



## Las diferencias entre perder peso y perder volumen

En la sociedad actual se identifica una figura delgada o esbelta para presumir de un buen tipo. Sin embargo, a la hora de adelgazar, es importante entender la diferencia entre la pérdida de peso y la pérdida de volumen corporal, un significativo concepto que la mayoría de la gente desconoce. La Dra Fercasy, directora médica de la clínica que lleva su nombre, explica las diferencias entre la báscula y la talla, a la vez que presenta un tratamiento especializado en la pérdida de volumen corporal. Desde 250 € varias sesiones. [www.fercasy.com](http://www.fercasy.com)



- **Perder peso** significa disminuir lo que pesa el cuerpo, que está compuesto por agua, órganos, músculos, huesos, grasa, etc. Para perder peso rápidamente, lo que la mayoría de la gente hace es restringir las calorías ingeridas o hacer ejercicios de cardio constantemente, ya que su mentalidad es “quemar calorías”.

- **Perder grasa** hace referencia a la disminución de la cantidad de grasa que está en el cuerpo, ella es la responsable del aumento de tallas. Hacer ejercicio y una dieta rica en proteínas y verduras (adiós a los hidratos simples) constituyen el tándem perfecto para perder grasa y, por consiguiente, volumen.
- **Adelgazar:** Adelgazar es perder volumen sobrante y no kilos. Adelgazar es bajar de talla, no de peso. Lo fundamental no es el peso sino la proporción de grasa en el cuerpo. La grasa pesa menos que el músculo, pero ocupa mucho más espacio por lo que si entrenas puedes no notar que bajas de peso, pero tu cuerpo se está reorganizando por dentro y estás bajando de talla y reduciendo tu volumen.
- **Hay dietas relámpago** que prometen una pérdida de varios kilos de peso en muy poco tiempo. Es importante entender que lo que se está perdiendo aquí no es grasa, sino masa muscular y agua. Estas dietas suelen tener un **efecto rebote:** cuando al cuerpo se le priva de ciertos alimentos, el metabolismo se ralentizará y la energía pasará a obtenerse de la masa muscular.
- **Resultados efectivos y a largo plazo.** Si lo que se quiere es obtener unos resultados a largo plazo, la opción elegida debe ser la de perder volumen y grasa, a la vez que se conserva el músculo.

### **Tratamiento Adelgazante en la clínica de la Dra Fercasy**

La clínica de la Dra Fercasy pone a disposición de quien lo desee este tratamiento adelgazante (desde 250 € varias sesiones) que ayuda a regular el equilibrio de la membrana adiposa. El protocolo es el siguiente:

- **Cavitación:** sacude el panículo adiposo.
- **Lipolaser:** emisión laser, que drena la cavidad adiposa.
- **Presoterapia:** drenaje de la grasa a través del bombeo.
- **Saco de infrarrojos:** enzimas que capturan la grasa y la drenan.
- **Contrae y reorganiza las fibras de sostén,** reforzando el tono muscular y la elasticidad cutánea.

- **“Rellena” el óvalo facial** evitando el descolgamiento de la piel.
- Particularmente **indicado para pieles flácidas**.



### **Acerca de la Clínica Fercasy**

La palabra Fercasy proviene de una mujer: Raquel Fernández de Castro Ysalguez. Raquel (Dra. Fercasy) es una reputada doctora en Medicina Estética, diagnóstico y prevención, que acaba de inaugurar la clínica que lleva su nombre en la céntrica calle de Velázquez, Nº73. De la mano de un equipo de élite internacional ofrece diferentes servicios que van desde la Medicina Estética en general, hasta tratamientos más específicos por sesiones. Los resultados son satisfactorios y muy naturales, siendo algunos ya apreciables desde la primera sesión.

En la Clínica Fercasy tienen como objetivo ponerse en la piel de cada paciente para cumplir las metas personales de éste y, a la vez, convertirlas en sus metas profesionales. Además, Fercasy no es una clínica de Medicina Estética común, sino que se trata de un centro moderno, exclusivo y chic dirigido a un cliente exigente, cosmopolita y amante de la belleza que se sentirá como “en casa” gracias a este nuevo concepto ideado por la Dra. Raquel Fernández de Castro Ysalguez.

Síguenos en:

 /fercasy

 @fercasy