



FOTO: CORTESIA

De la juventud a la vejez sin paso intermedio

SALUD
WASHINGTON HISPANIC

Crecer no solo forma parte del ritual que nos convierte en personas, también es un proceso fisiológico del que nadie puede escapar, la madurez

está tan sobrevalorada que al final hemos terminado por apartarla.

Es un hecho: nos sentimos jóvenes hasta que un día, mirándonos en el espejo, descubrimos que nos hicimos mayores.

Nacemos, crecemos, hacemos cualquier cosa

entre medias (el dicho dice que reproducirnos, pero basta con mirar las estadísticas para descubrir que eso no es cierto) y terminamos el ciclo de manera inevitable. Todo lo anterior es de perogrullo porque lo conocemos todos. Igual que nuestro proceso de madu-

ración de jóvenes a adultos para después llegar a viejos.

Hay una fecha clave en la vida de toda persona.

Nos levantaremos como cualquier otro día, nos haremos los remolones en la cama tratando de alargar lo máximo posible ese ratito entre las sábanas, iremos al

baño para evacuar los líquidos acumulados durante la noche y nos miraremos en el espejo. Ese día, la mañana clave, el momento en el que todos los universos cuadran para devolvernos la peor imagen de nosotros mismos, descubriremos que el reflejo caprichoso

nos muestra envejecidos.

No es culpa del espejo ni tampoco de las confulaciones temporales, más bien es un ejercicio de sinceridad que nuestro cerebro, aliado con nuestra vista, decide llevar a cabo para quitarnos todas las tonterías de golpe.

Antes y después de la aplicación del Botox

SALUD
WASHINGTON HISPANIC

Las inyecciones cosméticas como el Botox, o toxina botulínica, son soluciones eficaces contra el envejecimiento, las arrugas, patas de gallo y las líneas del entrecejo. Sin embargo, antes de aplicarlo y después es bueno saber ciertas cosas que no se deben hacer. Veamos las cosas que no se deben hacer antes y después de la aplicación de Botox.

En cuanto a la medicina estética se aprovecha para paralizar el músculo para evitar las arrugas faciales y es una técnica que no produce casi dolor. Una vez aplicado sus efectos son inmediatos y dura alrededor de unos 4 a 6 meses. En muy raras ocasiones puede producir alergias, rigidez facial o vómitos. Sin embargo, se recomienda aplicarlo con un especialista en el área, un médico cirujano



FOTO: CORTESIA

de preferencia.

Que se deben evitar antes de aplicarse Botox Evite el alcohol

Si bien no hay ninguna prueba definitiva de que tomarse unas copas pueda afectar los resultados de su tratamiento de Botox,

es recomendable no consumir alcohol unos días antes. «El consumo moderado de alcohol puede levemente diluir la sangre, lo que puede aumentar la probabilidad de aparición de moretones,» explica el Dr. Dele-Michael dermatólogo de New York.

Motrin, Aleve, ibuprofeno y el naproxeno. Evitar también tomar suplementos que contengan vitamina E, aceite de pescado, ajo y lovaza.

Si usted está embarazada o amamantando, es hora de reprogramar

Si está embarazada (o cree que lo está) o en periodo de lactancia, no es el momento de aplicarse botox, y la reprogramación de su cita debe ser una orden. El Dr. Dele-Micheal dice que, aunque no se ha demostrado que aplicarse este inyectable puede perjudicar a su bebé antes de nacer o puede pasar a través de la leche materna, es mejor prevenir antes que lamentar.

Cosas no recomendadas después del botox

Saber qué esperar de su tratamiento, así como lo que no se debe hacer antes de su cita, es esencial para tener una buena experiencia la primera vez que te

aplicas el botox. Se puede lavar su cara, hacer expresiones faciales e incluso ponerse maquillaje cuando salga de la oficina del doctor, pero no es recomendable hacer las tres siguientes cosas:

Acostarse boca abajo

En Houston el cirujano plástico Henry A. Mentz, sugiere que no se puede acostar boca abajo después de cuatro horas después de su aplicación. Además de la inflamación post-tratamiento, el botox necesita tiempo para instalarse y hacer su trabajo.

Ir al gimnasio

En Nueva York el dermatólogo Dendy Engelman, recomienda no hacer sesiones de entrenamiento durante al menos 24 horas. Lo mejor es simplemente tomarlo con calma, sobre todo con la aparición de moretones post-tratamiento y el enrojecimiento que a menudo se produce después de botox. Así que evita el hacer ejercicios y alguna actividad de mucho movimiento, al menos por un día.

Masajear la zona de la inyección

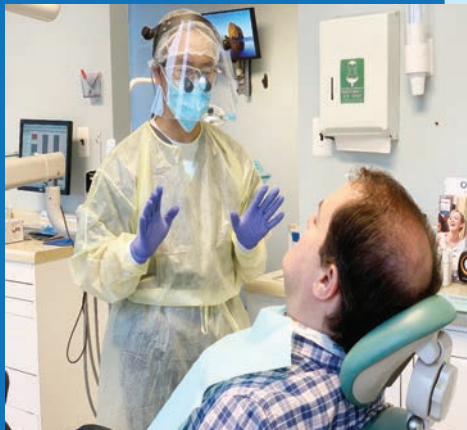
Usted puede tener la tentación de tocar o frotar el lugar de la inyección (especialmente cuando la crema anestésica comienza a desaparecer), pero los expertos aconsejan no hacerlo. Después de su aplicación se necesita más tiempo para que el botox funcione. Dentro de dos a siete días, usted comenzará a ver los resultados definitivos, pero hasta entonces, deja que tu piel se recupere y se adapte sola.

HOSAKA DENTAL

Del Doctor Erick Hosaka

Le Brinda Garantía y seguridad en esta época del COVID-19

Un Dentista que cuenta con la más alta tecnología para los diagnósticos y cuidado de sus dientes.



En las siguientes especialidades

- Exámenes y Limpiezas Dentales
- Curaciones
- Invisalign (ortodoncia invisible)
- Coronas y puentes
- Emergencias dentales

SE HABLA INGLÉS Y ESPAÑOL

Pida su cita llamando al

301 657 2225

TOTAL DENTAL CARE

Dentista Familiar y Cosmética
Dr. Linh Anthony Nguyen, D.D.S., P.C.

CORONAS, PUENTES, DENTADURAS,
EXTRACCIONES, ROOT CANAL.
IMPLANTES, COSMETICA DENTAL,
TRATAMIENTO DE ENCIAS.

Abrimos hasta tarde
los sábados y domingos.

ORTODONCIA:
FRENILLOS PARA NIÑOS Y ADULTOS
SERVICIO DE EMERGENCIAS
Aceptamos la mayoría de seguros
y Medicaid. Financiamiento a 12 meses
sin intereses con crédito aprobado.

PACIENTES NUEVOS

Limpieza

\$60

Incluye: Examen y consulta.
Chequeo del cancer bucal
4 Rayos X (bitewing)
Precio Regular \$200.
Sólo pago en efectivo.
No válido con seguro para terceros.

703-256-1183
5017-B Backlick Rd.
Annandale, VA 22003



¿D. SE SIENTE ASÍ
O SABÉ QUIÉN LO ESTÁ..?

Emociones Anónimas
B.V. Arlington

3219 Columbia Pike Ste B1, Arlington VA
Teléfono: 571-451-7672
arlington@mbvna.org

Sesiones:
Lunes a Viernes
6:00 a 10:00 p.m.

Sábados y Domingos
11:00 a.m. a 3:00 p.m.

AYUDA
GRATUITA

www.neutoricosanonimosbv.org.mx