

VIDA *Estética*

ESTÉTICA, HEALTHY LIFE & WELLNESS

DOSIER

Tratamientos y
productos corporales

Especial Pestañas

THE BODY

Belleza ayurvédica

Nº 467

FEBRERO 2017 5,90€



9 771134 660002

00467



>

A close-up photograph of a person's hand pinching the skin on their hip. The hand is positioned on the left side of the frame, with the thumb and index finger pulling the skin together. The skin on the hip is light-colored and shows signs of cellulite, with a dimpled texture. The background is a soft, out-of-focus light color.

Cómo comba-
tir eficazmente la
celulitis: cuidados
y tratamientos

La celulitis o paniculopatía edemato fibro esclerótica, que es como debería llamarse, aparece en una de cada diez mujeres a partir de la pubertad y tiene diferentes factores que nos predisponen a padecerla:

Factor congénito: los genes son los genes y no siempre nos gusta lo que nos traen.

Factor endocrino: Es un hecho que aparece coincidiendo con cambios hormonales de la mujer, pubertad, embarazo, toma de anticonceptivos o menopausia.

Factores psicosomáticos: La ansiedad, el estrés...predisponen a la formación de celulitis

Factores dietéticos: es más importante tener en cuenta el tipo de alimento que la cantidad.
El tabaco y el alcohol son factores aceleradores.

Factores mecánicos: La microcirculación tanto linfática como sanguínea es el origen de todos los procesos de celulitis. También debemos tener en cuenta los tipos de celulitis, según su consistencia:

Celulitis dura o compacta: en esta la piel se presenta endurecida y consistente, suele aparecer en mujeres jóvenes y deportistas, se diagnostica con la prueba del pellizcamiento en la que aparece la piel de naranja, puede ser dolorosa, suele aparecer en las piernas y si no se trata a tiempo dura toda la vida.

Celulitis blanda o flácida: típica de personas sedentarias, también suele aparecer en personas que han sufrido cambios bruscos de peso. Es la más común, en este caso no sólo aparece la piel de naranja al pellizcarla, sino que a la presión la piel se hunde fácilmente. Aparece a partir de los 40 años en glúteos y muslos y no suele ser dolorosa.

Celulitis edematosa: se encuentra en mujeres de todas las edades. Se localiza exclusivamente en extremidades inferiores provocando piel de naranja que se observa a simple vista, las piernas se hinchan y engordan hasta adoptar un aspecto de columna. Puede resultar dolorosa al tacto y apreciarse nódulos a la presión.

Tratamiento

Dieta: Lo primero que debemos hacer es un control de lo que comemos y de nuestros hábitos de vida, si no cambiamos esas malas costumbres difícilmente vamos a responder al tratamiento en consulta.

Mis consejos son:

Beber 2 litros de agua al día.

No tomar hidratos de carbono de absorción rápida (como bollería, pasta italiana, es decir, azúcar y harinas en general).

Embutidos, excepto el jamón ibérico.

Alcohol.

En cuanto al ejercicio hay que dejar de lado el aeróbico y el *running* y cambiarlos por caminar una hora diaria a paso rápido y natación o *aquagym*.

Si eres fumadora y consigues dejarlo, será en la piel y la circulación donde primero vas a notar los beneficios y todo lo que mejore la microcirculación mejora la celulitis.

Carboxiterapia: El CO2 en primer lugar debilita las células del tejido graso debido a la presión de entrada del gas. En segundo lugar, dilata la zona provocando una mejor oxigenación de las capas de la piel, y al mismo tiempo, un aumento de la lipólisis. Como resultado el número de células grasas es menor, se estira la piel y se estimula el flujo sanguíneo, reduciendo la celulitis y la grasa localizada.

Laser: el laser terapéutico es el gran aliado en el tratamiento de la celulitis, tanto por su mejora circulatoria, como por su efecto antiinflamatorio y drenante. Se realiza acompañando a las sesiones de mesoterapia, consiguiendo así acelerar y potenciar los resultados y logrando una mejor calidad de piel.

Mesoterapia: Para aquellas que no conozcáis el término, es un tratamiento médico no quirúrgico que consiste en múltiples y pequeñas microinyecciones en el área que queremos tratar, con medicación homeopática, o productos farmacéuticos tradicionales y tiene como objetivo destruir las células donde se almacena la grasa (adipocitos), provocando la rotura y vaciamiento celular. Pero no sólo utilizamos fármacos para la lisis del adipocito, sino también para mejorar la circulación tanto sanguínea (microcirculación y retorno venoso) como linfática.

Hoy en día contamos con un fármaco específico para el tratamiento de la celulitis con el que estamos consiguiendo grandes resultados. Se trata de una mezcla de aminoácidos ramificados y no ramificados asociados a un sistema alcalinizante de la matriz extracelular, y una osmolaridad capaz de devolver el equilibrio a la morfoestructura del tejido adiposo.

Se aplica una media de diez sesiones con un intervalo de una semana.

La acción del tratamiento mejora si la combinamos con linfodrenaje.

Endermología y presoterapia, son dos sistemas de drenaje mecánicos que podemos utilizar como complementos de los otros tratamientos o ser suficientes por sí solos.

El tipo de celulitis, la localización y el tiempo de evolución, son los criterios por los que el médico especializado en estos tratamientos se va a guiar a la hora de decidir cuál de estos tratamientos va a utilizar y la forma de combinarlos entre ellos para conseguir el mejor resultado y a ser posible en el menor tiempo.

Información:
Dra. Pilar Govantes
BIOSBCN Clínica de Medicina Estética
Balmes, 177 2º 1ª
08006 Barcelona
Tf.: 932 388 166
www.biosbcn.com