GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Cómo corregir la flacidez abdominal

Actualidad Empresarial | 16/06/2023 | 00:00

La flacidez abdominal es un problema estético común que afecta tanto a hombres como a mujeres. A medida que las personas envejecen, los músculos abdominales y la piel tienden a perder su firmeza y elasticidad, lo cual resulta en un abdomen flácido y suelto. Afortunadamente, la medicina y la cirugía estética han avanzado considerablemente en los últimos años, ofreciendo opciones efectivas para prevenir y corregir este problema. En este artículo, se explorará qué es exactamente la flacidez abdominal, cómo se puede prevenir y cómo se puede corregir a través de técnicas innovadoras como Renuvion y un tratamiento combinado de REPA y Renuvion.

Para profundizar más en el tema se ha acudido a la doctora Pilar de Frutos, que es una de las mejores cirujanas plásticas de Madrid y quien, con más de 5.000 intervenciones, realiza varios tipos de intervenciones para solucionar este problema.

La flacidez abdominal y su causa

Pilar de Frutos se refiere a la flacidez abdominal como a la pérdida de tono y firmeza en los músculos y la piel del abdomen. Esta condición puede ser causada por diversos factores, incluyendo el envejecimiento natural, la genética, el embarazo, los cambios de peso drásticos y la falta de ejercicio. A medida que se envejece, la producción de colágeno y elastina, dos proteínas esenciales para mantener la piel firme y elástica, disminuye. Esto lleva a una reducción en la capacidad de la piel para recuperarse después de la distensión, lo que resulta en un abdomen flácido.

Prevención de la flacidez abdominal

Si bien es difícil evitar por completo la flacidez abdominal, hay medidas que se pueden tomar para reducir su aparición y retrasar su progresión. Aquí hay algunas estrategias eficaces de prevención:

Mantener un peso saludable: mantener un peso estable y saludable es fundamental para prevenir la flacidez abdominal. Los cambios bruscos de peso pueden estirar la piel y debilitar los músculos, lo que contribuye a la flacidez.

Realizar ejercicio regularmente: incorporar ejercicios específicos para fortalecer los músculos abdominales puede ayudar a tonificar y mantener la firmeza en esta área. Los ejercicios como los abdominales, las planchas y el pilates son especialmente beneficiosos.

Cuidar la alimentación: una dieta equilibrada y rica en nutrientes es esencial para mantener una piel sana y elástica. Hay que asegurarse de consumir suficientes proteínas, vitaminas y minerales, ya que desempeñan un papel crucial en la salud de la piel.

Hidratarse adecuadamente: mantener una buena hidratación es fundamental para mantener la elasticidad de la piel. Beber suficiente agua durante todo el día ayuda a mantener la piel hidratada y menos propensa a la flacidez.

Evitar la exposición excesiva al sol: la radiación solar puede dañar las fibras de colágeno y elastina de la piel, acelerando así el proceso de flacidez. Es importante utilizar protector solar y limitar la exposición al sol, especialmente durante las horas pico de radiación.

Corrección de la flacidez abdominal

La doctora Pilar de Frutos y su equipo de especialistas realiza fundamentalmente dos tipos de intervenciones muy novedosas para corregir la flacidez abdominal, los resultados son realmente sorprendentes como se puede ver en fotos de antes y después.

Corrección de la flacidez abdominal con Renuvion

Renuvion, también conocido como J-Plasma, es una tecnología innovadora que combina el uso de plasma frío con energía de radiofrecuencia para tensar y rejuvenecer la piel. Es un procedimiento mínimamente invasivo que se puede realizar de forma ambulatoria y produce resultados significativos en la corrección de la flacidez abdominal.

Durante el procedimiento de Renuvion, se introduce una pequeña cánula debajo de la piel, a través de una incisión mínima. La cánula suministra plasma frío y energía de radiofrecuencia en la capa subdérmica de la piel, lo que estimula la contracción de las fibras de colágeno y mejora la firmeza de la piel. A medida que el colágeno se contrae, se produce una retracción de la piel, lo que lleva a un abdomen más firme y tonificado.

Tratamiento combinado de REPA y Renuvion

El tratamiento combinado de REPA (abordaje endoscópico) y Renuvion es otra opción eficaz para corregir la diástasis abdominal con una moderada flacidez cutánea. El REPA es un procedimiento endoscópico que permite la corrección quirúrgica de los músculos abdominales separados o debilitados, comúnmente conocido como diástasis de los rectos abdominales.

Durante el tratamiento combinado de REPA y Renuvion, se realiza una pequeña incisión endoscópica a través de la cual se accede a los músculos abdominales. Los músculos se

suturan y tensan para restaurar su tono y firmeza. Posteriormente, se utiliza Renuvion para mejorar la calidad de la piel y lograr una apariencia más tersa y juvenil en el abdomen.

BodyTite

Por último, en Clínica Pilar de Frutos cuentan con el revolucionario sistema BodyTite, el nuevo tratamiento avanzado de remodelación corporal y facial mínimamente invasivo con tecnología RFAL que ofrece resultados 3D con un mínimo de recuperación sin cicatrices y en una sola sesión. BodyTite está indicado para pacientes que quieren realizar una liposucción sin cirugía para eliminar grasa localizada y flacidez en cualquier zona del cuerpo como abdomen, flancos, rodillas, brazos, muslos, papada, etc.

Para ello, BodyTite cuenta con múltiples aplicaciones que permiten el tratamiento de diferentes áreas del cuerpo. Como ventajas principales de la liposucción asistida por radiofrecuencia RFAL, cabe señalar que el tiempo del tratamiento es corto, hay menos riesgos y se realiza con anestesia local.

Conclusión

La flacidez abdominal es un problema estético común que puede afectar la confianza y la autoestima de las personas. Sin embargo, gracias a la experiencia y profesionalidad de la doctora Pilar de Frutos y su equipo y con los avances en medicina y cirugía estética, existen opciones efectivas para prevenir y corregir este problema. Tanto Renuvion como el tratamiento combinado de REPA y Renuvion ofrecen resultados significativos en la corrección de la flacidez abdominal, permitiendo a las personas recuperar la firmeza y la apariencia tonificada de su abdomen.

Las personas que estén considerando estas opciones, deben saber que es importante consultar con un profesional médico calificado para determinar el mejor enfoque para su caso específico.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/208816-como-corregir-la-flacidez-abdominal.htm