

## **Etude sur une Turbocure – Traitement avec la technologie SoniC Resonance**

Maigrir vite et bien, c'est le vœu de beaucoup de femmes dans notre société actuelle. Toutefois, la plupart du temps, perdre rapidement est synonyme de perte d'eau, de glycogène, stock de glucides dans l'organisme, et de masse musculaire et non de graisse, avec pour conséquence une reprise pondérale rapide et plus encore, c'est le phénomène du yoyo tant redouté. Le désir de toute personne en surpoids est de perdre de la graisse et d'amincir sa silhouette en perdant des centimètres à la taille, de conserver ses muscles et d'améliorer santé.

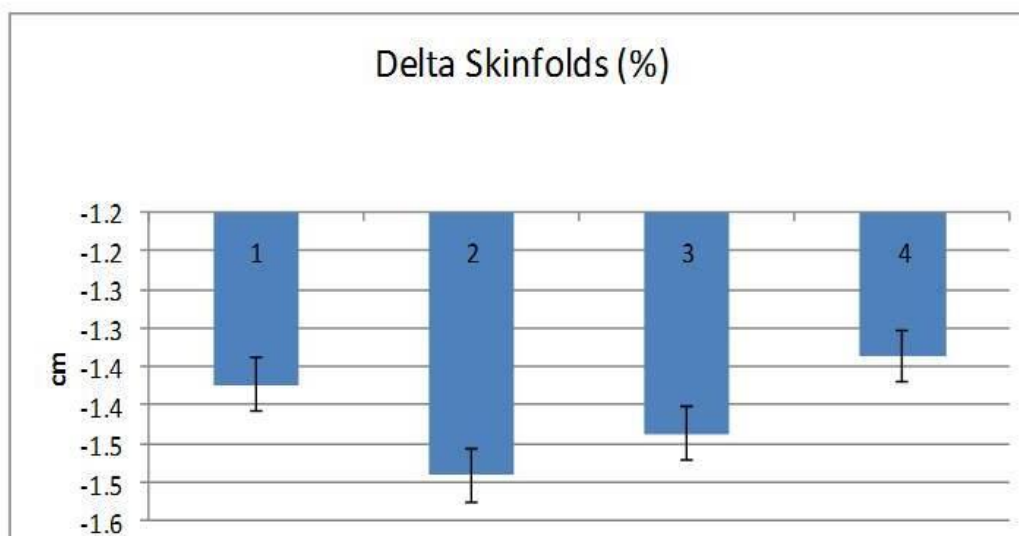
Grâce à un **nouveau concept**, que nous avons pu tester lors d'une étude clinique, ce but a été atteint déjà après une semaine en environ. Il s'agit d'un concept alliant le port d'une **ceinture à ultrasons diffus à un programme d'entraînement avec exercices aérobies supervisé par un coach** ainsi que d'une alimentation équilibrée légèrement hypocalorique 1200-1500 kcal par jour sur une durée de 7 jours consécutifs. Les mesures anthropométriques ont été effectuées par un médecin et celles de la composition corporelle l'ont été à l'aide d'une balance impédancemétrique Tanita 418 segmentaire mesurant membres supérieurs, membres inférieurs et tronc. La ceinture à ultrasons diffus *SoniC Resonance* est portée à la taille, à hauteur de l'ombilic. Les ultrasons diffus *SoniC Resonance* ont pour conséquence une **mobilisation accrue des graisses dans le tissu sous-cutané**, région généralement très résistante à l'amaigrissement. Une activité physique parallèle, tapis roulant, elliptique, etc, permet de brûler en parallèle les acides gras libérés par le tissu adipeux.

### **Déroulement de l'étude**

11 femmes en surpoids à obèses ont été étudiées, âge moyen 41 ans, taille moyenne 1.60 m, durée de l'étude 6 jours à raison d'une séance par jour de 40 minutes d'exercices modérés, aérobies, avec port de la ceinture à ultrasons sous supervision d'un coach, alimentation équilibrée légèrement hypocalorique 1200-1500 kcal par jour.

