



Dra. Juana Deltell



Dr. Juanma Revelles



Dr. Moisés Martín
Anaya



Sara Cano



Dra. Marta Recio

Una de las fórmulas más eficaces de la medicina y cirugía estética para conseguir óptimos resultados es combinar tratamientos, conjugar la sinergia de distintas técnicas y productos, contando siempre con que el consejo y planificación del profesional se adapten a la individualidad del paciente. Hablamos con distintos especialistas en la materia y esta es su experiencia



Suma de sinergias para mejorar los resultados

MEDICINA ESTÉTICA

Celulitis y flacidez

A la **Dra. Juana Deltell**, directora médica de la Clínica San & Del (Madrid), le preguntamos sobre su ponencia en la próxima Reunión de Otoño de la SELMQ (**Sociedad Española de Láser Médico Quirúrgico**) acerca de **celulitis y flacidez**, y nos indica que estos dos problemas siguen teniendo un difícil abordaje en la medicina estética porque los estilos de vida sedentarios y dietas desequilibradas, junto a la creación de estereotipos, entre otros factores a través de la influencia de las redes sociales, han contribuido a un creciente descontento con la apariencia del propio cuerpo tanto en hombres como en mujeres, propiciando el deseo de un cambio en el **contorno corporal**, pero con unas expectativas irreales en muchos pacientes.

A esto hemos de añadir que a pesar de que los motivos de consulta más frecuentes son celulitis, flacidez y los depósitos de grasa localizados, es muy excepcional que se presenten de

forma aislada y la mayor parte de los pacientes presentan la **combinación de las dos**, añadido a la presencia de otras alteraciones como por ejemplo cicatrices o estrías, por lo que puede darse una relativa complejidad a la hora de seleccionar el mejor tratamiento para cada paciente, ya que no existe un único procedimiento que ofrezca resultados milagrosos en todos los casos.

Tras la realización de una correcta **historia clínica** y estableciendo un **buen diagnóstico**, el médico sabrá pautar la combinación idónea de actuaciones médico-estéticas para lograr el mejor resultado, sin olvidar que la base fundamental siempre será el establecimiento y/o mantenimiento de unos **buenos hábitos de vida** (alimentación saludable y ejercicio adaptados a las necesidades de cada paciente, cuidados de la microbiota, micronutrición, uso de cosmética apropiada o la reducción del nivel de estrés), sin los cuales la efectividad y duración de los efectos de los tratamientos se verá comprometida.



Tratamientos

Existe un gran abanico de tratamientos, yo suelo decir que “hay tantas combinaciones como pacientes”. Esta afirmación debe dar una idea de la línea que lleva hoy la medicina estética, buscando cubrir la totalidad o la mayor cantidad de necesidades demandadas, siempre intentando adaptarse con precisión a cada caso, con un enfoque integral del paciente, ese que permita el éxito y la duración de los efectos conseguidos.

En todas las actuaciones médicas el número de sesiones de cada procedimiento y la duración global del tratamiento siempre van a depender del punto de partida del paciente, siendo clara la necesidad de un correcto diagnóstico llevado a cabo por un médico cualificado y formado en la materia, pero sin olvidar el grado de compromiso del paciente. Recordemos que los hábitos de vida anteriormente mencionados y el correcto seguimiento de las recomendaciones para después del tratamiento, influyen de manera considerable en los resultados.

No obstante, nos focalizaremos en aquella alteración que predomine, entendiendo que al-

gunas de las terapias pueden ser utilizadas con varias finalidades, solas o en combinación, con secuencias concretas para adaptarnos a todas las necesidades:

Si lo que predomina es **celulitis** podremos recurrir a **mesoterapia, carboxiterapia, ondas de choque, radiofrecuencia, ultrasonidos, presoterapia, tecnología HIFEM** (High Intensity Focused Electromagnetic), o bien subcisión, pudiendo ser esta última realizada de forma manual o estar asistida por vacío o por láser, entre otras modalidades.

