

Mincir oui, mais *en douceur!*



Le docteur Barbara Polla qui dirige l'institut Forever Laser à Genève est une personnalité haute en couleurs et attachante. Pour Amavita, elle nous éclaire sur les toutes dernières méthodes d'amincissement, qu'elle a elle-même testées pour certaines!

Illyria Dufey

Docteur Polla, quoi de neuf dans le petit monde des traitements amincissants?

Il y a plein de nouveautés, mais la clef du succès, c'est l'association des différentes techniques: UltraShape, la mésothérapie, le sacro-saint Cellu m6 – un fondamental anti-cellulite –, les lasers infrarouges qui lissent la peau, Alice qui combine l'infrarouge et l'électrostimulation et permet la transformation des acides gras en muscles, Power Plate, les massages minceurs, les drainages et, bien sûr, une surveillance nutritionnelle. Cette approche multifactorielle est très appréciée de nos clients qui aiment se sentir pris en charge au niveau global. Cela évite la lassitude et favorise un cercle vertueux: on obtient des résultats probants de manière douce, sans chirurgie et sans douleur. Je considère en effet que l'amincissement est très important, mais pas à n'importe quel prix, l'objectif est d'être bien dans sa peau sans pour autant se sacrifier ou souffrir.

Vous avez cité UltraShape, la toute nouvelle alternative à la lipo-aspiration. Pouvez-vous nous donner vos premières impressions?

Cette nouvelle machine à ultrasons permet une liposuction sans chirurgie qui est très efficace sur l'abdomen, la culotte de cheval et les poignées d'amour: elle supprime la graisse située plus en profondeur que la simple cellulite. Mais, attention, il convient de bien poser les indications avant de pratiquer le traitement, celui-ci ne s'adresse pas, par exemple, aux personnes en surpoids. Le patient idéal est un homme ou une femme entre 25 et 50

ans qui a une vie saine, un poids stable, fait du sport et, pourtant, n'arrive pas à perdre ses bourrelets disgracieux. Trois séances à trois semaines d'intervalle suffisent et le résultat est à la hauteur des espérances, sans effets secondaires, ni douleur. Compter 3 200 francs pour le traitement complet. Nous recommandons également, avant la première séance, d'effectuer un drainage lymphatique et quelques entraînements Power Plate: il semble que les ultrasons ont plus d'effet une fois que la graisse a bien été «travaillée»! J'aimerais souligner que le traitement est très apprécié des hommes, socialement et psychologiquement, eux qui avaient toujours boudé la liposuction!

Vous-même, vous avez maigri de 5 kilos alors qu'au vu de votre joli physique ce n'était pas une nécessité. Pourquoi ce choix?

Suite à un accident du genou il y a deux ans et demi, j'ai eu envie et besoin à la fois de me remettre en forme et de retrouver mon agilité. J'ai donc fait appel à un coach qui m'encadre deux fois par semaine et m'aide à perdre du poids, notamment avec l'aide de Power Plate que j'utilise sans excès. Ça marche! Depuis qu'elle a su que j'en faisais, même Madonna s'y est mise (rires)! Aujourd'hui, je me sens mieux, j'ai le sentiment d'être plus tonique, plus légère et je contrôle mon poids. Vous savez, il est prouvé que freiner sa consommation de calories a des effets sur le bien-être et prolonge la vie. Regardez les centenaires, ils sont en général bien minces! Mon objectif est d'arriver à 120 ans...