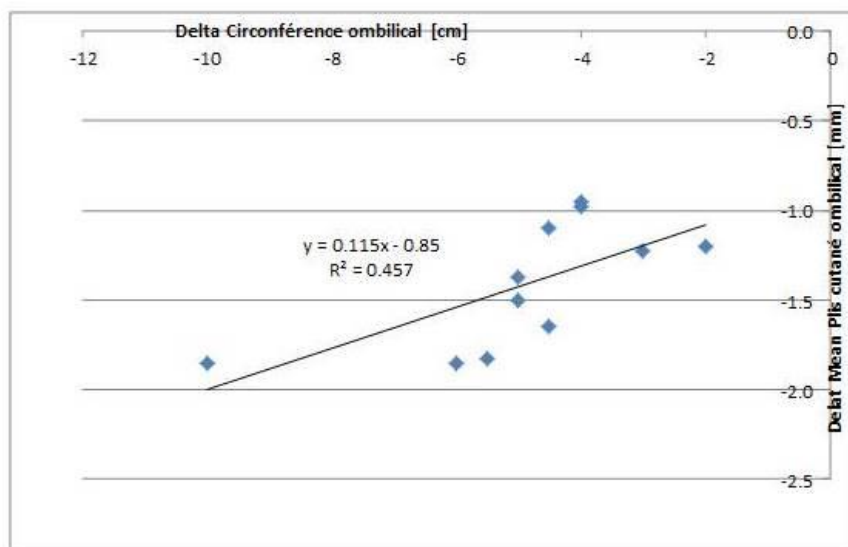
<b>Poids</b> de départ moyen 81.9 kg, poids après l'étude 80.4 kg.	Delta	- <b>1.5 kg</b>
<b>Tour de taille abdominal</b> moyen au départ 96 cm, après 91 cm.	Delta	- <b>5.0 cm</b>
<b>Plis cutanés</b> ombilic 4 plis moyens départ 28.8 cm, après 27.3 cm.	Delta	- <b>1.5 cm</b>
<b>Masse grasse moyenne en kg</b> départ 33.9 kg, après 32.9 kg.	Delta	- <b>1.0 kg</b>
<b>Masse grasse moyenne en % au niveau du tronc</b> départ 37%, après 35.9%.	Delta	- <b>1.1%</b>
<b>Masse maigre</b> moyenne départ 49 kg, après 49 kg.		<b>identique</b>
<b>Pression systolique moyenne</b> départ 136, après 126 mm Hg.	Delta	- <b>10 mm Hg</b>
<b>Pression diastolique moyenne</b> départ 86, après 79 mm Hg.	Delta	- <b>8 mm Hg</b>

Baisse des 4 différents plis cutanés abdominaux ombilicaux (mesurés « blind ») au cours du traitement. Notez la bonne consistance des résultats



Corrélation significative ( $r = -0.68$ ) entre les changements de circonférence ombilicale & ceux des plis cutanés:

(Une baisse de 10 cm de circonférence abdominale correspond à une diminution moyenne des plis cutanés de 12 mm)



## Discussion et Conclusions

L'étude clinique effectuée sur 11 sujets en surpoids, voire obèses, a permis d'évaluer l'efficacité de ce nouveau concept de perte de tissu adipeux, alliant l'utilisation d'une ceinture à ultrasons diffus *SoniC Resonance*, associée à un programme d'exercices physiques modérés quotidiens d'une durée de 45 minutes sur 7 jours avec une alimentation légèrement hypocalorique. Généralement, les pertes de poids obtenues à très court terme sont constituées d'une perte d'eau et de glycogène, voire de masse musculaire, mais très peu de graisse. En revanche, nous avons été surpris des résultats finaux de l'étude. En effet, au terme de ce programme, nous avons assisté à une **perte exclusivement de graisse**, perte de 1 kilo de graisse, qui se traduit par un déficit d'environ 8000 kcal tout en

conservant totalement la masse maigre, donc la masse musculaire. Ceci est très important pour éviter la survenue d'un effet yoyo. Cette perte de graisse est confirmée par la diminution de la somme des plis cutanés au niveau de l'ombilic, témoin d'une réduction de tissu adipeux sous-cutané, région extrêmement résistante à l'amaigrissement. On trouve également une diminution notable de la circonférence abdominale avec une perte de 5 centimètres, ce qui équivaut pratiquement à **une diminution d'une taille de vêtements. Cette diminution est corrélée à la diminution du tissu adipeux sous-cutané au niveau de l'ombilic** (schéma). De plus, après une semaine de programme, il existe une diminution autant de la tension systolique que de la tension diastolique entre 8 et 10 mm Hg, favorable pour la santé.

Dans les perspectives futures, il serait dès lors envisageables de proposer un **traitement « on-off »** c'est-à-dire une semaine de cure turbo, alternée avec deux semaines sans exercices prescrits... jusqu'à obtention du résultat attendu. En effet, pour le patient, il est plus facile de se concentrer sur le programme intensif pendant une semaine, puis d'avoir 2 semaines d'activité libre tout en maintenant une alimentation très légèrement hypocalorique. A la toute fin du programme, il faudra bien sûr que le patient choisisse un programme d'activité physique régulier adéquat et qui lui plaise afin d'éviter la reprise pondérale.

*Vevey – décembre 2014*

*Dr. Dominique Durrer-Schutz*