

Salud Total

18 claves
para estar
guapa
bajo el sol

Consejos
para unas tranquilas
vacaciones
en **FAMILIA**

Sexo
en la adolescencia

PROBIÓTICOS

¿Qué pueden hacer por ti?

Participa
en el sorteo

NUTRILITE

Multivitamínico/
multimineral
DOUBLE X

MUNDO ESTÉTICA

**Acaba
con la
flacidez**

*“El deporte es fundamental para
mí. Practico yoga ashtanga”*

**Helena
Resano**



SaludViva
superalimentos

Rinde al máximo
con proteínas
100%
vegas

SaludViva
Atleta
Rendimiento Profundo

SaludViva
Atletas
Músculos y Energía

SaludViva
Músculos de Resistencia
Vegana

*Una piel tersa
y tonificada,
sin rastro de
flacidez, es el
sueño de todas.*

*Pero la ley de
la gravedad y
el tiempo se
imponen y hay
que tomar me-
didas para ha-
cerlo realidad*

**¡MANTENTE
FIRME!**

Aunque parece que estar “fofisano” y “gordibueno” ahora se lleva, a la flacidez no le ha llegado el turno. Ni sucederá, porque, seamos sinceras, a ninguna nos gusta ver el efecto que provoca el descolgamiento en cuerpo y rostro, bien porque nuestros músculos no están tonificados o a consecuencia de la edad. El hecho es que, inexorablemente, la odiosa flacidez se va instalando y, de repente, un día, la vemos en el espejo, entonces corremos en busca de alguna solución para atajarla. Y haberlas, haylas, hasta casi mágicas; aunque no es lo mismo intervenir sobre pieles que han sido muy expuestas al sol, con signos de flacidez ya muy avanzados o cuando el descolgamiento es resultado de un drástico régimen de pérdida de peso.

Lo habitual es que la piel de sus primeros signos de laxitud a partir de los 30 años, y las zonas más afectadas son el óvalo del rostro, cuello, párpados y comisuras de los labios. En el cuerpo, la cara interior de brazos y piernas es la más afectada por la pérdida progresiva de tono de la piel.

Los especialistas en medicina estética ofrecen diferentes métodos para paliar la flacidez de la piel del rostro y el cuerpo. Todos ellos encaminados a mejorar la firmeza del tejido cutáneo mediante su retracción o por la estimulación del colágeno y la elastina de la piel. Entre los tratamientos más innovadores y efectivos para luchar contra este proceso de relajamiento de los tejidos destacan los que a continuación explicamos. Elegir el más indicado es tarea del profesional que aconsejará cuál es el sistema más indicado en cada caso.

DERMAROLLER

Esta terapia de inducción del colágeno consiste en aplicar sobre la piel un rodillo que tiene unas finísimas microagujitas de acero quirúrgico o de titanio. Al pasar sobre la piel forman unos microcanales desde la epidermis a la dermis, de manera que estimula la producción de colágeno y elastina, sustancias que contribuyen a reparar la piel. Además, estos microcanales favorecen la penetración de productos, generalmente con ácido hialurónico en su formulación. Es un tratamiento muy apropiado para luchar contra el doble mentón y la flacidez del cuello. La mejora es gradual, entre cuatro y ocho semanas.

HILOS TENSORES

Esta técnica antiaging ha ido ganando adeptos con el paso del tiempo. Se trata de un tratamiento no quirúrgico que mejora la flacidez, tanto de zonas



Para la mayoría, la calidad y complexión de la piel es tan importante como la silueta.

del rostro como del cuerpo. En la actualidad son numerosos los médicos estéticos que la realizan. Uno de ellos es la doctora Cristina Villanueva, quien explica en qué consiste esta técnica. “Es un tratamiento que combina la acción mecánica de unos hilos que tensan la piel, gracias a unos pequeños conos, con un efecto regenerador sobre el colágeno, debido a su composición de ácido poliláctico. Estos dos efectos consiguen elevar y dar más definición a los rasgos, produciendo un efecto de *lifting* natural inmediato. El ácido poliláctico es completamente reabsorbible y se usa desde hace muchos años en el campo de la medicina estética. Los hilos se introducen mediante unas agu-



mera combina la tecnología de radiofrecuencia multipolar, que estimula la producción de fibras de colágeno y elastina, con el pulso magnético, que induce la formación de pequeños vasos sanguíneos con la consiguiente mejora de la circulación. Esta sinergia consigue una mejoría notable de la flacidez y elasticidad de la piel. La mejora se aprecia desde la primera sesión, suelen ser necesarias unas ocho sesiones, aproximadamente, para alcanzar resultados duraderos a largo plazo.

El Thermarge CPT reafirma la piel con radiofrecuencia con calor. Se emplea en tratamientos faciales y corporales y consigue una piel firme en una única sesión. Thermarge CPT emplea una tecnología patentada de radiofrecuencia que calienta, con absoluta seguridad, las capas más profundas de la piel, así estimula el colágeno existente y el crecimiento de nuevo colágeno, por lo que la piel adquiere un aspecto más joven y firme desde las capas más profundas. La Dra. Adriana Ribé, dermatopatóloga y directora de Ribé Clinic, que ofrece este tratamiento, lo recomienda para reafirmar la piel del cuerpo, glúteos, abdomen, muslos, cara interna de piernas y brazos, ya que además de dar firmeza a la piel le aporta un aspecto natural y más joven. ■

