



Ya soy mamá:

# ¿qué hago con mi cuerpo?

Ser mamá es una de las experiencias más maravillosas que una mujer puede tener, sin embargo el embarazo deja huellas que son difíciles de modificar con ejercicio o dietas. Las tecnologías no invasivas más novedosas para estar linda después del parto!

La mujer de hoy desea recuperar su figura y volver a su vida laboral o personal después del embarazo lo más rápido posible, aunque esto a veces le resulte difícil de lograr.

Por muy duro que haya sido el embarazo debido al aumento de peso, la retención de líquidos, o las piernas hinchadas, entre otros cambios hormonales, todas las mujeres coinciden en señalar, que una vez que se tiene al bebé en los brazos, todo lo demás se olvida. La llegada de un hijo nos cambia todo, la rutina, la forma de ver las cosas, las prioridades,... la vida! pero esto no implica que nos olvidemos de nosotras mismas.

Está generalmente aceptado que las madres, una vez que el proceso de embarazo y el parto se ha completado, se enfrentan a nueva una serie de desafíos físicos y emocionales. La falta de tiempo hace que muchas mujeres descuiden su imagen por meses, pero esta dejadez puede estar incrementada por un sentimiento de culpabilidad, muy normal sobre todo en madres primerizas, que viven dedicadas en un

100% a su hijo recién nacido. Cuidarse, verse bien y recuperar la figura es importante, no solo para cada una de nosotras, sino también para nuestros hijos y pareja, ya que de esa forma volveremos a recuperar nuestra imagen, y nuestra autoestima mejorará; algo que ellos necesitarán y notarán.

No tiene que ser automático que una vaya a un consultorio médico –estético en busca de tratamientos postparto, pero no está mal planificar una visita en cuanto una pueda hacerse un tiempo. Un centro o consultorio serio que nos dé opciones y te ofrezca garantías.

## Partes más afectadas por el embarazo

- Abdomen
- Flancos
- Piernas
- Muslos
- Pechos
- La piel (en general)

## ¿Cuál es el mejor momento para hacer tratamientos de Post Parto?

En general se recomienda no iniciar ningún tratamiento específico durante el período de lactancia, si es que decidiste darle el pecho a tu bebé, ya que esto puede alterar de alguna manera la leche materna. Pero lo que sí se puede hacer es empezar durante estos meses con una dieta ligera, que deberá estar controlada por el médico.

Una vez finalizado el periodo de lactancia, o pasados por lo menos tres meses del parto, se puede empezar a planificar un tratamiento para recuperar las partes que más sufrieron con el embarazo.

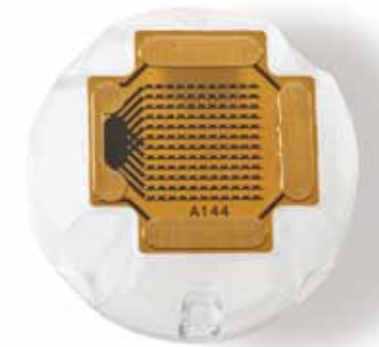
## Opciones de tratamientos no invasivos: uno para cada problema

### • Cambios en la calidad de la piel: Estrías

Durante el embarazo, las paredes elásticas del útero se estiran para albergar al bebé y permitir su gradual crecimiento. A medida que el útero crece, los tejidos abdominales ceden y la piel puede desarrollar estrías. Las estrías ocurren como consecuencia de la ruptura de las fibras del tejido conjuntivo por excesivo estiramiento. Estos efectos se hacen evidentes en la epidermis. Es así como la mujer puede observar la formación de unas finas marcas de color rosado inicialmente, que luego se tornan blanquecinas.

Las estrías se localizan particularmente en la región del vientre, pero pueden aparecer en caderas, nalgas, piernas, muslos, brazos, espalda y senos. Debido a la maternidad y con el destete el volumen de los pechos se reduce y al retornar a su condición normal tienden a perder forma y caer. Esta transformación produce laxitud o flacidez y pérdida de turgencia. Entonces las estrías que hayan podido formarse durante el embarazo se hacen más evidentes.

Lo bueno es que ahora existe una tecnología que las disminuye drásticamente. Se llama **eMatrix** y es de radiofrecuencia bipolar fraccionada. Es un tratamiento muy novedoso, único en el mercado, que trata efectivamente todas las clases de estrías. A razón de esto, nos comenta el Dr. Néstor Vincent: “Para el tratamiento de la estría roja disponemos actualmente de numerosas opciones terapéuticas como la Luz Pulsada, el láser de colorante pulsado, el láser Nd:Yag, la carboxiterapia, entre otras. Sin embargo, para el



Tratamientos eMatrix

tratamiento de aquellas estrías que han perdido una gran parte de su vascularización y que por lo tanto percibimos como blancas, son escasas y de menor efectividad las terapias a aplicar.

Pero son precisamente las estrías de este segundo tipo las que originan un mayor número de consultas por parte de los pacientes.