En el caso de **grasa localizada**, para aquellos pacientes que no deseen someterse a una liposucción, técnica de primera elección en estos casos, se podrán realizar tratamientos como **criolipólisis, radiofrecuencia, HIFU** (ultrasonidos focalizados de alta intensidad), **láser infrarrojo, tecnología HIFEM, mesoterapia o carboxiterapia**, destacando que, para algunas localizaciones, como la grasa submental o “papada” se puede recurrir a la inyección de sustancias lipolíticas autorizadas (**ácido desoxicólico**).

Si la **flacidez** cutánea es la preocupación principal, los **HIFU**, la **radiofrecuencia** sin o

con microagujas, los hilos, los bioestimuladores de colágeno (hidroxiapatita cálcica y ácido poliláctico), la mesoterapia o la carboxiterapia, entre otros, serán los más utilizados.

En cualquier caso, no olvidemos que es fundamental respetar los tiempos de respuesta de cada tratamiento para poder realizar combinaciones de éxito, pudiendo incluso realizar algunos de estos en el mismo día para buscar sinergias de actuación, en general en la combinación suele estar el éxito.

DERMATOLOGÍA

Tratamientos faciales

Preguntado el Dr. Juanma Revelles, que es dermatólogo estético y director médico de la clínica Le Boost (Madrid), nos indica que es muy importante saber utilizar la optimización de la sinergia de distintas tecnologías y productos para obtener la mayor eficacia y el resultado deseado por el paciente, porque hay que tener en cuenta que no solo envejece la piel, además están los tendones, los músculos, disminuyen compartimentos grasos, se pierde soporte óseo..., es decir, debemos tener un enfoque a todos los niveles.

Tratamiento del conjunto del rostro

Debido a mi especialidad médica que trata de la salud de la piel y su calidad, no podemos perder de vista el tratamiento global de esta estructura y la importancia que tiene una piel bonita para vernos y sentirnos mejor. La medicina estética regenerativa, en este campo, se va a centrar en fomentar los propios mecanismos de reparación y regeneración para que este tejido fotoenvejecido por el daño solar crónico recupere un aspecto saludable, rejuvenecido y uniforme del rostro, sin olvidar la naturalidad que demandan los pacientes. Para ello, me gusta trabajar a dos niveles: uno más profundo, con cánula, donde utilizo hidroxiapatita cálcica, ácido hialurónico y glicerol, y otro más superficial, con microneedling para los exosomas. Al tratar la estructura profunda

FOCUS DUAL: LA SINERGIA DE LA RADIOFRECUENCIA FRACCIONADA + HIFU

Este cómodo equipo de radiofrecuencia fraccionada con microagujas e HIFU, FOCUS DUAL de MED.APOLO CEIVAN, permite tratar un amplio espectro de imperfecciones faciales y corporales.

Los ultrasonidos focalizados HIFU, utilizados principalmente para lifting no quirúrgico en lo que a tratamientos faciales se refiere, permiten alcanzar hasta 4,5mm, generando lesiones térmicas en la capa SMAS.

A nivel corporal, la profundidad de actuación puede llegar a los 6 y 13mm, según la zona, y penetrar en la capa de grasa subcutánea, produciendo lipólisis. Esta tecnología de última generación destaca por el tiempo de emisión del pulso, tan reducido que apenas genera molestia en los pacientes y no precisa anestesia.

Otra de sus características diferenciadoras es la variación de las frecuencias de emisión en función del cartucho empleado, pudiendo emitir a 4 o 7 MHz. Los cartuchos que inciden sobre capas más superficiales, las más sensibles, trabajan a una frecuencia de 7 MHz, reduciendo la dispersión térmica y con ello las molestias. En cambio, para tratamientos más profundos, como los que llegan hasta el SMAS o grasa subcutánea, la frecuencia de emisión es de 4 MHz.

