

La medicina estética en Navidad



DR. AVELINO REY RODRÍGUEZ
Máster en Medicina Estética

Con la llegada de la Navidad, llegan también las cenas y las fiestas con la familia y los amigos, en las que buscamos estar más radiantes que nunca. Para ello muchos pacientes recurren a los tratamientos que la medicina estética nos brinda y nos permiten conseguir ese aspecto más atractivo.

Así, realizamos rellenos de ácido hialurónico o microinfiltraciones de toxina botulínica para eliminar esas arrugas que nos molestan, o bien podemos realizar tratamientos que mejoran y revitalizan la piel mediante infiltraciones de vitaminas o *peelings* faciales. Podemos recurrir también a aparatología específica como la radiofrecuencia, para luchar contra la flacidez de la piel...

Todo ello nos permitirá lucir un atractivo aspecto en nuestras celebraciones navideñas.

Pero como todos los años, se marcharán los Reyes Magos y en la mayoría de los casos nos daremos cuenta que además de los merecidos regalos, nos habrán dejado algunos kilos de más, situados en los lugares menos deseados.

Es en ese momento cuando desde la Medicina Estética podemos plantear los tratamientos más efectivos para remodelar y recuperar la silueta corporal.

Para poder dar un resultado satisfactorio a nuestros pacientes, tenemos que seguir un protocolo de trabajo completo en el que combinamos distintos pasos y técnicas.

1.Diagnóstico: Debemos partir de un correcto diagnóstico para recoger toda la información necesaria para poder plantear el tratamiento más personalizado a cada caso, descartar cualquier contraindicación parcial o total y conocer la situación fisiológica y patológica del paciente. Tenemos que conocer las causas para solucionar las alteraciones estéticas.

2.Dieta: En todas las alteraciones estéticas corporales, pero más concretamente en el sobrepeso, es imprescindible la complementa-

ción de una dieta adecuada. Existen, y utilizamos en la clínica, distintos tipos de dieta que nuestro departamento de Dietética y Nutrición seleccionará y adaptará a cada caso para hacer más fácil su realización y más eficaces sus resultados. Dietas bajas en hidratos, dietas hipocalóricas, dietas hiperproteicas, dietas proteinadas,... las opciones son muy variadas y la correcta elección es básica en cada paciente.

Pero la dieta debe ir acompañada de alguna de las distintas técnicas que permitirán no solo adelgazar, sino lo que es más atractivo: Remodelar el cuerpo.

3.Masaje manual y mecánico: Para iniciar el drenaje y la remodelación en alteraciones muy suaves o como inicio de tratamiento en todos los casos, podemos realizar agradables sesiones de remodelado corporal mediante la aplicación de una aparatología específica como es LPG, que nos brinda la posibilidad de movilizar y drenar el tejido afectado, al igual que con masajes manuales y aplicación de productos cosméticos específicos.

4.Mesoterapia: Es una de las técnicas más experimentadas en los tratamientos de Medicina Estética corporal. Consiste en múltiples microinfiltraciones de distintas mezclas o cócteles mesoterápicos realizados de modo manual o ayudados por modernas pistolas y destinados a mejorar la funcionalidad de los tejidos tratados. Así tenemos mezclas drenantes, activadoras de la microcirculación, estimulantes de la lipólisis, anticelulíticas, tonificantes,... y debemos adecuarlas a la situación de cada paciente y variarlas según su evolución.

5.Carboxiterapia: En este caso mediante un moderno equipo de electro-medicina, las infiltraciones son de un gas (CO2 medicinal) activador de la microcirculación que, además de lipolítico y anticelulítico, es especialmente tonificante del tejido y evita la flacidez que puede aparecer después de la pérdida de volumen.

6.Cavitación: Los equipos de ultrasonidos se han utilizado desde



Carboxiterapia, realizada con moderna aparatología médico-estética.

hace mucho tiempo en Medicina Estética, pero reaparecen ahora con unas características muy particulares, son capaces de generar microburbujas dentro del tejido graso y pueden romper los adipocitos que contiene la grasa. Es un

tratamiento específico de la adiposidad localizada.

7.Cryomesoforesis: También conocida como la mesoterapia virtual es un procedimiento no-invasivo e indoloro. Es un sistema que permite la conducción transdérmica de los productos farmacéuticos y cosméticos pero sin utilizar agujas. Esto permite que los ingredientes activos logren pasar a través de la epidermis y sean absorbidos directamente por el organismo. La mesoterapia virtual se puede utilizar para tratar celulitis, depósitos localizados de grasa y para tonificar el cuerpo.

8.Radiofrecuencia: La aplicación de ondas de radiofrecuencia tiene una acción tonificante evitando la flacidez y reestructurando el tejido afectado, devolviendo la ter-

minación y consistencia a la piel.

9.Plataforma oscilante: La oscilación rítmica y controlada de la superficie de apoyo de los pies ocasiona múltiples contracciones musculares compensatorias, lo que se traduce en una actividad física indirecta que nos ayuda a "quemar" la grasa liberada en los tratamientos y, sobre todo, a mejorar el tono muscular ayudando en el proceso de Remodelado.

Como se puede apreciar hemos de disponer de múltiples técnicas que combinadas adecuadamente nos permitirán solucionar todos los casos que se presenten en la Medicina Estética actual.

Un buen diagnóstico y una buena propuesta serán los elementos básicos para lograr el objetivo del Remodelado Corporal Integral.

Muchos pacientes recurren a tratamientos para estar atractivos en las fiestas; otros acuden tras Reyes con unos kilos de más

Frutos Secos en Navidad y Siempre



www.elnogal.com