

## CRYOTERA

# Un coup de froid bénéfique

Largement utilisée pour la récupération musculaire des sportifs ou l'affinage des silhouettes, la cryothérapie s'avère également efficace dans le traitement de certaines maladies, comme l'ont démontré de récentes publications scientifiques.

**C**ONTRAIREMENT aux idées reçues, le froid peut être bénéfique pour le corps. Les sportifs y ont régulièrement recours en cas de blessure, mais aussi pour faciliter la récupération musculaire après un effort intense. En matière d'élimination des cellules graisseuses, la cryolipolyse, qui signifie littéralement « destruction des graisses par le froid », a déjà largement démontré son efficacité, puisqu'une séance permet d'éliminer jusqu'à 40% des cellules graisseuses ciblées par l'appareil. Les cellules graisseuses qui sont gelées pendant la séance disparaissent progressivement et quittent le corps suivant un processus d'élimination naturel. Selon les études scientifiques, la cryolipolyse constitue une alternative efficace à la liposuction sans l'ensemble des effets secondaires que représente une intervention chirurgicale.

Le pôle de cryothérapie de Limoges propose différents types de prestations : un traitement local par un jet d'air pulsé refroidi à  $-150^{\circ}\text{C}$  et une cabine permettant l'immersion complète dans un froid sec. Réalisés avec du matériel médical aux normes CE, les traitements localisés permettent de lutter contre les troubles musculosquelettiques, les entorses, les tendinites, mais ont aussi des vertus esthétiques (réduction des pores de la peau, raffermissement du visage qui procure un effet bonne mine immédiat).



▲ La cabine permet de refroidir tout le corps.

## RÉSULTATS ENCOURAGEANTS

L'immersion totale (de la tête aux pieds) dans une chambre hermétique (seul équipement disponible dans la région), à très basses températures pendant 3 à 5 minutes, est très appréciée par les sportifs car cela accélère la récupération musculaire. Ce procédé naturel et non invasif soulage également les douleurs chroniques et inflammatoires,

les dorsalgies, l'arthrose, la polyarthrite, la fibromyalgie, les SEP... L'équipe du centre de Limoges accompagne les clients avant et pendant la séance, pour les rassurer et faire en sorte que tout se passe bien. « C'est surtout lorsqu'on sort de la cabine et qu'on revient à la température ambiante, que le corps réagit en sécrétant diverses hormones naturellement, comme la sérotonine ou les endorphines. Cet outil, permettant d'abaisser la température cutanée de manière homogène durant 3 à 5 minutes pour créer un choc thermique, amène le cerveau à générer des réflexes naturels d'adaptation et de protection », explique Emeric Verdavaire, le responsable du centre limougeaud.

Deux récentes publications scientifiques confortent les bienfaits de la cryothérapie dans le traitement médical de certaines maladies comme la polyarthrite rhumatoïde. « Les médecins ont constaté la diminution des douleurs chroniques et inflammatoires avec un protocole de séances répétées de cryothérapie, qui se traduit par une importante baisse de raideur des membres et facilite grandement la sollicitation quotidienne des articulations des mains notamment. Les études menées dans le service ORL du CHU de Reims ont également prouvé l'efficacité de la cryothérapie pour soigner les pertes d'odorat engendrées par le virus de



▲ Le pôle de cryothérapie de Limoges propose plusieurs types de prestations.

la Covid. Une cure de cinq séances rapprochées pousse le corps à sécréter une hormone anti-inflammatoire et permet aux patients de retrouver leur capacité olfactive », précise le gérant, qui espère que cela accélérera l'amélioration de la prise en charge de ces traitements par les mutuelles.

## CRYOTERA

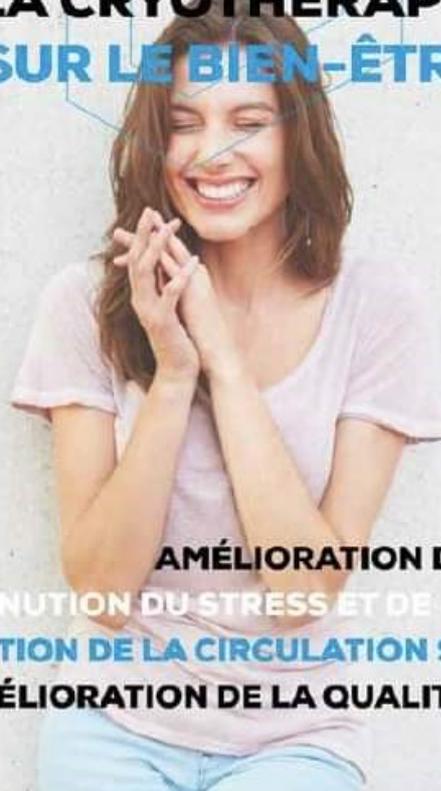
18-20, boulevard Victor-Hugo  
87000 LIMOGES

► **LE CENTRE EST OUVERT**  
du lundi au vendredi, de 9 h à 19 h,  
et le samedi, de 9 h à 13 h et de 14 h à 17 h.

Tél. 05 55 90 08 67

[www.cryotera.fr](http://www.cryotera.fr)

## LA CRYOTHÉRAPIE SUR LE BIEN-ÊTRE



**AMÉLIORATION DU SOMMEIL**

**DIMINUTION DU STRESS ET DE L'ANXIÉTÉ**

**ACTIVATION DE LA CIRCULATION SANGUINE**

**AMÉLIORATION DE LA QUALITÉ DE VIE**



**CRYOTERA®**  
PÔLE DE CRYOTHÉRAPIE

**SÉANCE  
DE CRYOTHÉRAPIE :**

**EN DUO : 50 €**  
(soit 25 € par personne)

**VALABLE**  
du 1<sup>er</sup> juillet au 31 août 2022

**CONTACTEZ-NOUS :**  
18-20 boulevard Victor-Hugo  
87000 Limoges

05 55 90 08 67

[contact.limoges@cryotera.fr](mailto:contact.limoges@cryotera.fr)