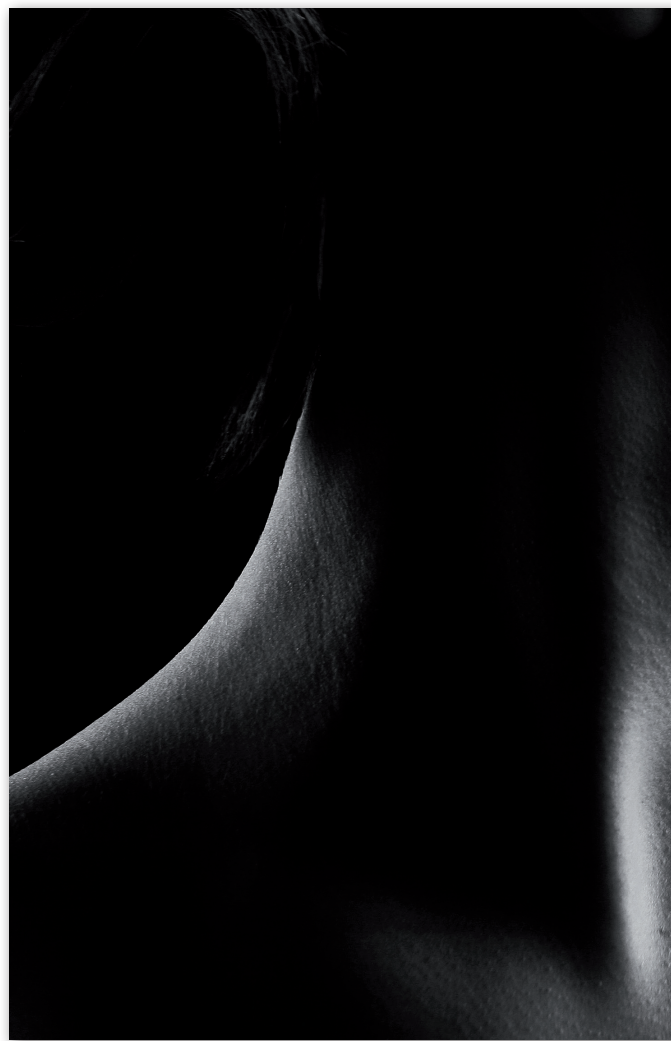
Los ultrasonidos pueden utilizarse en sinergia con la radiofrecuencia fraccionada con microagujas, un procedimiento más superficial que el HIFU. La RF puede tratar desde un plano de 0,5 hasta los 3,5mm. De esta forma, se pueden modelar diversas áreas en una misma sesión. Su variedad de cabezales en cuanto a número de agujas y presencia o no de aislamiento, lo convierten en una herramienta de gran versatilidad, adaptable a las diferentes lesiones y pacientes.



Antes y después tras 1 sesión con radiofrecuencia fraccionada. Trabajo realizado por el Dr. Ignacio Torres Navarro.

www.med-apollo.es

de la piel, busco recuperar su andamiaje y firmeza favoreciendo la estimulación de colágeno, elastina y proteoglicanos por parte de los fibroblastos y creando una matriz extracelu-



lar favorable. Y de la parte superficial, vamos a mejorar la textura de la piel, disminuyendo tamaño de poro y arruga fina, recuperando luminosidad y homogeneizando el tono, gracias a los exosomas.

El rostro y sus diferentes zonas

Periocular

Siempre se realizará un abordaje en función de las necesidades del paciente, pero en líneas generales diremos que los **neuromoduladores** (toxina botulínica) nos ayudarán a relajar la musculatura, tratar arrugas más profundas y abrir la mirada (subir la ceja). Con el ácido hialurónico podemos corregir la zona de la ojera que tiene tendencia a ser más deprimida y dará ese aspecto cansado que se va ganando con el tiempo.

