

**Zeitschrift:** Aînés : mensuel pour une retraite plus heureuse

**Herausgeber:** Aînés

**Band:** 11 (1981)

**Heft:** 4

**Rubrik:** Votre beauté Mesdames. Partie 5, Vous pouvez être jolies à tout âge!

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## Votre beauté Mesdames

Dr Henri Koechlin

# Vous pouvez être jolies à tout âge! (V)

(Voir nos derniers numéros)

### Les hanches

Nous arrivons aux hanches, qui font le désespoir de certaines femmes. Disons qu'un corps pratiquement sans hanche est un corps de garçon, et qu'un joli corps de femme doit en avoir. Faisons une remarque en passant: un corps très mince porte bien la toilette mais n'est ni beau ni désirable une fois déshabillé. Par contre, un corps sculptural porte moins bien la toilette mais est superbe en costume de bain. Deux mots à propos du costume de bain. La plupart des jeunes filles pensent qu'elles plairont davantage en montrant le plus possible de leur corps: c'est souvent faux! Le très petit slip de bain, passant très au-dessous de la taille, allonge inesthétiquement le buste et, la démarche, vue de dos, est tout à fait disgracieuse. Mais, les femmes se regardent de face, dans le miroir!... De même, la nudité complète ou presque d'une femme marchant sur une plage, est un anti-aphrodisiaque parfait! Entendons-nous sur le mot «hanche» qui est la «jointure du fémur avec l'os du bassin». Il y a des différences dans le squelette: certaines femmes ont un bassin étroit, d'autres un bassin large auquel on ne peut rien changer. Mais, ce qui est gênant parfois, c'est la rondeur exagérée plus bas que la ceinture, au niveau de la tête du fémur; cette rondeur est due au capiton graisseux qui recouvre l'os, le «trochanter». A cet endroit, le massage et la gymnastique aideront à éviter un dépôt exagéré, dépôt qui est parfois très disgracieux, marquant une largeur de hanches exagérée très en dessous de la taille. Si la gymnastique et des massages très fermes sont impuissants, il reste, dans des cas extrêmes, l'opération chirurgicale. Hélas, même entre des mains très expertes, on n'est pas sûr d'un galbe parfait parce que, dans cette région où

on résèque une importante couche graisseuse, il se fait en profondeur des résorptions et des rétractions parfois tardives qui rendent la surface irrégulière. Enfin, des cicatrices restent très visibles. Remarquons cependant que ces «cellulites», comme on les nomme en général, sont moins fréquentes à notre époque où la jeunesse fait beaucoup plus de sport et de gymnastique qu'autrefois.

### Les jambes

Enfin, pour être complet dans cet examen du corps féminin, disons deux mots des jambes. On ne peut rien changer à leur forme, sauf que le sport quel qu'il soit (gymnastique, basketball, tennis, etc.) développe les muscles et empêche des dépôts graisseux aux cuisses — le massage est aussi à conseiller. Quant aux mollets, on ne peut rien tenter s'ils sont trop gros: leur peau est épaisse et très peu élastique et une diminution chirurgicale est impossible. Un resserrement de la peau par une résection d'une bande verticale de celle-ci, comprimerait les veines et les artères et aboutirait à une nécrose; c'est ce qui est arrivé il y a une soixantaine d'années à un professeur de chirurgie parisien bien connu, qui avait tenté de diminuer le calibre des jambes d'une danseuse et tout s'était terminé par une amputation! Le procès a été mémorable!

Par contre, on peut faire beaucoup de choses pour la peau des membres inférieurs: premièrement, les épiler, car les jambes poilues sont affreuses! Il n'y a que l'embarras du choix parmi les crèmes qui sont offertes à cet usage.

La qualité de la peau du mollet varie beaucoup d'une personne à l'autre: si elle est irrégulière et rugueuse, ce qui est déplaisant, on peut alors la frotter régulièrement à la pierre ponce, mais il existe beaucoup de crèmes qui aideront à obtenir et à garder une jolie peau.

A notre époque, on est enfin arrivé à confectionner des bas sans couture! Autrefois, il y avait cette affreuse couture derrière le mollet qui, refusant parfois de rester verticale, paraissait alors vêtir des jambes courbes!

### Les pieds

Pour terminer, parlons des pieds. Il y a eu et il y a encore des modes absurdes concernant les chaussures, car la mode est un éternel recommencement! Leur forme pointue ne correspond nullement à l'anatomie d'un pied: elle rapproche les orteils les uns des autres et force la position du gros orteil vers la ligne médiane avec, pour conséquence, ce qu'on appelle un oignon —

«halus valgus», en terme médical. Celui-ci devient parfois très douloureux, si douloureux qu'il faut recourir à une opération chirurgicale. Pour celle-ci, il existe plusieurs méthodes dont aucune n'est parfaite (car s'il en existait une vraiment très bonne, on renoncerait sans doute aux autres). Ceci est l'affaire du chirurgien orthopédiste.

Ce qui est absurde aussi, c'est la mode des talons hauts. Elle fait porter le poids du corps, non sur l'os calcanéum (le talon du pied) mais sur l'articulation des orteils, «l'articulation tarso-métatarsienne» qui n'est pas prévue pour ce poids; ceci provoque une démarche raide et sans grâce, et fait courir le risque, lors d'un faux pas, d'une fracture de la cheville, accident dont j'ai vu de nombreux exemples. Ajoutons, entre parenthèses car cela n'a rien à voir avec notre examen du corps féminin, que les talons aiguilles sont désastreux pour les parquets et les tapis!

Si les femmes se faisaient filmer lorsqu'elles marchent, elles corrigeraient la hauteur exagérée de leurs talons, la longueur de leurs pas et la manière dont elles commencent à poser le pied sur le sol, soit sur la pointe, soit sur le talon, bref, elles se rendraient compte de la qualité de leur démarche. Par manque d'équilibre, ces chaussures portent le poids du corps en avant, empêchant la démarche d'être souple, aisée et élégante.

Enfin, Mesdemoiselles et Mesdames, habillez-vous avec goût, dans des tons et nuances qui s'assortissent entre eux et qui sont favorables à votre peau et à votre coiffure.

Vous pouvez toutes, si vous en prenez la peine, être, sinon jolies, du moins avoir du charme!

Dr H. K.

