

Soigner son apparence... et sa santé

Marie-France Léger

La Presse

L'acupuncture esthétique gagne en popularité au Québec. Son approche non invasive et globale rassure la clientèle, de plus en plus nombreuse à chercher une voie conciliant bien-être et prévention. Elle s'adresse à des femmes et des hommes de tous les âges, et leur procure, outre la détente, un meilleur sommeil et une meilleure digestion, des bénéfices notables sur l'apparence de la peau du visage.

Stéphanie Plamondon, acupunctrice chez Noblessence à Montréal, reçoit maintenant plusieurs clientes en acupuncture esthétique pour des séances d'une heure, au coût de 100 \$. Les effets se font sentir dès le premier traitement. « Le visage est plus lumineux, il y a une clarté nouvelle. Ce sont les premiers signes. » Pour une peau jeune, la norme sera de quatre traitements assez rapprochés. Si une personne a des rides plus profondes, on suggère de 8 à 10 traitements.

En acupuncture, une ride n'est pas seulement l'indicatif du temps qui passe, elle représente surtout une manifestation de l'état de santé global. « Le protocole prendra en considération les déséquilibres de la personne. Une meilleure apparence sera soutenue par une meilleure condition du métabolisme. Pour obtenir des résultats durables, il faut faire un travail en profondeur », explique le président de l'Ordre des acupuncteurs du Québec, Raymond Bourret.

L'intérêt de l'acupuncture esthétique, ou du *lifting* par acupuncture, c'est qu'elle permet un travail sur tout l'organisme, par exemple sur la circulation des liquides corporels, sans qu'il y ait injection d'une substance étrangère ou passage sous le bistouri.

On compte quelque 800 professionnels de l'acupuncture au Québec, qui doivent suivre un cours de trois ans au collège Rosemont pour décrocher leur diplôme. À cela s'ajoute une formation d'une trentaine d'heures pour se spécialiser en esthétique.

« L'apparence physique nous permet aussi de constater que l'individu est en bonne santé. L'acupuncture est une technique d'harmonisation des différents états du corps, qui se pratique idéalement quatre fois par année, à tous les changements de saison », souligne également Raymond Bourret.

Séance type

Durant une séance, qui dure entre une et deux heures, le praticien procède à un bilan de santé globale chez son patient, afin d'évaluer les énergies plus faibles. Il stimule ces zones plus fragiles et attire davantage d'énergie au niveau du visage. « Il est important de tonifier l'énergie du corps et la circulation sanguine pour un meilleur résultat au visage », explique l'acupunctrice Karine Perreault, qui travaille dans un institut de soins esthétiques de Saint-Hilaire.

Le praticien fait une lecture du visage de la personne traitée : la qualité de la peau, l'éclat, le teint, la couleur, l'endroit où se trouvent les rides les plus marquées.

M^{me} Perreault se sert par la suite d'un stimulateur électromagnétique qu'elle déplace sur les points d'acupuncture des méridiens du visage. Ce petit appareil permet de contracter le muscle facial. Elle pose également des aimants sur les points plus difficiles d'accès ou plus douloureux. D'autres acupuncteurs pratiquent plus simplement un massage du visage avec un petit rouleau chinois, pour favoriser la détente de la peau.

Vient ensuite le temps d'installer une quinzaine d'aiguilles sur le corps du receveur (bras, thorax, jambe et pied) et entre 15 et 20 sur son visage, selon l'état de santé.

Après le retrait des aiguilles, le patient se retourne sur le ventre pour une courte séance de points dans le dos. « Ces points sont aussi pertinents à travailler pour stimuler les organes » précise M^{me} Perreault, qui termine ses séances par un massage enveloppant du dos.

« Le résultat est graduel. Ce n'est pas de la chirurgie », prévient-elle.

Karine Perreault demande 150 \$ pour une séance de deux heures. Les praticiens dans le domaine suggèrent à peu près tous une série

de quatre traitements rapprochés et recommandent de faire un suivi à chaque changement de saison. Les acupuncteurs remettent des reçus pour permettre le remboursement d'une partie des frais.