



3.4 Les pianotements

Ce sont des techniques de percussion effectuées avec la pulpe des doigts des deux mains, chaque doigt travaillant en alternance. La manœuvre est vive et réalisée en se déplaçant le long de la zone concernée.

Ils activent la circulation sanguine locale et stimulent les terminaisons nerveuses permettant d'améliorer la tonicité des tissus et leur renouvellement cellulaire. On les effectue sur les parties atones du visage ainsi que le contour des yeux.

3.5 les foulages - lissages

Ce sont des techniques effectuées avec la pulpe du majeur dans un mouvement de va-et-vient. La main non directrice va maintenir les tissus de part et d'autre de la ride avec l'index et le majeur posés à plat et écartés en V (les deux mains sont face à face). Le majeur de la MD effectuera un mouvement appuyé en allant vers le V tout en décollant le tissu au niveau de la ride puis il s'éloignera du V dans un mouvement vif et léger. Ce mouvement s'effectue tout en faisant progresser la MND le long de la ride. Arrivées au bout de la ride, les deux mains retournent à leur point de départ en un mouvement de lissage.

Ces manœuvres permettent de créer une hyperémie et de libérer les adhérences afin d'assouplir la peau.

On effectue ces techniques sur les peaux vieillissantes, ridées. Elles peuvent être effectuées en prévention du vieillissement sur les autres types de peau en institut.

3.6 Les torsions

Ce sont des manœuvres effectuées sur le trajet d'une ride. On pose les index face à face à l'extrémité d'une ride et on se déplace, le long de la ride, en croisant les index alternativement de façon à créer un Z avec la peau. Ces manœuvres créent une hyperémie et libèrent les adhérences cutanées au niveau de la ride provoquant une amélioration de la régénération cellulaire et un léger regonflement au niveau du creux de la ride. Le mouvement s'effectue en aller retour sur chaque ride, 3 fois.

3.7 Les tourbillons

Ces manœuvres sont effectuées au niveau des rides de la patte d'oie, de la ride du lion et du sillon nasogénien.

Ce sont des techniques effectuées avec la pulpe du majeur dans un mouvement de rotation. La main non directrice va maintenir les tissus de part et d'autre de la ride avec l'index et le majeur posés à plat et écartés en V. Le majeur de la MD effectuera un mouvement appuyé en allant vers le V tout en effectuant des petites rotations sur la ride. Arrivé au bout de la ride, le majeur retourne à son point de départ en un mouvement de lissage.

Ces manœuvres permettent de créer une hyperémie et de libérer les adhérences afin de favoriser le regonflement de la ride.

On effectue ces techniques sur les peaux vieillissantes, ridées.