

Medicina estética, la alternativa no quirúrgica para cuidar rostro y cuerpo

» El *botox* y los rellenos faciales atenúan las arrugas
» La cavitación es lo más novedoso en tratamientos corporales

REDACCIÓN [VIGO]

Las fiestas navideñas son, junto al verano, las épocas en las que más le exigimos al cuerpo y el rostro desde el punto de vista estético. Antes de acudir a cenas familiares y comidas de empresa son muchos los que se quieren regalar un plus de belleza, lo que genera un aumento de la demanda de tratamientos, principalmente faciales, en las clínicas de medicina estética.

Entre los procedimientos no quirúrgicos más demandados se puede destacar el denominado denervación biológica, que utiliza la toxina botulínica (el conocido *botox*) para atenuar o controlar las arrugas de expresión.

También son muy solicitados los rellenos faciales, que permiten atenuar o eliminar las arrugas, los surcos o las secuelas de la piel, así como definir, aumentar o remodelar el contorno de labios, pómulos o mentón.

En este tipo de procedimientos se utiliza, principalmente, el ácido hialurónico. "Se ha convertido en el relleno universal, ya que no conlleva complicaciones ni provoca efectos secundarios", explica el doctor Avelino Rey, médico estético. Además, la duración de sus efectos se ha ido prolongando hasta alcanzar prácticamente un año, dependiendo de las características de cada paciente. "Si una persona tiene una arruga poco marcada, con una sesión se solucionaría el problema. De todas formas, yo prefiero poner poco producto y hacer varias sesiones a poner mucho producto en una sola sesión. No sólo porque el cambio sería más brusco, sino porque el resultado es más satisfactorio si se hace de manera progresiva", apunta Rey.

Para recuperar el tono de la



piel, lo más conveniente es someterse a algún tratamiento anti-flacidez. Para ello existen técnicas como la mesoterapia facial, que combate el anti-vejecimiento mediante microinfiltraciones de sustancias revitalizantes, vitaminas o plasma enriquecido en plaquetas, que se obtiene del propio paciente.

También existen otro tipo de sustancias más específicas que se inyectan en la piel. La más novedosa es la combinación de ácido hialurónico y betafosfato tricálcico, comercializado bajo el nombre de Atlean, con el que se consiguen efectos prácticamente inmediatos en el remodelamiento y tonificación cutánea.

Después de las fiestas

Pasadas las fiestas navideñas, los procedimientos más so-

El ácido hialurónico es el producto más utilizado en los rellenos faciales. // Joel Martínez

solicitados en las clínicas de medicina estética son los corporales, y dentro de estos, aquellos destinados a combatir el sobrepeso.

Como complemento a las dietas, existe una gran diversidad de aparatología. La más novedosa es la cavitación. Esta técnica produce, a partir de ultrasonidos, unas microburbujas que rompen los adipocitos de la grasa localizada y la celulitis. "Hasta ahora existían muchas técnicas para reducir la zona donde se acumulaba la grasa, pero con la cavitación se puede destruir los adipocitos sin necesidad de una intervención quirúrgica", explica Rey.

Para que funcione hay que

someterse a varias sesiones y, además, hacerlas dentro de un programa que también incluye una alimentación específica o la práctica de ejercicio moderado.

Otro aparato muy utilizado es el LPG, un sistema de masaje mecanizado que remodela y complementa los tratamientos corporales.

También se puede utilizar la plataforma oscilante como ejercicio de mantenimiento. Este aparato provoca un desequilibrio que el cuerpo intenta compensar contrayendo los músculos. Al igual que todos los procedimientos anteriores, los resultados dependen también de la frecuencia con la que se utilicen. "Si eres muy constante y lo realizas todos los días, tendrás un resultado mucho mejor que si lo haces de manera esporádica", apunta Rey.

>>

Dietas, solución contra el sobrepeso

"No hay forma de enfocar un tratamiento contra el sobrepeso si no es a través de una dieta", declara el doctor Avelino Rey. En su clínica ofrecen la dietoterapia; esto es, aconsejan sobre la dieta más adecuada para cada persona, desde las hipocalóricas hasta las proteínadas.

En algunos casos, es suficiente con una "reeduación", asesorando al paciente sobre cuál es la manera más sana de comer para poder mantenerse en su peso.

Hay otras ocasiones en las que es necesario recurrir a dietas especiales, como la proteinada. "Es un tipo de alimentación en el que se consumen productos específicos, desarrollados a partir de proteínas de alto valor biológico", explica Rey. Existe una gran variedad de alimentos de este estilo, desde pan de proteínas hasta platos precocinados. "De esta forma, le damos muchas más posibilidades al paciente para que elija y pueda llevar una alimentación no monótona".

Dietas como la proteinada se utilizan, principalmente, en casos extremos de sobrepeso. Sin embargo, aquellos pacientes con no demasiados kilos de más pueden someterse a ella para obtener un resultado más rápido, siempre bajo la supervisión médica. "Esta dieta es una gran arma para luchar contra la flacidez y para tratar la tonificación del tejido", afirma Rey.

>>

Mesoterapia para combatir la celulitis

En el caso de la celulitis, el tratamiento médico estético más eficaz para combatirla es la mesoterapia, que consiste en infiltraciones superficiales de mezclas específicas de productos para reactivar los tejidos.