

# VIDA *Estética*

ESTÉTICA, HEALTHY LIFE & WELLNESS

ESPECIAL  
APARATOLOGÍA  
COSMÉTICA  
AVANZADA

ESPECIAL  
NAVIDAD  
Shopping on Top

## Llega el Invierno

Nº 465 **NOVIEMBRE** 2016 **5,90€**



9 771134 660002 >

ENTREVISTA  
Carlos Rodríguez

VITAMINA B  
Vitamina de la Belleza

PIERNAS LIGERAS  
Retención de líquidos

# ¡Cómo conseguir unas piernas ligeras!

Tratamientos específicos contra la retención de líquidos

“La presoterapia consiste en un masaje por estimulación mecánica que favorece tanto la circulación sanguínea como la linfática, muy utilizada en medicina estética para el tratamiento de la celulitis, cuya causa de origen siempre es una mala circulación superficial.”



Información:

**Dra. Pilar Govantes**

BIOSBCN Clínica de Medicina Estética

Balmes, 177 2º 1ª

08006 Barcelona

Tf.: 932 388 166

[www.biosbcn.com](http://www.biosbcn.com)

El agua es un componente vital del cuerpo, lo encontramos en distintas proporciones en todas las estructuras del organismo. Un poco más del 60% del peso de nuestro cuerpo se debe a este componente que se distribuye entre el tejido intracelular y el tejido extracelular. Al primero le corresponde el 60% del agua del organismo y al segundo el 40%. En este último, está incluida el agua que circula por el interior de los vasos arteriales, venosos y linfáticos y el agua intersticial causante de los edemas, comúnmente llamado “retención de líquidos”.

Existen diferentes tipos de edemas, locales o generales. Nosotros nos vamos a centrar en los locales y, más concretamente, cuando la retención de líquido se presenta en extremidades inferiores, uno de los motivos más frecuentes de consulta. Para estos casos, los tratamientos como la presoterapia y el láser de infrarrojos son muy efectivos para tratar este tipo de acumulación excesiva de líquido.

La presoterapia consiste en un masaje por estimulación mecánica que favorece tanto la circulación sanguínea como la linfática, muy utilizada en medicina estética para el tratamiento de la celulitis, cuya causa de origen siempre es una mala circulación superficial.

Se introduce la zona a tratar, la más frecuente son las extremidades inferiores, en unas botas de doble pared por lo general formadas por varias cámaras independientes entre sí, que se van inflando y desinflando de una forma cadencial, desde el pie hasta la ingle, siguiendo la trayectoria del retorno venoso con la ayuda de un compresor. Son ciclos de presión-descompresión y la programación variará según el tratamiento.

Las indicaciones son:

- Mejora del retorno venoso y linfático.
- Edemas venosos y/o linfedema.
- Celulitis
- Posliposucción

Es importante saber que, durante el tratamiento, la presión arterial puede subir unos 20 mm de Hg.

Los parámetros a seguir en el tratamiento de la retención de líquido son sesiones de 30 a 45 minutos en días alternos,

hasta un total de 15 sesiones.

El láser de infrarrojos es un amplificador de luz por emisión estimulada de radiaciones. La luz láser está formada por infinidad de partículas de energía (fotones) que se desplazan a la velocidad de la luz. Numerosos estudios han puesto de manifiesto las propiedades de este tipo de energía fotónica, demostrando su acción trófica, regenerativa, antiinflamatoria, antiálgica y de activación de la microcirculación.

Los láseres más utilizados para la retención de líquido son los denominados de baja potencia o láseres médicos, carentes de efecto térmico o ablativo. El que se emplea normalmente en el tratamiento de la retención es el de IR.

El laser IR basa su acción en la bioestimulación celular, provocando una estimulación en la producción de colágeno, así como una apertura de los esfínteres precapilares, estos datos apuntan hacia una correcta revascularización de la zona, mejora del edema, aumento del trofismo y normalización de la microcirculación, por lo que es de gran ayuda en el tratamiento de la retención de líquido y la celulitis.

La dosis empleada es de una densidad de energía de 13 julios por centímetro cuadrado y, aunque el número total de sesiones dependerá del estado del edema, por regla general se recomienda unas 15 o 20 sesiones con una frecuencia de aplicación de 2 a 3 veces por semana.

“Numerosos estudios han puesto de manifiesto las propiedades del láser de infrarrojos, demostrando su acción trófica, regenerativa, antiinflamatoria, antiálgica y de activación de la microcirculación.”