



CLINICAPLANAS



CLAVES PARA DECIR ADIÓS A LA FLACIDEZ DE LOS BRAZOS

Elegir el método más adecuado para hacer frente a la flacidez de los brazos dependerá, en gran parte, del grado de descolgamiento que presenten.

A partir de los 40 años, la flacidez en los brazos es una característica habitual en algunas mujeres, problema que puede agravarse por la disminución de las hormonas, algo común en esta franja de edad. El descenso de la progesterona provoca un afinamiento de la piel y, en consecuencia, su descolgamiento. El resultado es una piel que va perdiendo su firmeza debido a la reducción de colágeno y elastina, las sustancias que hacen que la piel del cuerpo sea elástica y firme. El resultado es una piel y unos músculos de aspecto "flojo". Hoy en día existen una gran variedad de tratamientos para combatir este exceso de grasa y la flacidez de la cara interna de los brazos, desde inyecciones de ácido hialurónico de poca profundidad, pasando por tratamientos de medicina estética corporal como el **Body Thermage**, hasta, en los casos en los que exista un descolgamiento muy marcado, la cirugía de brazos o también conocida como "lifting de brazos". Para hacer frente al problema y decidir cómo atacarlo, es importante distinguir entre los distintos grados de flacidez del contorno de los brazos: **Grado I:** En este estadio los cambios son incipientes y suele ser suficiente aplicar algún tratamiento de medicina estética corporal, por ejemplo la radiofrecuencia, una de las técnicas más seguras y eficaces para combatir la flacidez ya que no conlleva intervención quirúrgica y no requiere inyecciones de ningún tipo.

La tecnología Thermage de Clínica Planas reafirma y renueva el colágeno natural de la piel. En una sola sesión se consigue alisar, reafirmar y contorneo la cara interna de los brazos de manera no invasiva.

En esta línea, Clínica Planas ha desarrollado la tecnología Thermage, basada en la radiofrecuencia. La tecnología Thermage aplica calor en la capa más profunda de la piel y en el tejido graso subcutáneo, manteniendo intacta la capa superficial. De esta manera, el calor favorece el drenaje linfático y la disminución de líquidos y toxinas, así como la formación de nuevo colágeno, mejorando la flacidez. La piel se oxigena y se reafirma en muy poco tiempo permitiendo que los brazos recuperen su firmeza. Se trata de un tratamiento indoloro, seguro, eficaz y no invasivo ya que no requiere cirugías, ni anestesia, ni inyecciones. Una sola sesión, de unos 30-45 minutos,

basta para alisar, reafirmar y contorneo la piel, corrigiendo la degradación de las fibras de colágeno y elastina y reduciendo, además, la celulitis. La mejora de la piel se observa de manera inmediata, aunque el efecto tensor mejora gradualmente hasta alcanzar su punto máximo transcurridos seis meses. Los resultados pueden durar hasta dos años, aunque variarán según la calidad de la piel de cada paciente.

Cuando la flacidez alcanza un grado II o III y es muy pronunciada, la mejor solución es la cirugía.

Grado II: Aquí la flacidez ya es intermedia, apareciendo lo que se denomina "brazo de péndulo". Se recomienda un estiramiento cutáneo mediante cirugía: una braquioplastia simple. Es útil en pacientes relativamente jóvenes que han perdido mucho peso y cuya flacidez queda circunscrita a la cara interna de los brazos. **Grado III:** Se trata de casos con una pérdida de firmeza todavía más aguda que en el caso anterior, puesto que el exceso de piel se puede llegar a extender hasta la zona submamaria y torácica. En este tipo de braquioplastia es necesario hacer una cicatriz longitudinal en la cara interna de los brazos, hasta el codo. Ambas cirugías son de carácter ambulatorio, sin necesidad de ingreso. Las intervenciones tienen una duración aproximada de entre 1 y 2 horas. Los días posteriores a la operación la paciente deberá llevar una faja en la zona operada durante unas 2 semanas aproximadamente, que ayudará a reducir la inflamación inicial. Los primeros días es mejor evitar ciertas actividades, como conducir o levantar pesos. Entre la primera y la segunda semana del postoperatorio, la paciente ya podrá reincorporarse a su vida laboral.

Al margen de las soluciones médico-estéticas o de cirugía: vida saludable
Los expertos de Clínica Planas recomiendan, sea cual sea el tratamiento escogido para reafirmar los brazos, también la necesidad de llevar un estilo de vida saludable con una dieta adecuada y ejercicio físico. Las pautas son sencillas: beber dos litros de agua al día, llevar una dieta rica en proteínas, frutas y vegetales verdes y practicar algún tipo de actividad física con ejercicios localizados como las rutinas con pesas, muy efectivas para combatir la flacidez en los brazos.



CLINICAPLANAS

CLÍNICA PLANAS Madrid, Alta Medicina Estética • c/ Padilla, 17 • T. 91 578 46 76
CLÍNICA PLANAS Barcelona, Cirugía Plástica y Estética • c/ Pere de Montcada, 16 • T. 93 203 28 12

www.planasclinas.com • www.clinica-planas.com