



## COMMENT SE DÉBARRASSER DES POIGNÉES D'AMOUR

FICHE CONSEIL  
**OTELINA**  
N°22

L'accumulation de graisses au-dessus des hanches est appelée "poignées d'amour".

Ces petits bourrelets épaississent les hanches d'une ou plusieurs tailles.

Elles apparaissent le plus souvent autour de la quarantaine, en raison d'une plus grande sédentarité.

L'hérédité jouerait également un rôle.

Le grand fautif serait principalement notre consommation de sucre.

Quand on mange sucré, on constate dans le sang une augmentation du taux de sucre (hyperglycémie) suivie d'une hypoglycémie, c'est-à-dire un taux trop bas. Notre organisme réagit en sécrétant de l'insuline par le pancréas.

Or l'insuline favorise le phénomène de stockage des graisses et va donc favoriser l'apparition des poignées d'amour.

En premier lieu, pour éviter les poignées d'amour, il faut une alimentation saine et privilégier le sport, en particulier le travail des muscles abdominaux.

Cependant, aujourd'hui, grâce à la lipocryolyse, la destruction des cellules graisseuses par le froid, il est très facile et indolore de perdre ses fameuses poignées d'amour.

L'utilisation de lipomassage peut aider préalablement si ces poignées sont associées à de la cellulite fibreuse ou le choix des ultrasons couplés à la radiofréquence est possible en présence d'une graisse abdominale profonde.

L'objectif en les perdant est de retrouver une silhouette plus affinée.

*Reveals your beauty!*



### NOS SOLUTIONS :

- Pour se débarrasser des poignées d'amour
- Palper-rouler massage manuel
- Lipomassage, palper-rouler mécanique
- Lipocryolyse (Lipocryo ®)
- Les ultrasons couplés à la radiofréquence (Exilis Elite ®)

