

Adiós a las bolsas en los ojos

Las bolsas son abultamientos de la piel que se generan bajo los ojos por una pérdida de tono en el músculo y en la piel del párpado, que producen un descolgamiento más que nada, antiestético. Una imagen de cansancio y tristeza muy poco juveniles. Pueden ser hereditarias, pero factores como el consumo de alcohol o tabaco, la falta de sueño o la retención de líquidos también influyen. Clínica SOFT explica 10 formas de disimularlas y ofrecen los mejores tratamientos para eliminarlas

Higiene facial. Es el punto principal para comenzar a tratar las bolsas en los ojos. Todo comienza por mantener la zona libre de químicos y otros compuestos siempre antes de aplicar cualquier producto o tratamiento.

Dieta baja en sal y especias. Este tipo de condimentos y potenciadores del sabor favorecen la retención de líquidos que tan nociva resulta para la piel. Por ello, intenta reducir su consumo al mínimo y notarás la diferencia.

Mucha fruta y verdura. Al final, los alimentos naturales son lo mejor para el organismo y, por tanto, para tu piel. No las van a eliminar por completo, pero una dieta sana y equilibrada mejorará el aspecto de las bolsas.

Adiós al tabaco, el alcohol y otros adictivos. Cuesta, pero no es sólo por la belleza, sino también por tu salud. Decir adiós a estos vicios te reportará más de una satisfacción y, además, verás cómo todos esos defectitos que te ves a diario comienzan a desaparecer.

Rodajas de pepino. Siempre se ha dicho que dos rodajas de pepino frías calman la piel y le dan un toque de frescor. No es magia, ni cirugía pero si las dejas un rato contribuirán a deshinchar y descongestionar la zona.

Bebe mucha agua. Un mínimo de 2 litros al día es lo más recomendable, aunque siempre debes adaptarlo a tus circunstancias y genética. Con ello eliminarás las toxinas que tu cuerpo no necesita y te verás mucho mejor.

Vitamina C. A partir de esta sustancia el organismo genera el colágeno, vital resulta para la piel. Por ello, los alimentos ricos en Vitamina C como la naranja son muy recomendables para mejorar el contorno de los ojos.

Dormir. 8 horas descansando son fundamentales para mantener, no solo un buen aspecto físico, sino también la cabeza en su sitio. ¡No te saltes ni una!

Productos específicos. Si vas a recurrir a cremas o cosméticos para tratar la zona, busca aquellos que sean específicos y que no lleven demasiados químicos o parabenos.

Manzanilla o té verde. Este tipo de tés son muy buenos para hidratar y calmar la piel. Pero, además, pueden ser un truquito para darle frescura. Guarda las bolsitas y déjalas en el congelador durante una noche, para después colocarlas en la zona a tratar. ¡Frescura inmediata!

Además, Clínica SOFT recomienda los mejores tratamientos para decirle adiós a las bolsas de los ojos y recuperar la frescura en la mirada:

Tratamiento NO quirúrgico: Se trata de un relleno de la ojera a base de ácido hialurónico Premium, diseñado específicamente para tratar esta región. Una de sus mayores ventajas es el resultado visible que se nota en el mismo momento de la aplicación y la duración del mismo, entre 6-12 meses, evitando la anestesia en todo momento. Y, por supuesto, no requiere reposo... Por lo que se puede seguir con la rutina diaria al instante. Precio: 390 €

Blefaroplastia trasconjuntival: Mediante un dispositivo láser se consigue extirpar y reposicionar los paquetes grasos que conforman estas bolsas palpebrales, lo que permite una recuperación más rápida y confortable. Sus resultados son naturales, sin cicatrices visibles y el efecto de la intervención proporciona un beneficio de por vida, sin necesidad de retoque, consiguiendo así una mirada limpia y descansada. Precio: 1990 €

Acerca de Clínica SOFT

En Clínica SOFT son especialistas en cirugía oculoplástica y estética facial, rejuvenecer la mirada, devolver luminosidad al rostro y mantener un aspecto fresco y saludable gracias a tratamientos mínimamente invasivos.

Clínica SOFT aplica sólo las técnicas más avanzadas y seguras, tanto de cirugía como de medicina estética, bajo la supervisión de sus directores médicos: el Doctor Troyano y el Doctor Genol, cirujanos de dilatada experiencia que forman parte de la élite de cirujanos oculoplásticos en el ámbito internacional.

El equipo médico de Clínica SOFT está formado por destacados miembros de la Sociedad Española de Oftalmología (SEO) y de la Sociedad Española de Cirugía Plástica Ocular y Orbitaria (SECPOO), donde actualmente imparten cursos de formación para otros profesionales, así como de la Sociedad Española de Medicina Estética (SEME).

A nivel internacional pertenecen a la Sociedad Iberoamericana de Oculoplastia y al International Thyroid Eye Disease Society (ITEDS).

Datos de contacto:

Globe Comunicación

Nota de prensa publicada en: [España](#)

Categorías: [Medicina alternativa](#) [Bienestar](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>