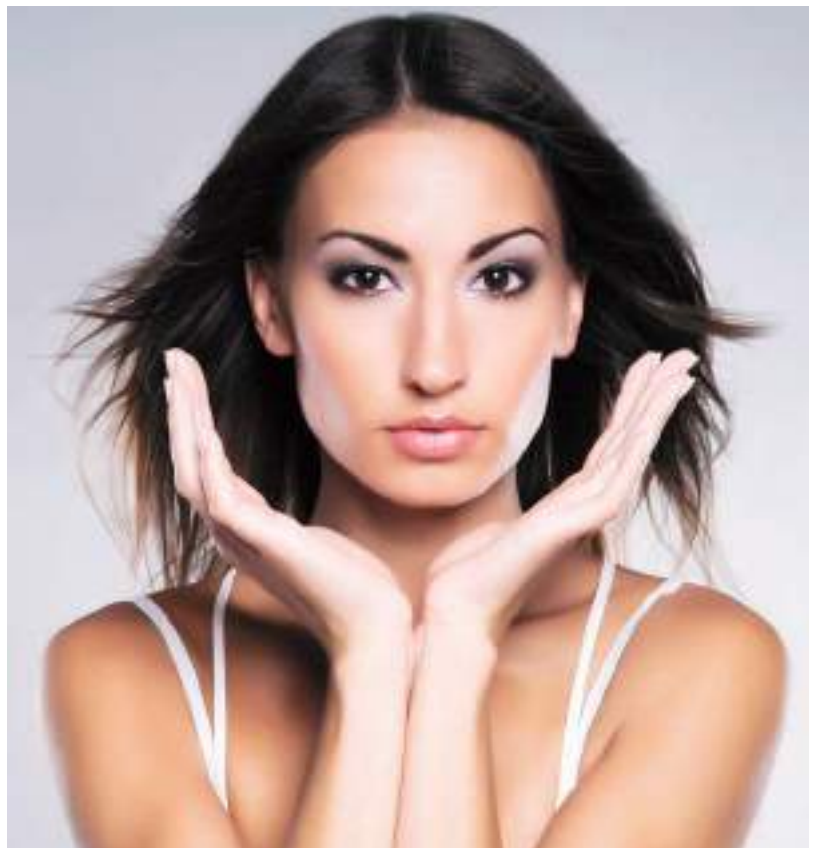
jas muy finas con un poco de anestesia local, el procedimiento es rápido y permite reincorporarse rápidamente a la vida normal". Los hilos pueden utilizarse para definir la línea mandibular, mejillas, pómulos y cuello. Su efecto es de 12-18 meses de duración y puede combinarse con tratamientos de relleno y con toxina botulínica.

MESOTERAPIA

Al igual que para tratar otras manifestaciones del paso del tiempo en la piel, como las arrugas o pérdida de volumen, la aplicación local de diferentes sustancias mediante microagujas obtiene buenos resultados en la lucha contra la flacidez. Las más empleadas son ácido hialurónico, vitaminas, minerales y aminoácidos antioxidantes; todas ellas con propiedades hidratantes y tensoras. Sus resultados son visibles en poco tiempo. Además, son acumulativos y progresivos, de manera que la piel recupera su tonicidad, elasticidad y firmeza de forma muy natural.

RADIOFRECUENCIA

Existe aparatología diversa que aplica la tecnología de multifrecuencia para tensar la piel. Las más conocidas son Venus Freeze y Thermarge. La pri-



TONIFICAR LA AUTOESTIMA

El reciente estudio "La nueva cara de la belleza", realizado por la farmacéutica Allergan, entre 8.000 mujeres de 126 países diferentes, identifica una nueva forma de entender la belleza por parte del género femenino. Esta investigación revela que cada vez son más las que consideran realizarse un tratamiento estético y controlar los efectos del envejecimiento para mejorar su imagen y sentirse más seguras.

El estudio recoge que para un 56% de las mujeres, la calidad y complejión de la piel es tan importante como la silueta. Entre las acepciones más utilizadas para describir un piel bonita las mujeres eligen: firme, radiante, luminosa e impecable.

Destaca la diferencia de resultados que buscan las encuestadas según su origen geográfico. Las europeas desean resultados naturales y sutiles, mientras que en Asia prefieren una transformación más sorprendente y en Oriente Medio, resultados rápidos y acentuar los rasgos.

La opinión sobre la medicina estética se ha modificado hasta el punto de que, según este estudio, "cuatro de cada diez mujeres de las que recurren a estos tratamientos considera igual de importante aumentar su autoestima que mejorar el aspecto de la piel flácida". El doctor brasileño Mauricio de Maio, cirujano plástico de reconocido prestigio internacional, observa que "hoy en día lo que más importa a las mujeres es lo que piensan de ellas mismas".



NUTRILITE™

Exclusively from **Amway**



**PARTICIPA Y CONSIGUE UNA CAJA DE
MULTIVITAMÍNICO/ MULTIMINERAL DOUBLE X.
MEZCLA DE VITAMINAS, MINERALES Y
FITONUTRIENTES ESENCIALES CONCENTRADOS**

(Ayuda a defender el cuerpo contra los radicales libres y el daño celular)

Para participar en el sorteo entra en: **www.revistasaludtotal.com**

o bien rellena este cupón y envíalo a :

Curt Ediciones, S.A. Revista Salud Total. Consell de Cent, 398, bajos. 08009 Barcelona



Ref: Nutrilite

Nombre y apellidos.....

Dirección.....

Código postal..... población.....

Edad:.....E-mail:.....Mejor sección.....