No se puede olvidar el abordaje específico de la piel de esta zona, aquí tenemos el párpado, y para ello podemos utilizar diferentes tec-

nologías como la radiofrecuencia, por ejemplo para pacientes que previamente se han sometido a una blefaroplastia superior para retirar ese exceso de piel, y con ella podemos potenciar sus efectos. También para ese tensado podemos utilizar otros dispositivos como el **láser de CO₂ fraccionado**.

Son muy interesantes también los factores autólogos para estimular mecanismos regenerativos, y para la zona de la ojera a mí me gusta utilizar el **Plasma Rico en Plaquetas (PRP)**, que nos ayudará a mejorar la pigmentación de la zona, la vascularización y el drenaje, porque al ser factores autólogos de crecimiento estimularán todos los mecanismos de regeneración, mejorará el aspecto y la tensión.

Una división por edad del paciente:

- Para los **más jóvenes** uno de los primeros síntomas de envejecimiento es tener ten-



dencia al hundimiento en la zona de la ojera, éste es un signo que puede ser genético y estar muy marcado. Una de las primeras opciones y tratamientos de elección será el ácido hialurónico. La toxina botulínica se puede usar como prevención de las arrugas estáticas.

- En **mediana edad** podemos utilizar la toxina de forma ya más terapéutica, para suavizar las arrugas que se van marcando en entrecejo y patas de gallo, favorecer al relajar la mirada las emociones más positivas de la persona.
- Para **edades más avanzadas**, cuando hablamos de tensado de la piel, podemos utilizar la radiofrecuencia o el láser de CO₂.

Pómulos

Para el abordaje de esta zona vamos a dos líneas de actuación: una por el déficit de vo-

lumen que se genera por el paso del tiempo, ya que con el proceso de envejecimiento tenemos una resorción ósea y los huesos van perdiendo proyección y soporte. Por otra parte, los compartimentos grasos de la zona también tienen tendencia a disminuir y para recuperar el volumen, generalmente trabajamos con rellenos, como **ácido hialurónico e hidroxiapatita cálcica**.

Otra línea que debemos trabajar es la parte del tensado y todos los procedimientos que hagamos deben ir encaminados a compactar el tejido. En este aspecto, principalmente emplearemos radiofrecuencia y ultrasonidos, así como inductores de colágeno inyectables.

Mandíbula y cuello

En la zona mandibular los rellenos tienen un especial protagonismo, y puede ser un enfoque similar al pómulo. Aquí no hay tanta pérdida de compartimento graso, lo que existe es una merma de definición por resorción ósea. Como hemos mencionado antes, usamos ácido hialurónico e hidroxiapatita cálcica para recuperar esa definición y dispositivos para compactar el tejido y “pegar” la zona. Asimismo, se puede combinar con otras opciones de tratamiento como la toxina botulínica, usada *off label* en el tercio inferior. Si tratamos el mentalis podemos conseguir una proyección del mentón, afinar la cara al tratar el masetero, o incluso podemos realizar el llamado **lifting de Nefertiti** con el objetivo de rejuvenecer el cuello y la parte inferior del rostro en pacientes con un cuello delgado, poca grasa y sin excesiva flacidez, pero al mismo tiempo con unas bandas platismales muy potentes, lo que nos ayudará a marcar la mandíbula.

El signo principal de envejecimiento en el cuello es la flacidez y, para ello, **utilizamos inductores de colágeno** como hidroxiapatita cálcica diluida, que ayudará con el tensado al estimular esa nueva formación de colágeno y elastina. Se pueden emplear dispositivos que generen temperatura: radiofrecuencia y ultra-



sonidos. Otra de las opciones que me gusta en esta zona es el PRP y por supuesto el ácido hialurónico para las arrugas horizontales más marcadas, para el levantamiento e hidratación de las mismas.

