



GRAZIA BEAUTÉ

Page 1/4

Les nouveaux pros de la beauté

ILS ONT DES NOMS À DORMIR DEBOUT MAIS S'ATTAQUENT À NOTRE FORME, NOS PROBLÈMES DE PEAU OU D'ALIMENTATION COMME PERSONNE. PRÉSENTATION PAR LE MENU DE CES ULTRA-SPECIALISTES. *Par Joy Pinto*

Psychodermatologue

C'est le nom évocateur que donnent les Anglo-Saxons aux dermatos qui prennent en compte la dimension psychologique des maladies de peau. Dans l'Hexagone, le terme n'existe pas à proprement parler, même si des dermatologues déjà établis peuvent compléter leur formation avec des diplômes universitaires de psychodermatologie (à Paris et à Brest).

Les principes fondateurs? Plus que les dermatos classiques, ceux-ci s'intéressent de près à la relation étroite entre la peau et le système nerveux. Une relation qui se noue dans l'embryon et explique la présence de nombreuses terminaisons nerveuses dans le derme et l'épiderme. Il existe d'ailleurs une flopée d'études scientifiques qui analysent les liens entre facteurs psychiques et eczéma ou psoriasis notamment. En pratique, cette dimension psychologique fonctionne comme un cycle infernal. D'une part, elle peut amplifier les symptômes de la maladie, via des démangeaisons par exemple. De l'autre, la maladie peut avoir des retentissements psychologiques sur la vie du patient.

Ça change quoi? L'idée n'est pas de traiter une maladie de peau comme si elle résultait d'un problème psy (ce n'est pas le cas), mais de s'intéresser au patient en tant que personne, aux facteurs psychologiques déclenchants et aggravants, aux retentissements de la maladie sur sa vie affective, en allant jusqu'à l'orienter vers un psychanalyste en cas de besoin. Une démarche qui compte dans le cas du vitiligo, de l'eczéma, du psoriasis et des maladies chroniques.

En pratique? Les dermatos se forment dans les congrès ou lors de cursus complémentaires, ils ne sont pas référencés, et seul le bouche à oreille permet de trouver la perle rare.

Keratothérapeute

La keratothérapie se veut être à mi-chemin entre le métier d'esthéticienne et celui de dermatologue. Dispensée à l'université de Perpignan, la formation concerne les esthéticiennes qui ont déjà cinq ans d'expérience. Pendant une semaine, elles apprennent, au contact d'une esthéticienne senior et d'un chef de service spécialisé dans la chirurgie maxillo-faciale, la biochimie de l'épiderme, foyer de nombreux problèmes de peau. L'esthéticienne fait ensuite ses armes pendant six mois auprès de vraies clientes, en cherchant à déterminer puis à résoudre leurs déséquilibres cutanés, avant d'être évaluée définitivement et d'obtenir son diplôme.

Les principes fondateurs? Le truc des keratothérapeutes, c'est de se concentrer sur les déséquilibres de la peau (de la sécheresse à l'acné légère) trop pointus pour être traités par une esthéticienne classique, mais trop bénins pour intéresser un vrai médecin. Ce qui chiffonne un peu, c'est que la discipline est née à partir d'une marque – celle du Dr. Janka, un médecin allemand – qui, plus qu'une autre, semblerait, selon ses experts, traiter efficacement les fameux déséquilibres cutanés.

Ça change quoi? Plutôt que de discuter rapidement avant de filer en cabine, on répond à un questionnaire étayé, qui va de l'âge aux conditions de travail, en passant par la génétique ou l'éventuelle prise de médicaments. Puis la spécialiste analyse la peau à la loupe avant de poser un diagnostic. Elle peut ensuite préconiser non seulement un traitement avec les fameux produits, mais aussi quelques séances de soin du visage. La cliente est donc accompagnée dans un rituel de soin bien encadré qui devrait lui permettre de retrouver une peau saine et de la garder.

