patients



Espace Physioperf  
15 bis Avenue Jean Jaurès - NIMES

# Mieux comprendre

## la cellulite

### Qu'est ce que la cellulite



Indépendamment des causes hormonales, la cellulite résulte d'un stockage de graisses dans les adipocytes (cellules grasses de l'hypoderme) et d'une rétention d'eau. Lorsque les adipocytes grossissent leur enveloppe se déforme, il en résulte l'effet peau d'orange, la circulation est alors ralenti, entraînant ainsi la stagnation des déchets métaboliques.

### Pourquoi avons-nous de la cellulite?

Les structures grasses diffèrent de l'homme à la femme.

Les **septa** ou cloisons sont verticaux chez la femme, et croisés chez l'homme, ce qui explique que la surcharge ne crée pas de déformation.

### L'origine de la cellulite



### Comment la combattre?

Les zones cellulitiques restent indifférente à l'exercice physique, cependant la stimulation mécanique associée à une effort physique déclenchent le déstockage des graisses ou lipolyse des zones travaillées.

# Traitement des Tissus

## ❖ Avec le CELLU M6

### - La peau:

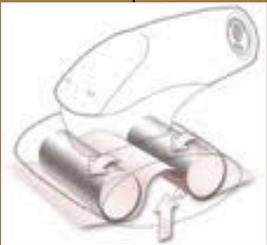
- remodeler son corps.
- réduire efficacement la cellulite par une stimulation des zones grasses. Cette stimulation reproduit de manière mécanique le "PALPER ROULER", afin de stimuler la circulation.
- Relancer ainsi le drainage des zones de stockage, et facilite ainsi leur élimination. La peau est alors de meilleure qualité, et diminue l'effet "peau d'orange".
- Amélioration des plans de glissement entre les fascias, facilitant ainsi le mouvement.

### - Les muscles:

- récupération après l'effort physique
- permettant ainsi de relâcher, assouplir, défibroser, mobiliser, décontracter les contractures, tout en conservant la tonicité musculaire active par la préparation physique

## ❖ Avec nos mains: Le massage

- Action sur le corps, mais aussi sur l'émotionnel, sur l'esprit.
- Relance la circulation des différents tissus, de drainer les tissus, et ainsi d'éliminer les déchets.
- libérer les contractures, les muscles seront donc mieux utilisés par la suite, et donc plus efficaces dans leur action.



# Effet tissulaire LPG



## Action mécanique

En superficie et locale



## Action Biochimique

En profondeur et en superficie



**Tissu conjonctif, Tissu épithélial, Tissu musculaire, Tissu nerveux**

**Effet tissulaire + effet circulatoire + effet neuro-sensoriel**

# Le suivi Kiné/Ostéo



## Agir contre:

- Le *stress* entraîne des émotions négatives, de l'anxiété, favorise l'accumulation de graisses. Souvent il est combattu par la nourriture, mais au lieu d'apporter du réconfort, il accentue le sentiment de mal-être, de culpabilité. Action en relation avec tout les membres du staff
- Les problématiques musculo-tendineuses* mise en évidence lors du bilan: tendinite, contracture musculaire...

## En relation avec le programme Performance Plus

- En préambule du sport: on ne débute pas l'activité sur un corps qui souffre!
- Suivi hebdomadaire ou mensuel
- Suivi kiné ou ostéo en fonction du bilan

# Votre projet:



La réussite réside dans l'accord commun entre tous les membres en commençant par la satisfaction de la personne d'être entendue et comprise

