

CELULITIS



¿Qué es la celulitis?

La celulitis es una de las principales afecciones de la mujer a lo largo de su vida. La celulitis se genera por el depósito de grasa en capas superiores de la piel haciéndose visible y palpable. A su vez, se degeneran las fibras de colágeno y elastina comprimiendo la circulación produciendo estasis venosa y linfática dando el aspecto de pocitos o piel de naranja. Aparece en caderas, nalgas, piernas, abdomen y brazos.

¿Porqué aparece? ¿Depende de mi alimentación, de que tengo sobrepeso?

En cuanto a las causas, una de las más importantes es la herencia (antecedente familiar), le siguen la hormonal (pubertad, uso de anticonceptivos, el pos parto), y por supuesto, el sedentarismo y consumo de tabaco y alcohol. Es normal pensar que sólo las personas obesas padecen celulitis, pero no hay idea más errada, si bien las mujeres obesas son más propensas a padecerla, las delgadas también tienen un grado importante de posibilidades, sobre todo si tienen antecedentes familiares y malas costumbres higiénico-dietéticas.

¿Si realizo algún tratamiento puede desaparecer completamente?

Dado que lo que le da origen son múltiples y sumadas causas, la desaparición total es difícil. Se puede revertir en estadios tempranos y controlar en etapas avanzadas disminuyendo el volumen y mejorando el aspecto celulítico. Esto es importante saberlo a la hora de encarar tratamientos costosos.

CELULITIS



*Estefania
Cesaroni*

¿Qué tratamientos existen a mi alcance? ¿ En qué consisten?

El tratamiento preventivo consiste en modificar hábitos alimenticios, aumentar la actividad física (natación o bicicleta, sin impacto), evitar el sedentarismo, técnicas anti estrés, dejar hábitos como el tabaco, café, alcohol, tratar factores patológicos como la obesidad, venosas, hormonales, tomar agua en abundancia.

El tratamiento médico consiste en realizar sesiones de mesoterapia, la cual actúa mejorando la oxigenación de los tejidos, activa la circulación, facilita la liberación de la grasa, estimula la regeneración celular; junto con gimnasia para trabajar sobre la musculatura más profunda, fortaleciendo el músculo debilitado, reduciendo el edema típico de la celulitis, aumentando la circulación, y mejorando el drenaje linfático. Se puede sumar técnica de HIFU, como complemento para reducir la grasa corporal y reducir la flaccidez que acompaña el mal aspecto de la piel y tejido celular subcutáneo.

Dado que la celulitis es una enfermedad crónica, es importante que una vez realizado el tratamiento médico se debe continuar con sesiones de mantenimiento y cumplir el tratamiento preventivo.