En pratique? La première consultation coûte 15 €, mais l'addition grimpe vite si on signe pour des cessions de soins (à partir de 25 € le nettoyage de peau de base) et que l'on investit dans les produits (environ 60 € le pot de crème de 50 ml). Plus d'infos sur www.drjanka.fr et bientôt sur www.keratotherapie.com





LE NUTRIVITALISTE PART DU PRINCIPE QUE L'ON NE SE NOURRIT PAS DE CE QUE L'ON MANGE MAIS DE CE QUE L'ON DIGÈRE

Biontologie

C'est le petit nom que l'on a donné au chantre de la biontologie, Henri Chenot. Derrière ce terme se cache l'idée de prédire de manière assez précise l'état de santé des gens à quinze ou vingt ans pour mettre leur mode de vie au diapason. Tout se joue pendant les cures que l'on peut faire dans l'un des cinq centres Henri Chenot de la planète.

Les principes fondateurs? La chasse aux toxines est au cœur du programme. Car le trop-plein de déchets altère les fonctions organiques et induit des déséquilibres qui, à terme, peuvent conduire à la survenue de maladies diverses et variées en fonction des facteurs héréditaires de chacun. Le but consiste ici à faire la peau à ces toxines, mais aussi de viser une amélioration globale de la santé physique et psychique.

Ça change quoi? Chaque cure commence par une série de tests: analyse sanguine, tests bioénergétiques, évaluation du degré de toxicémie, scan de la composition corporelle et bien d'autres selon les profils. Une fois toutes les clés en main, l'équipe formée à l'académie de biontologie attaque sur tous les fronts et ne lésine pas sur les moyens high-tech! Le traitement par résonance cellulaire stimule, via des ondes à radiofréquences, les tissus cutanés, musculaires et les points d'acupuncture pour calmer les douleurs d'origine musculaire, articulaire ou encore les contusions. Enrichie en huiles essentielles, l'hydrothérapie vise à éliminer les toxines et les graisses. Quant au massage tendino-musculaire, il tonifie les muscles et les tendons tout en drainant profondément les tissus. Bref, on met le paquet pendant une petite semaine pour repartir du bon pied! A la fin du séjour, il n'y a plus qu'à suivre « l'ordonnance santé » mise au point par l'équipe d'Henri Chenot pour en prolonger les bienfaits longtemps...

En pratique? Le programme intégral Henri Chenot coûte 2700 € les six jours au palace Merano en Italie, le fleuron de ses centres. Plus d'infos sur www.henrichenot.com et www.palace.it

Nutrivitaliste

La nutrivitalité consiste à sélectionner les bons aliments (dans les deux sens du terme) au bon moment afin d'être toujours en forme. Et pourquoi pas, de s'alléger un peu au passage? Une méthode avec laquelle on se familiarise autant via des cours de cuisine sur le thème de la vitalité que par un coaching individuel pour ceux qui cherchent à réapprendre à manger.

Les principes fondateurs? Frédéric Marr, son inventeur, possède un diplôme universitaire en nutrition, mais aussi en naturopathie, et s'inspire largement des enseignements ancestraux comme l'Ayurvèda ou le régime Okinawa. Son mantra: « On ne se nourrit pas de ce que l'on mange mais de ce que l'on digère et que l'on assimile directement. Et pour digérer correctement et retrouver la vitalité, il faut connaître quelques règles de bon sens: dîner tôt pour laisser l'organisme se reposer, ne pas le surcharger en quantité et en variété d'aliments afin de ne pas dérégler la machine digestive... L'équilibre alimentaire se fait alors sur une journée, voire une semaine. Et comme on tire de l'énergie de ce que l'on digère, mais que la digestion demande de l'énergie, on apprend à optimiser ce ratio!

Ça change quoi? Pour une fois, la nutrition n'est pas associée à l'amaigrissement. D'ailleurs, Frédéric Marr, élevé en Corrèze, sait ce qui est bon. C'est pourquoi il enseigne aussi sa méthode via des cours de cuisine. Une approche peu exploitée en France mais qui fait déjà des émules en Belgique et au Canada. Plutôt que de demander à sa clientèle de tout changer du jour au lendemain, il préfère identifier quelle est sa plus grosse dérive nutritionnelle pour en déduire le meilleur levier. Sans supprimer des aliments, mais en ajoutant de nouvelles saveurs, car « la nature a horreur du vide ». Du coup, on a beau s'adonner à une alimentation qui comprend des huiles végétales en quantité, on finit tout de même par se délester de quelques kilos. Le tout en gardant une belle peau!

En pratique? La séance de coaching d'une heure et demie et le suivi par téléphone coûtent 120 €, et les cours de cuisine de deux heures, 65 €. Plus d'infos sur www.nutrivitalite.fr.