CIRUGÍA ESTÉTICA

Radiofrecuencia para mejorar resultados

El Dr. Moisés Martín Anaya, director de su clínica homónima en Madrid, nos indica que hay procedimientos y tecnologías que complementan y mejoran los resultados, al tiempo que minimizan los periodos post operatorios: no son pocas las veces que el bisturí se complementa con algún tratamiento de medicina estética. Es el caso de la radiofrecuencia monopolar capacitiva reactiva, tecnología que se emplea para preparar a quienes se van a someter a intervenciones como un lifting facial

o una abdominoplastia, por poner algunos ejemplos. También para ayudarles a conseguir el mejor resultado en el menor tiempo posible de recuperación.

En ambos casos se logra actuando directamente sobre la zona indicada mediante la aplicación corrientes eléctricas. Como su nombre indica, y frente a la radiofrecuencia bipolar, emplea un cabezal único mediante el que focalizar la acción en la piel y los tejidos.

Si nos situamos en el periodo previo al quirófano, el tratamiento ayuda a iniciar y activar los mecanismos de reparación antes de que se produzcan las incisiones del abordaje quirúrgico. Mejora la textura y la elasticidad de la dermis y los tejidos a través del estímulo de los fibroblastos, queratinocitos y osteoblastos, las células implicadas.

Si el paciente tiene una piel firme, con buena elasticidad y capacidad de retracción, no serán necesarias las sesiones preoperatorias. En caso



queloide. Será aquí también el profesional estético quien determinará cuanto tiempo hay que esperar tras salir del quirófano para recurrir a la radiofrecuencia monopolar.

El rango de frecuencia es muy variado, pero podríamos decir que en faciales utilizamos 2.5 y 6-8 MHz, y en un corporal se puede subir al rango de 7.5 y 10-18 MHz, pero se estudia la densidad dérmica en cada caso, la capacidad de reacción del tejido y el sistema vascular para alcanzar la temperatura deseada para la manipulación. Los efectos no obedecen solo a un aumento térmico, sino a las respuestas celulares directas al propio estímulo eléctrico.

Otro punto importante, señala el director en este centro de cirugía y medicina estética, es que esta técnica reduce el dolor y mejora la calidad de vida de los pacientes, ya que disminuyen la inflamación controlada post quirófano. Hablamos aquí de la incidencia del edema o hematoma y de su severidad.

GINECOESTÉTICA REGENERATIVA

Tratamientos regenerativos para el bienestar íntimo de la mujer

La **Dra. Marta Recio**, ginecóloga y sexóloga de la Clínica MIP Salud (Madrid), nos explica cómo al llegar la menopausia, con la caída hormonal tan drástica que sufre la mujer, le conduce a experimentar una serie de síntomas que le van a afectar a diferentes niveles: una de las situaciones que más deteriora su calidad de vida es la pérdida de bienestar íntimo, debido a la aparición de lo que se conoce como el síndrome genitourinario. Esta situación sucede en más del 90% de las mujeres e influye muy negativamente en su sexualidad, su autoestima y su relación de pareja.

A nivel funcional, la sequedad vaginal, traducida como atrofia vaginal, es el primer síntoma que las mujeres suelen percibir. La sequedad suele ir acompañada de dispareunia, en parte por la fricción excesiva e incómoda que puede producir el acto sexual sin la lubricación natural, y en parte por la tendencia a la hipertonicidad muscular del suelo pélvico, que incluso puede llegar

de que el cirujano considere lo contrario, el procedimiento se suele llevar a cabo en tres citas, con una semana de intervalo y, muy importante, entre siete y quince días antes de la intervención.

La radiofrecuencia actúa sobre el estado de las células del tejido reequilibrándolas y estimulándolas. Su actividad es de un espectro muy amplio. Si se utiliza como *booster* para un lifting facial se puede incidir en estimular la microcirculación. Oxigenar el tejido es fundamental para la adherencia de las fibras al músculo, las grasas faciales se anclan en la ubicación deseada con la aplicación de la radiofrecuencia y las maniobras de masaje, aclara **Sara Cano**, esteticista de la clínica.

