



COMMENT LUTTER CONTRE LA CULOTTE DE CHEVAL

FICHE CONSEIL
OTELINA
N°24

Il s'agit d'un amas graisseux qui se localise majoritairement en haut des cuisses, sur les fesses et les hanches.

C'est une forme de cellulite qui dérange beaucoup les femmes, avec cet aspect si caractéristique de la peau d'orange au pincement de la peau.

En plus d'une augmentation de la masse graisseuse de la peau (hypoderme), on observe dans la cellulite une rétention d'eau et une fibrose autour des cellules graisseuses ou adipocytes.

Cela est dû à un ralentissement de la circulation lymphatique.

Pourquoi cette zone ?

- C'est une zone de stockage privilégiée en prévision d'une éventuelle grossesse, voire d'une période d'allaitement, qui nécessitent des besoins énergétiques importants.

En cas de carence, le corps peut puiser dans cette réserve.

- La morphologie

Certaines femmes auront tendance à prendre du poids au niveau des hanches, surtout si à la base, elles sont plus charnues.

Les facteurs à rechercher :

- Un changement hormonal, grossesse, ménopause, ...
- L'hérédité
- Le manque d'activité physique associé à un régime alimentaire déséquilibré

*Reveals your
beauty!*



Aujourd'hui, plusieurs traitements peuvent vous aider à perdre cet aspect de culotte de cheval.

Il faut cependant y associer des activités sportives qui sollicitent les muscles fessiers et ceux du bassin, sur une durée d'au moins 20 minutes et une nutrition équilibrée.

NOS SOLUTIONS :

Pour lutter contre la culotte de cheval

- Le palper-rouler manuel,
- Le lipomassage, palper-rouler mécanique,
- La Lipocryolyse, technique de choix pour la graisse localisée
- La pressothérapie