

## Pourquoi les soutiens-gorge à la taille mal adaptée peuvent rendre malade



La plupart des femmes porteraient des soutiens-gorge trop grands ou trop petits ce qui peut avoir des conséquences notamment sur le dos et les épaules.

Avec Robin Mookherjee

### **Atlantico : Il semblerait que 70 à 80% des femmes ne choisiraient pas la bonne taille de soutien-gorge. Quels sont les risques encourus par les femmes ne portant pas un soutien-gorge à leur taille ?**

**Robin Mookherjee** : Le risque principal lorsque l'on porte un soutien-gorge c'est d'avoir mal, d'être très serré. Mais il n'y a pas de conséquences sur les seins eux-mêmes. Il est certain qu'un soutien-gorge à baleine peut irriter en dessous des seins ou déclencher des douleurs sur les côtés. Je ne pense en revanche pas qu'ils puissent causer des problèmes de respirations, il s'agit d'affirmations un peu exagérées.

Cela n'empêche pas non plus la circulation sanguine car la zone est trop délimitée. Pour des questions de mode, les femmes peuvent vouloir rapprocher et remonter leurs seins, pour que cela déborde. Mais cela finit par faire mal et peut irriter de la peau. Il y a toutes les tailles donc autant porter la bonne. Des patientes qui ont des très gros seins peuvent avoir du mal à trouver leur taille et sont parfois obligées de porter des soutiens-gorge serrés. Alors qu'il est douloureux d'avoir des gros seins qui font mal aux épaules, cela en rajoute une couche au niveau du dos.

Il n'y a aucun risque à porter un soutien-gorge trop grand, c'est un problème esthétique, les seins risquent de pendre. Mais cela n'accélère pas le vieillissement des seins qui est lié à la génétique et au poids des seins. Le poids des seins, une peau de mauvaise qualité, et les changements de poids abîment les seins énormément. Au-delà d'un bonnet D, automatiquement les seins s'abîment malgré les soutiens-gorge.

### **Quels conseils donneriez-vous pour bien choisir son soutien-gorge ?**

Déjà il s'agit de faire confiance à la personne qui sait, qui connaît bien les tailles, et qui saura vous conseiller. Ne pas chercher soi-même, car toutes les marques changent. C'est un peu comme un jean. Et c'est une question de confort personnel. Cela les aide beaucoup plus à supporter le poids, la répartition du poids leur permet de moins souffrir qu'avec des soutiens-gorge avec des baleines par exemple.

Les douleurs se font ressentir au-dessus des épaules, on fait souvent des interventions pour soulager des pressions sur les épaules et le dos. Et le soutien-gorge s'il est mal réglé peut venir aggraver ces douleurs.

Je dirais que ce dont il faut le plus se méfier se sont les prothèses "push-up" que beaucoup de femmes à petites poitrines utilisent pour regonfler leurs seins. Il s'agit de prothèses en plastique qui ne sont pas bonnes pour la peau, certains matériaux sont allergisants

---

et irritants pour l'épiderme.