La aplicación de la radiofrecuencia fraccionada subablativa ha supuesto un gran avance en dichos tratamientos puesto que desde la primera sesión el paciente percibe una mejoría tanto en la longitud como en el diámetro, como en el color nacarado de la misma, todo ello con un período de recuperación muy reducido y con un riesgo de padecer efectos secundarios muy limitado”.

• **Cambios físicos: Flacidez, volumen y celulitis**

Además de las estrías, en el postparto se observa la piel más laxa o flácida, principalmente en la zona del abdomen, piernas y pecho. Los cambios hormonales provocados por el embarazo ocasionan ganancias significativas de peso cuya reducción podría ser más lenta de lo que cabe esperar, o bien, necesitar de un régimen alimenticio.

Freeze



Tratamiento con Freeze

Para atacar la flacidez la Dra. Silvana Dato recomienda el tratamiento con **Freeze**, se trata de una tecnología que combina pulsos magnéticos y radiofrecuencia multipolar. “La eficacia de este tratamiento se basa en cuatro efectos: lipólisis –para la reducción de la adiposidad-, angiogénesis – para la generación de nuevos vasos sanguíneos-, restructuración del colágeno y la elastina –que tensan la piel-; y generación de nuevo colágeno.

Con la combinación de estas tecnologías se obtienen muy buenos resultados y a diferencia de otras tecnologías, es muy placentero y cómodo para el paciente” apuntó la Doctora.

También es muy frecuente, particularmente en pacientes que fueron madres varias veces, que los músculos abdominales tiendan a separarse y la piel abdominal presente flacidez. Como corolario, algunas mujeres desarrollan depósitos grasos en algunas partes del cuerpo como caderas, nalgas, abdomen y cintura que son difíciles de remover.

“La falta de tiempo hace que muchas mujeres descuiden su imagen por meses, pero esta dejadez puede estar incrementada por un sentimiento de culpabilidad, muy normal sobre todo en madres primerizas, que viven dedicadas en un 100% a su hijo recién nacido”.

Uno de los tratamientos más reconocidos a nivel mundial para tratar los problemas corporales luego del parto es **VelaShape**, producto estrella de la compañía más grande del mundo en tecnología estética médica. Es la primera plataforma que fue aprobado, a nivel mundial, por la FDA para reducir el volumen corporal y la celulitis. “Su virtud reside en la combinación de cuatro tecnologías que juntas aumentan la eficacia del tratamiento. En tan solo 6 sesiones se reduce drásticamente la celulitis y el volumen corporal se puede reducir hasta 10cm.” sostiene el Dr. Fernando Felice.



Tratamiento con VelaShape

• **Cambios hormonales: Manchas en la piel**

Los cambios hormonales que se dan producto de la maternidad pueden producir un aumento de las manchas en la piel. Pueden aparecer en la cara, en el escote, brazos o manos. Las manchas pueden ser oscuras o blancas. En el primer caso, hablamos de hiperpigmentación y en el segundo, de despigmentación.

La piel normal contiene células que producen la pigmentación llamadas melanocitos, cargadas con melanina, la sustancia que produce el pigmento o color de la piel. Si tenemos áreas decoloradas o pálidas es indicación de pocos o no muy activos melanocitos. Si el área esta hiperpigmentada indica lo contrario. Estas manchas pueden ser eliminadas con un tratamiento de foto-rejuvenecimiento. Este año la novedad es **Fraxel** un láser fraccionado de Thulium que trata fracción por fracción la piel.



El Dr. Raúl Banegas nos comenta que “el tratamiento Fraxel es un procedimiento para tratar problemas cutáneos leves, estimulando el proceso natural de curación del organismo por el cual se reemplaza la piel dañada por piel sana, radiante y fresca. Como el tratamiento Fraxel es tan preciso, se puede aplicar de forma segura y eficaz en áreas de piel delicada, como el cuello, párpados inferiores, el pecho y las manos, además del rostro. Luego del tratamiento, se sentirá la superficie de la piel más suave, tersa y se advertirá que su tonicidad es más uniforme”. Como bien dijimos anteriormente, la mujer que atraviesa la fase de posparto deberá esperar un tiempo prudencial antes de decidirse por cualquier tratamiento. Es posible que ciertas condiciones hormonales subsistan, el útero estará retornando a su posición normal y además el organismo estará volviendo a las condiciones de pre-embarazo. Por lo tanto, es recomendable esperar a que el organismo se regularice.

**NyC** copyright

Más información en:  
 Dra. Silvana Dato - [www.silvanadato.com.ar](http://www.silvanadato.com.ar) - 4774 7279  
 Dr. Raúl Banegas - [centroarenales.com.ar](http://centroarenales.com.ar) - 4812-5577  
 Dr. Fernando Felice - [www.vesalioestetica.com.ar](http://www.vesalioestetica.com.ar) - 4801-7616  
 Dr. Néstor Vincent - [www.drvincent.com.ar](http://www.drvincent.com.ar) - 4825-8358