

de que apareciesen hematomas, se recomienda utilizar protección en ellos durante la exposición solar". Tampoco hay por qué dejar de lado las infiltraciones de toxina botulínica o los rellenos con ácido hialurónico. Como señala el doctor Martín: "Pueden realizarse en verano sin problema alguno". En cuanto a las cirugías, hay que destacar que el verano es precisamente una de las épocas más propicias para realizarlas. Si el post-operatorio coincide con las vacaciones, se cumplirán mejor los plazos de recuperación.

## Semáforo verde

La doctora Paula Rosso, del Centro Médico Lajo-Plaza, añade algunos tratamientos a los ya mencionados. Para ella, es más que recomendable prevenir las líneas de expresión con toxina botulínica. "Es el momento del año ideal para realizarlo, ya que es en verano cuando más fruncimos el ceño debido a la alta exposición solar. Este tratamiento logra despejar la mirada, dando la impresión de buena cara a pesar de estar agotados". Tampoco está de más aportar vitaminas y antioxidantes a la piel a través de mesoterapia. "Es ahora cuando el sol y la deshidratación cutánea apagan el aspecto de nuestra piel", recuerda la doctora, que también recomienda "estimular la síntesis de colágeno mediante la diatermia facial y corporal que combate la flacidez cutánea y redensifica nuestra piel". En cuanto a tratamientos específicos para el cuerpo, la estrella es el drenaje linfático manual. Como dice Paula Rosso, "contribuye a eliminar las toxinas acumuladas, que son las causantes de la piel de naranja y de la celulitis, y nos permite mantener las piernas esbeltas y descansadas durante más tiempo".

## Dirección prohibida

El sol es el factor que juega en contra de determinadas técnicas. La lista de los tratamientos prohibidos en verano nos la facilita el doctor Moisés Amsalem. Los tratamientos de fotorrejuvenecimiento y los que realizan con IPL o láser, así como los que tienen como fin eliminar las manchas de la piel, mejorar la textura y el tono o tratar cicatrices son los más "peligrosos" para la piel. "Es importante evitar el bronceado antes y durante estos tratamientos. Si la piel está bronceada, absorberá más luz, lo que hará que el tratamiento sea menos efectivo", señala el doctor.

El láser suele actuar como un bisturí inteligente, mejorando la textura cutánea, pero, al penetrar profundamente, se debe evitar la exposición solar. Por ello es recomendable recurrir a

## Depilación láser

### A pleno sol

**El verano pasado, el e-Laser terminó con todos los tabúes sobre la depilación láser y el sol, y a día de hoy no le han salido competidores dignos de mención. Detrás de él se encuentra la tecnología de Syneron Candela. Combina dos energías: la energía láser y la radiofrecuencia, que es energía lumínica. Con ello, se aplica la cantidad de energía necesaria para la eliminación del vello, pero con seguridad óptima para todos los tipos de piel. Que se puede utilizar sobre las pieles bronceadas se ha comprobado en Santa Cruz de Tenerife, y los resultados han arrojado que es incluso más efectivo sobre las pieles con los fototipos más altos. Sólo habría que evitar el sol los tres días previos y los tres siguientes.**

él en época invernal. "Tampoco conviene hacer el tratamiento con la piel bronceada, ya que funciona mejor con las pieles blanquecinas", añade Amsalem.

## Cicatrices, a dos años vista

El verano y las cicatrices son altamente incompatibles durante, al menos, los dos años que dura el proceso de cicatrización. Como explica el doctor Chamosa -Presidente de la SECPRE-: "Se trata de un período decisivo en el que cualquier tipo de marca sufre cambios estéticos. Su exposición al sol o a otros agentes veraniegos, como la sal en el mar o el cloro en las piscinas, puede alterar su aspecto y su evolución". Esto no quiere decir que haya que vestir un burka. Basta con tapar la cicatriz, intentar reducir el tiempo de los baños en el mar y mantener la piel seca todo el tiempo que sea posible. ■

*Recurrir a la **TOXINA BOTULÍNICA** durante el verano para evitar los **GUIÑOS AL SOL** es un tratamiento tan preventivo como el uso de **FOTOPROTECTORES** para evitar la aparición de **MANCHAS**.*