

CANO Y GALLARDO SRL

¿POR QUÉ ES TAN IMPORTANTE USAR UNA FAJA DESPUÉS DEL PARTO?



En un embarazo ideal, las alteraciones físicas del cuerpo de la mujer se resumen al estiramiento del tejido que envuelve el abdomen, a la ganancia de volumen en los senos y la ampliación de la cadera.

No hay regla para recuperar la forma después del parto. Cada mujer es dueña de un organismo diferente y responde de forma única en ese período. Algunas madres en apenas un mes son mejores que antes y otras pueden llevar meses o hasta años para volver a la normalidad. Lo cierto es que todas necesitan **una faja** como ayuda, una de calidad, colombiana como las que trae para ti ENTALLARTE.

INDICACIONES PARA EL USO DE LA FAJA.

En el embarazo se produce la llamada distensión intrabdominal a diferencia de lo que ocurre después de una cirugía plástica en la cual **la faja** necesita ser usada para comprimir la región que sufrió intervención. En este caso no es necesaria para eso. Por eso, la indicación del **uso de la faja** es orientada a los siguientes casos.

1. La **faja después del parto** tiene como objetivo recuperar la forma. Funciona para dar más comodidad, seguridad y ayudar en la postura en el posparto.
2. A causa del estiramiento de los músculos, el abdomen se ve más flácido después de la gestación, la intención de la faja es hacer que la piel se pegue nuevamente al músculo.

CANO Y GALLARDO SRL

3. **La faja** se utiliza para darle mejor forma a la silueta ya que es normal que, después del parto, la barriga quede un poco hinchada y con un formato muy diferente. Pero, quédate tranquila que esta alteración cambia rápidamente.

4. Devuelve la autoestima en la medida que hace que las ropas se vean mejor en la mujer luego de dar a luz. Además de dar seguridad a los movimientos.

5. Luego de la gestación, la piel y los músculos de la barriga también quedan flácidos y van mejorando el tono con el tiempo. A partir del segundo mes después del parto, el abdomen comienza a volver y la cintura se afina.

6. Cuando la mujer gana poco peso, esta flacidez es visiblemente disminuida en menos de seis meses. Por eso, el material de **la faja** debe ser ajustable y tener la opción de abrirse por debajo (principalmente para las mujeres que pasaron por una cesárea) para no causar burbujas y lastimar la piel.

Incluso con todas estas **indicaciones sobre el uso de la faja**, recuerda que la barriga solo volverá a ser como era antes del embarazo con ejercicio que puede comenzar a realizarse, en promedio, un mes después del parto. Para evitar y combatir la flacidez posparto, mantén una alimentación sana, rica en frutas, hortalizas, legumbres y verduras que ayudarán a combatir los radicales libres y el envejecimiento precoz de las células.