

O corpo que **DESEJA**

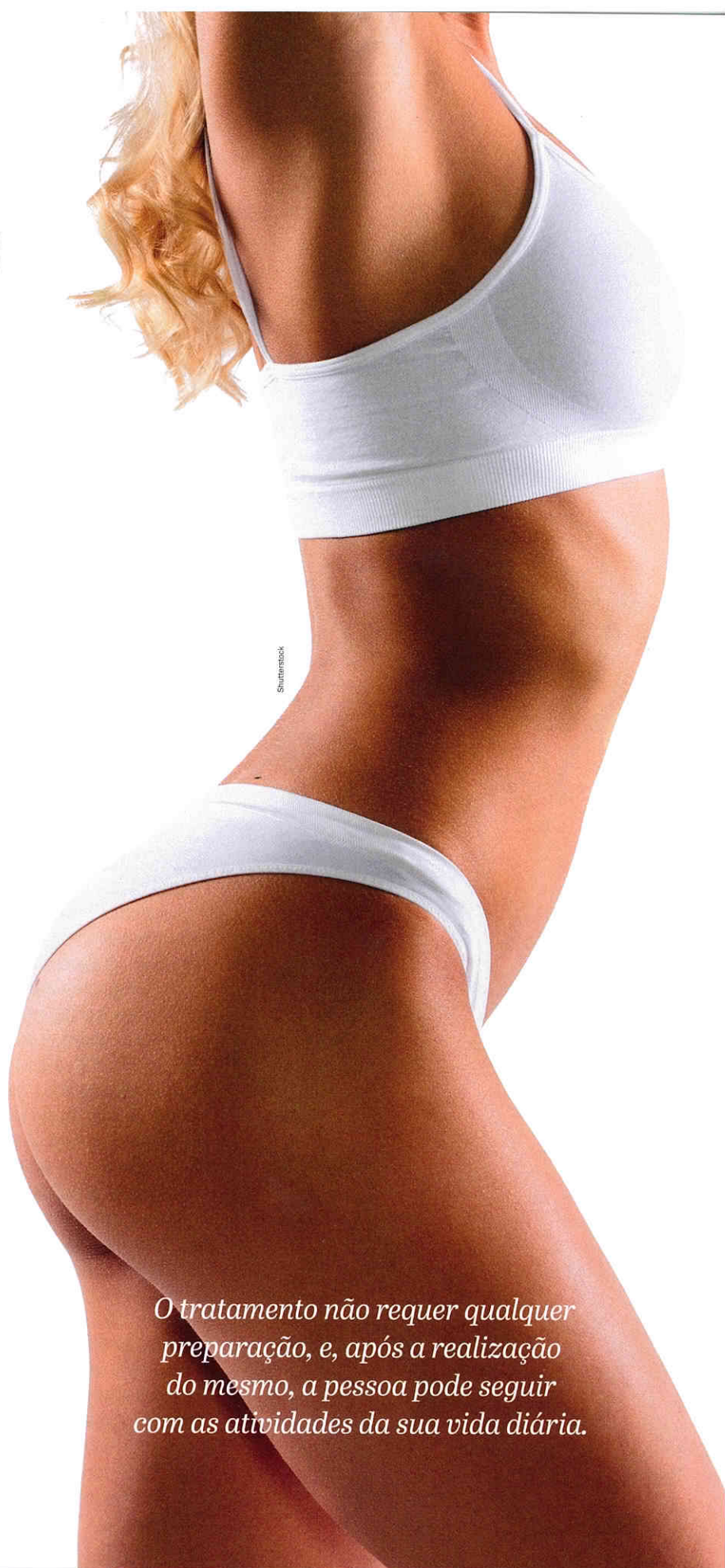
A tecnologia coolsculpting promete eliminar 25 a 35% das células de gordura, na zona a tratar, em apenas uma ou duas sessões.



Por Luísa Magalhães Ramos
Cirurgiã Estética

Ter um estilo de vida saudável é uma tendência a nível mundial e Portugal não é exceção. Hoje em dia sabe-se que as chamadas “doenças crónicas não transmissíveis”, tais como as doenças cardiovasculares, o cancro, a diabetes mellitus e as perturbações da saúde mental, como a depressão, resultam dum conjunto de fatores ligado ao estilo de vida individual. Fatores estes que podem resultar da inatividade física, do excesso de peso, do consumo excessivo de álcool, vários erros alimentares, o elevado consumo de tabaco e ainda a má gestão de problemas ou *stress*. Perante esta realidade, adotar um estilo de vida saudável permite aumentar a possibilidade de viver com saúde muito mais anos, ainda que esse estilo de vida, naturalmente, esteja associado à palavra “saúde”, vai além disso. Muitas vezes o resultado estético, ou seja, a nível exterior, é a verdadeira motivação para a mudança do estilo de vida. A gordura localizada é uma das maiores preocupações a nível corporal e, muitas vezes, mesmo adotando uma alimentação cuidada e insistindo na

prática de exercício físico, estas gorduras são resistentes e tornam-se motivo de preocupação e até de alguma desmotivação. Felizmente, e também na área da estética, a tecnologia tem evoluído muito e hoje a técnica designada por “criolipólise coolsculpting” é considerada uma das opções não cirúrgicas mais eficazes, no tratamento da gordura localizada. Aprovada pela FDA e com milhares de tratamentos realizados em todo o mundo, a tecnologia *coolsculpting* promete eliminar 25 a 35% das células de gordura, na zona a tratar, em apenas uma ou duas sessões. O tratamento não requer qualquer preparação, e, após a realização do mesmo, a pessoa pode seguir com as atividades da sua vida diária. Os resultados começam a ser visíveis entre as 4 e as 12 semanas. Sentir-se bem com o seu corpo faz parte do equilíbrio emocional necessário para adotar um estilo de vida saudável, o que irá permitir-lhe investir naquele que é o seu maior capital, ou seja, a sua saúde física e emocional.



O tratamento não requer qualquer preparação, e, após a realização do mesmo, a pessoa pode seguir com as atividades da sua vida diária.