Tres suelen ser también las citas postoperatorias. En éstas su acción más destacable es su contribución a un proceso óptimo de cicatrización, evitando que crezcan tanto a lo ancho como a lo largo, es decir, que engrosen y se estiren formando lo que se llama una cicatriz

al grado de vaginismo. En ocasiones, la pérdida hormonal puede también conllevar un menor placer sexual por la disminución de la capacidad orgásmica del clítoris. Por otro lado, el cambio que se produce en la microbiota vaginal y la afectación de la zona urogenital, pueden incrementar el riesgo de infecciones vaginales o urinarias de repetición, o tendencia a la incontinencia de orina, tanto de esfuerzo como de urgencia.

A nivel estético, la piel y la mucosa de la zona vulvar se ven afectadas, ya que pierden progresivamente su firmeza y elasticidad, y adoptando un aspecto más flácido y envejecido.

Solución los a problemas íntimos

Pero la mujer de hoy es una mujer empoderada, que quiere seguir sintiéndose confidente y que busca encontrar una buena calidad de vida.

“Con el láser vaginal, uno de los tratamientos más efectivos, la mujer recupera la hidratación, lubricación y elasticidad que pudiera haber perdido”

De aquí surge la ginecología regenerativa, el conjunto de tratamientos que van dirigidos a recuperar el bienestar y la belleza del área íntima.

- El **láser vaginal** es uno de los tratamientos más efectivos y más estudiados para la atrofia. Entre ellos, el láser CO₂ fraccionado y el Erbio-Yag se han posicionado como los más útiles. Trabaja gracias a un estímulo fototérmico mediante la aplicación de haces de luz fraccionada que estimulan el proceso de remodelación del colágeno, el depósito de nuevo colágeno y la formación de tejido elástico. De esta forma la mujer recupera la hidratación, lubricación y elasticidad vaginal que había perdido. Además, es capaz de mejorar la microbiota vaginal en aquellas mujeres que sufren infecciones de repetición.

- La **radiofrecuencia**, por su parte, también se ha posicionado como uno de los tratamientos más adecuados para revertir el proceso de atrofia vaginal. Actúa mediante un campo electromagnético y un estímulo térmico. De esta manera, en subtermia se regula el drenaje y aumenta el metabolismo tisular; en normotermia ayuda a combatir el dolor, reducir inflamación y favorece la relajación muscular del suelo pélvico; en hipertermia estimula la regeneración del colágeno y la elastina. A diferencia del láser que sólo trabaja en la mucosa vaginal, el estímulo de la radiofrecuencia es algo menos intenso, pero más profundo.

- Para la **hidratación vulvar**, las terapias más utilizadas hoy en día son las combinadas, orientadas a un objetivo según las necesidades de la mujer. La combinación de radiofrecuencia con infiltraciones de plasma rico en plaquetas y ácido hialurónico son muy efectivas para potenciar la rehidratación y revertir la flacidez vulvar. Por otro lado, las células madre de la grasa (nanofat/SVF) son un excelente tratamiento por su durabilidad y eficacia, ya que permiten añadir volumen al área íntima si se desea, gracias al macrofat enriquecido. Hoy en día, los exoxomas son la última novedad en la ginecología regenerativa, los cuales están obteniendo excelentes resultados.

- Otras técnicas, como los **LEDs**, la **carboxiterapia** o el **láser diodo** son también utilizadas en combinación con otras técnicas, por presentar menor efectividad por sí solas pero buenos resultados cuando se combinan.

No debemos olvidar que la base de esta situación parte de la pérdida hormonal. Por ello, la combinación de los tratamientos regenerativos a nivel local junto a la terapia hormonal bio idéntica con estrógeno y testosterona, son la clave para recuperar el bienestar íntimo desde el origen y trabajar el problema de forma integral.

Porque la mujer tiene derecho a verse y sentirse bien en cualquier etapa de su vida.