

Belleza

# Sprint

Quieres estar perfecta en todas y cada una de las ocasiones que se aproximan, pero te miras al espejo y descubres que los hoyuelos de tu celulitis se aprecian a través del fino vestido y que te sobra algún que otro kilo estratégicamente situado en vientre y cintura. ¿Y un traje superescotado? Si te asusta el doble mentón o algunas manchas difuminadas por pecho y espalda, solúcnalo en tiempo récord, así como las varices si pretendes lucir una minifalda de vértigo para las noches más locas. ¿Estresada? No está permitido. Una sesión de relax para no perder los nervios y una inyección de vitalidad. ■



## FIRMEZA Y JUVENTUD

Con la edad, es frecuente que se acumule grasa en la región púbica y que aparezca descolgamiento. Es un problema que suele condicionar el vestuario, tanto con prendas ajustadas como con ropa deportiva. La solución es sencilla, una intervención con anestesia local y sedación que consiste en liposucción de la grasa y un *lifting* de la piel con una cicatriz mínima. La recuperación es rápida y sólo precisa el uso de ropa interior ajustada durante dos semanas. Instituto de cirugía estética y plástica.



# Final

Empieza la cuenta atrás. A un mes vista de enfundarte en ese precioso traje de fiesta, es el momento de preparar tu cuerpo para lucirlo.

# antes de Navidad

## MUCHA ENERGÍA

El estrés, la falta de tiempo, el exceso de trabajo dentro y fuera de casa, las compras, organización de eventos, la crisis... Todo se pone en contra.

**Plus de energía con un masaje reequilibrante.**

**Hawaiano**, disuelve tensiones usando pulgares, nudillos, palmas de las manos, brazos y movimientos de los codos... **Thai**, acupresión, amasamiento, deslizamiento y estiramientos para relajarse.

**Balinés**: movimientos manuales lentos y largos mejoran la circulación sanguínea.

**El masaje de Saurina**: energía y vitalidad, antienvjecimiento, antioxidante y tónico circulatorio gracias a la combinación de maniobras específicas y la aplicación de vitamina C.

**Método Lenoarmi**: masaje energético vibracional, con cristales de cuarzo de colores para restablecer el equilibrio energético perdido o descompensado.



En Salus Center, en el spa del hotel Nuevo Madrid o en tu propio domicilio, Masayo, masajista terapeuta japonesa, y Yampee manejan técnicas como el masaje balinés, tai-landés, hawaiano o shiatsu... Para liberar tensiones, mejorar la circulación y serenar la mente.

## ESCOTES DE VÉRTIGO

Un mentón pequeño y hundido o al contrario, doble, arruina cualquier escote. Para el primer caso la **bioplastia**, con ácido hialurónico de alta concentración, es la solución; evita el riesgo quirúrgico y permite la rápida incorporación a la vida habitual.

Para el doble mentón, se extrae la grasa a través de una pequeña incisión con una cánula. Es una intervención ambulatoria y con anestesia local; la paciente se incorpora a su rutina en 2-3 días. No queda cicatriz y las marcas de incisiones desaparecen en días. Para el posoperatorio basta una banda de compresión para dormir la primera semana. **Smalia**.

**Limpieza de espalda**. La dificultad de acceder a esta parte del cuerpo demanda una atención especial. Una **peeling** de arenas volcánicas limpiará las impurezas. Después se oxigena con ozono y oxígeno durante 10 min. Si es necesario se realiza extracción. Finaliza el tratamiento con un masaje con aceite bifásico oxigenado. 40 minutos. **Heber farma**.

**El tamaño adecuado**. Para un bonito escote nada como un pecho turgente, no demasiado grande pero sí vistoso. Hoy se puede cambiar su tamaño con inyecciones de gel de ácido hialurónico diseñado para el remodelado del contorno corporal. «No requiere hospitaliza-

ción, es un procedimiento poco invasivo, el periodo de recuperación es corto y se consiguen resultados inmediatos», dice el dr. Porcuna, presidente de la Sociedad Española de Cirugía Plástica, Reparadora y Estética (SECPRE). «Está indicado para mujeres que no quieren un aumento importante y no quieren someterse a cirugía».

**Sin mancha**. **Revitalstart** con el sistema **Led** acaba con los problemas de hiperpigmentación que afean tanto el escote. Es inocuo y tras la sesión permite la inmediata incorporación a la actividad habitual. Combina la emisión de luz roja con la aplicación de una sustancia sensibilizadora, que el dermatólogo selecciona en función del grado de hiperpigmentación. Maribel Yébenes.



## ADIÓS A LAS VARICES

Tanto el doctor Lisbona como el doctor Puncernau aconsejan el láser transdérmico para eliminar las pequeñas arañas vasculares y varices antiestéticas de forma rápida e indolora. Se necesitan tan sólo unas tres o cuatro sesiones para conseguir una gran eficacia, sin dejar señales y con un mínimo tiempo de resolución. Para varices de mayor tamaño, la técnica E.L.A.V. (Endolaser Ablation Veins) es sencilla, rápida, efectiva y estética.

Direcciones en pág. 78

## DESPIDETE DE LA CELULITIS

La **Carboxiterapia** con pisto- lógico, que consiste en inyectar CO<sub>2</sub> de forma subcutánea, a través de una aguja muy fina. Produce menos hematomas, aumenta el oxígeno en los tejidos y además favorece la destrucción de grasa acumulada. Hedonai.

**Masaje Cyriax**. Trata la celulitis fibrosa, con la ventaja añadida de que permite trabajar de forma específica sobre cada

nódulo, sin dañar las estructuras adyacentes ni provocar flacidez. Mira + Cueto.

**Velashape**. Combinación de radiofrecuencia bipolar, infrarrojos, vacuoterapia y rodillos de masaje que no sólo trata la celulitis, sino que ayuda a recuperar la figura de forma natural. Los resultados son visibles desde la primera sesión, proporcionando a la piel del cuerpo un aspecto más rejuvenecido y reafirmado.

## REMODELAR EL CONTORNO

El láser **Bodyforming** trata, además de las áreas habituales (abdomen, muslos, glúteos), zonas problemáticas como brazos, para un remodelado corporal completo. La energía se aplica dentro del tejido adiposo y así los circundantes no se dañan. El tiempo de tratamiento varía entre 30 min para una zona localizada a 4 h. La recuperación es muy rápida (1-2 días). IMEMA.

Textos: Mayte Martínez.