

TRATAMIENTOS PARA LA DESESCALADA

Las doctoras Conchita Pinilla y Mar Lázaro reabren sus puertas el próximo 11 de mayo, con rigurosas medidas de higiene y seguridad para sus pacientes. Estos son los procedimientos que tu rostro y tu cuerpo van a necesitar en el post confinamiento.

Bótox para el rostro; reductores, anticelulíticos y reafirmantes, para el cuerpo.

Zaragoza, 4 de mayo de 2020. Parecía que no iba a llegar nunca. Pero la desescalada, esperemos que con precaución y seguridad, es ya una realidad. Y como símbolo de auto-cuidado, desearemos sentirnos bien en nuestra piel y estar guap@s. ¿Qué tratamientos son los más oportunos para recuperar buena cara? ¿Cuáles para lucir el tipo?

Las dras. Conchita Pinilla, experta en cirugía plástica, y Mar Lázaro, en medicina estética, tienen la respuesta.

Pero antes que nada....Medidas de seguridad e higiene

1. Equipos de protección necesarios para las enfermeras, los médicos y pacientes.
2. Cuestionario telefónico previo a los pacientes para conocer si en las dos semanas previas a su cita han desarrollado sintomatología relacionada con el COVID-19 o si se han infectado, e indicaciones de cómo deben acudir a la clínica.
3. Documento de Consentimiento Informado sobre la prevención de contagio por COVID-19.

4. Desarrollo de medidas de limpieza y desinfección para cada uno de los espacios de las clínicas, y establecimiento de un circuito seguro de los pacientes.

**Todas estas recomendaciones han sido compartidas con el Ministerio de Sanidad, las consejerías de las Comunidades Autónomas, con la SEME (Sociedad Española de Medicina Estética), así como por la SECPRE (Sociedad Española de Cirugía Plástica Reparadora y Estética).*

Tratamientos para el rostro: Botox para alegrar la expresión.

- **Toxina botulínica, la más vip:** El bótox es capaz de eliminar la cara de preocupación, estrés y tristeza en el rostro, de abrir la mirada. *“Después de estas semanas con los rasgos caídos, tristes y expresión de fatiga, sin duda será el tratamiento post confinamiento que le devuelva la frescura”*, explican las dras. Mar Lázaro y Conchita Pinilla. Desde 350€ área superior completa.
- **Extra de luminosidad:** La piel se ha mostrado más deshidratada y seca estos días, además de más apagada y cetrina. Le vendrán estupendamente unas sesiones de bioestimulación a base de infiltración de vitaminas, oligoelementos y minerales, también la técnica de infiltración de factores de crecimiento rico en plaquetas del propio organismo, así como unas sesiones de luz pulsada intensa (IPL). Precio: Desde 250€.
- **Adiós, flacidez.** *“La estrella para retensar los tejidos será sin duda Ultherapy, los ultrasonidos focalizados de alta intensidad. Además, basta con una sesión, y se puede hacer en todo el rostro, así como en el contorno de los ojos y en el cuello. También combate la flacidez la aparatología de LPG en el rostro, pues activa la regeneración celular, así como la radiofrecuencia. Y no nos olvidemos de los hilos tensores, que proporcionan una reafirmación muy natural y duradera”*, confirman las expertas. Ultherapy, desde 1500€. Hilos, desde 550€.

“Alegrar la expresión, hidratar y reafirmar”

DRA. MAR LÁZARO

¿Y qué hacemos con el cuerpo?

- **Reducir volumen, perder kilos.** La dra. Mar Lázaro es experta en nutrición, y considera fundamental en caso de haber cogido peso durante la cuarentena seguir

una dieta personalizada, como base para que los procedimientos de medicina estética sean totalmente eficaces. *“Además, por culpa del estrés y del sedentarismo hemos perdido masa muscular”*, continúa. Los protocolos más efectivos serán la **mesoterapia corporal** a base de sustancias drenantes, activadoras de la circulación y capaces de reducir la grasa localizada, al igual que la **carboxiterapia** (CO2 infiltrado). Desde 60€ por sesión.

- **Retención de líquidos.** Si nuestro problema es la retención de líquidos y la hinchazón por tantas horas de sofá, los elegidos serán la **aparatoología LPG** y la mesoterapia. Desde 60€ por sesión.
- **Celulitis.** *“Recomiendo la infiltración de **Alidya** para disolver la celulitis (sobre todo si hay un componente circulatorio), junto a algunas sesiones de LPG, **VelaShape** (infrarrojos, vacumterapia y radiofrecuencia), **ondas de choque** y mesoterapia. No hay un protocolo único, depende de cada paciente”*, cuenta la dra. Lázaro. Velashape, Alidya y ondas de choque, desde 60€ por sesión.
- **Flacidez corporal:** *“Apuesto por la aparatoología VelaShape; y si nos sobra grasa además de notar la flacidez, la liposucción sin cirugía **Coolsculpting**, que consigue en pocas sesiones ambas acciones”*, confirma la dra. Pinilla. Para reafirmar las famosas “alas de murciélago”, es decir la cara interna de los brazos, de tejido tan fino y con tendencia a la caída, las técnicas más *pro* son los **hilos tensores** o los **estimuladores de colágeno** a base de hidroxapatita cálcica. Coolsculpting, desde 1000€ por sesión.

¿Es momento para una cirugía plástica?

Según la dra. Pinilla, **es un buen momento para realizar cualquier intervención de cirugía plástica**, siempre que no vayamos a tomar el sol inmediatamente ni a bañarnos en el mar o las piscinas, pues es importante cuidar la cicatriz. *“En el caso de la blefaroplastia, hay que tener la precaución de utilizar un tiempo después gafas de sol. Y no olvidarse nunca de la fotoprotección, por supuesto”*. Es importante recalcar que las cirugías se realizarán siempre con estudio preoperatorio que descarte Covid-19, como expresa la dra. Pinilla. *“Fomentaremos sobre todo las técnicas mínimamente invadidas, las anestésicas locales y correccionales y reducir al mínimo la estancia hospitalaria”*.

¿Prefieres dejar el bisturí para septiembre? *“En ese caso sugiero apuntarse a un protocolo de medicina estética que mejore el problema y mantenga ciertos resultados hasta el momento de la intervención”*, aconseja la dra. Pinilla.

- Si estás pensando en un **lifting**: “Puedes ahora optar por **Ultherapy**, hilos, rellenos con ácido hialurónico o inductores de colágeno”.
- Si notas el **cuello envejecido**. “Recomiendo Ultherapy, hilos o inductores de colágeno”.
- **Tu mirada** se ha echado unos años encima: toxina botulínica, ácido hialurónico en la zona de las ojeras.
- **Lifting de brazos: Radiofrecuencia Venus Legacy** o estimulados de colágeno (Ellansé), y si sobra grasa, Coolsculpting.
- **Liposucción**: En este caso la intervención no es ningún problema en este momento, pues se hace con anestesia local y el postoperatorio es suave. Aún así, está la opción de Coolsculpting, que acaba con la grasa localizada sin cirugía. Liposucción, desde 900€ por zona.

Dra. Conchita Pinilla

Joaquín Costa nº6, planta 1ºZaragoza

Tel: 976 901 901

www.estetica-reparadora.com

Dra. Mar Lázaro

Joaquín Costa nº6, planta 1ºZaragoza

Tel: 876 282 624

www.marlazaroes.com

Comunicación y relaciones públicas:

Silvia Capafons. Tel. 666 501 497

scapafons@gmail.com