

## **Este verano quiero que mis piernas luzcan como nunca. Sugerencias de Clínica Sanza para unas piernas hermosas.**

### **Tratamientos para poner las piernas a punto: varices, volumen, estrías, celulitis y pelitos. Lo que más nos preocupa.**

Si este verano quieres unas piernas espectaculares tienes que ponerte en marcha. Cuando llegue el buen tiempo y los shorts y las minis empiecen a salir del armario, ya será demasiado tarde. No todas podemos nacer con unas superpiernas de modelo, pero existen trucos, consejos y tratamientos que pueden ayudarnos a lucir unas piernas bonitas y más saludables. El primer y segundo trimestre del año es buena época para regalarte algún tratamiento y, además, Clínica Sanza pone en marcha la campaña "Piernas bonitas" para dar solución a los problemas estéticos de las piernas que más preocupan a las mujeres.

**LAS VARICES** Si tu madre o tu abuela han tenido varices es muy probable que tú también tengas, ya que en el 90% de los casos son de origen hereditario. El Doctor Sanza aconseja diferentes técnicas muy poco invasivas que permiten tratar desde las arañas vasculares a las grandes varices reticulares en muy pocas sesiones.

**Escleroterapia líquida o con microespuma:** Se trata de inyectar una solución directamente en las venas afectadas que hace que se encojan y que a la larga desaparezcan. Es una solución estética eficaz para varices pequeñas de las piernas y, a veces incluso permite aliviar algunos síntomas de dolor asociados con las venas de araña. Se realiza de forma ambulatoria y provoca una suave sensación de quemazón. Dura entre 30 y 45 minutos.

**Láser vascular percutáneo o luz pulsada vascular:** Es una fórmula rápida y segura de eliminar lesiones sin dañar los tejidos circundantes. Se deben realizar varias sesiones de unos 30 minutos y no alteran la vida cotidiana. En la mayoría de casos es necesario complementar el tratamiento con el uso de pantys compresivos. Se requieren entre 1 y 4 sesiones en función de la calidad de la piel y del calibre de los vasos sanguíneos.

**CELULITIS** Tranquila! No eres ni la primera ni la última mujer que está agobiada con la celulitis. Nueve de cada diez mujeres la padecen. La grasa se instala sin compasión en las cartucheras y va ampliando el volumen de las piernas desde las caderas a las rodillas. Existen diferentes técnicas de cirugía estética corporal que permiten modelar la figura en una sesión pero no son totalmente eficaces para la celulitis, que requiere otro tipo de procedimientos. En clínica Sanza aconsejamos tratamientos como:

**Cavitación:** Podría explicarse como una liposucción sin cirugía. No utiliza las cánulas que aspiran el tejido graso ni requiere pasar por quirófano. Se trata de una máquina que con el simple contacto con la piel emite unos ultrasonidos que ayudan a eliminar y romper las membranas de los adipocitos sin afectar el sistema sanguíneo y linfático.

**Mesoterapia:** Consiste en tratar las zonas afectadas con unas micro inyecciones de sustancias convencionales, homeopáticas, vitaminas o aminoácidos. El nombre procede de la capa a de la piel en la que se hacen las infiltraciones. Es muy utilizado en medicina estética por su efectividad.

**VOLÚMENES QUE DESARMONIZAN LA FIGURA** Eliminar los volúmenes no deseados del cuerpo es uno de los procedimientos más

representativos de la cirugía estética. Se requiere que el cirujano tenga una dilatada experiencia, sensibilidad artística y conocimiento exhaustivo de la anatomía corporal. En este terreno ha sido en el que el doctor Sanza ha obtenido sus mejores elogios. Liposucción: La liposucción permite eliminar la acumulación de grasa en lugares determinados del cuerpo, especialmente nalgas, caderas, muslos, rodillas, y el abdomen. Los resultados que se consiguen son espectaculares. La duración de la cirugía varía en función de la grasa que se extraiga y el número de zonas que se traten. Una vez finalizada la cirugía, se coloca una faja de compresión para ayudar a recolocar la piel. Lipolaser: Consigue un resultado espectacular en zonas tan difíciles como: la cara interna de los muslos, rodillas, tobillos, pliegues de las nalgas... y con la ventaja de la inexistencia de cicatrices. Ésta técnica se puede practicar bajo anestesia local o sedación, a elección del paciente. Es menos invasiva que la liposucción. Lipofilling: En ocasiones, el paciente presenta atrofia muscular en la zona de los gemelos, lo que evidencia una desproporción y falta de armonía en las piernas. Para armonizar su aspecto se puede rellenar la zona con grasa propia enriquecida con células madre para asegurar que prenda. ESTRÍAS: Las estrías pueden aparecer en cualquier momento. Cambios bruscos en el peso, embarazos.....situaciones en las que la piel pierde su elasticidad. Existen tratamientos caseros para remediarlas, pero es muy difícil que funcionen si el trastorno se ha producido durante la época de crecimiento de la paciente. Aún así, es recomendable probar técnicas que estimulen la producción de colágeno para recuperar elasticidad. El peeling para estrías o la mesoterapia son procedimientos que se recomiendan en Clínica Sanza. LOS PELOS: Con su dichoso enquistamiento producen las molestas foliculitis, que se tratan con láser o luz pulsada de forma muy efectiva. Todas las chicas jóvenes se preocupan por tener unas piernas bonitas. Algunas tienen una genética muy agradecida, otras no. De todas formas, a cualquier edad puede despertarse el interés por embellecer aquellos aspectos de las piernas que no consigues solucionar a pesar de seguir una pauta alimentaria sana y una rutina de ejercicios constante. Si eres de este grupo, la opinión de Clínica Sanza te puede ser muy útil. Para más información [www.clínicasanza.com](http://www.clínicasanza.com)

---