

EL PAÍS

**KYLIE
JENNER**

La billonaria *self made*
más joven, según
Forbes. «Yo controlo
Kylie Cosmetics y
también los números»

S
MODA

Exceso

Cómo lo vulgar bebe del lujo y viceversa; el derroche de la industria 'low cost' busca nuevos patrones y el 'body positive' femenino rompe barreras

Nº 248 MAYO 2019
CÓMO VIVIR EN EL PAÍS SOLO
EL VIERNES 10 DE ABRIL
SMODA.ELPAÍS.COM

3,50€
ESPAÑA Y
PORTUGAL

BELLEZA
PRIMER PLANO

Texto
SILVIA CAPAFONS

Fotos
DANIEL SCHEEL

Realización
FRANCESCA RINCIARI

CUERPOS EN

A photograph of three women in black, long-sleeved, high-necked outfits posing against a vibrant orange background. The woman on the left has curly hair and is leaning back with her right arm raised. The woman in the center has her hair pulled back and is looking towards the right. The woman on the right has straight hair and is leaning forward. The overall mood is artistic and dramatic.

Los tratamientos más novedosos afinan puntería y se dirigen a zonas corporales específicas. La tendencia es huir de cánones de belleza absolutos y ganar en plasticidad. Seis bailarinas de la Compañía Nacional de Danza nos sirven de lienzo



MOVIMIENTO



Atajar problemas corporales como la celulitis, la flacidez o la retención de líquidos a un nivel genérico ha sido la tónica habitual de la medicina estética. Hasta ahora. El fin de un canon perfecto, quizá imposible de conseguir, ha dado paso a muchos tratamientos que se focalizan en zonas concretas del cuerpo con una aproximación de contenido más holístico. La médico estético Carmen Navarro considera que «hemos aprendido a cuidarnos de manera específica a todos los niveles y, cuando ahora se acude a un centro especializado, buscamos nuestra versión mejorada en zonas localizadas, más concretas». Las consecuencias de este cambio de perspectiva no se han hecho esperar: cada procedimiento estético se personaliza al máximo con técnicas especializadas que tienen en cuenta las características de cada área, el tipo de tejidos de cada persona y su resistencia o la capacidad de respuesta. Estas son las últimas novedades del sector, palmo a palmo.


EN BUENAS MANOS

Los brazos plantean dos particularidades a medida que pasan los años, según Petra Vega, presidenta de la SEME: uno, el exceso de grasa, que al ser muy localizada pide técnicas enfocadas en disolverla como la criolipólisis o el lipoláser, y dos, el efecto 'alas de murciélago' o descolgamiento producido por la escasa densidad de los tejidos, que mejora con la tecnología de microondas, los hilos corporales, la carboxiterapia o los inductores de colágeno.

Según los avances presentados en el último congreso de la SEME, «el equipo de microondas está indicado para mejorar la celulitis y reducir la grasa y la flacidez en pocas sesiones (de cuatro a seis), no requiere anestesia y la reincorporación a la vida cotidiana es inmediata. La criolipólisis o liposucción en frío es más efectiva, en mínimas sesiones, y es la alternativa no quirúrgica para pequeños acúmulos grasos en brazos, flancos, abdomen o rodillas. No necesita anestesia y la recuperación es inmediata». Desde 400 euros por sesión en Clínica Vega.

Por otro lado, el método lipoláser permite acabar con la grasa de forma permanente. En este caso sí hace falta anestesia local y dos o tres días de recuperación. Desde 2.500 euros. La doctora Virtudes Ruiz, experta en Medicina Estética, cuenta con un protocolo diseñado para combatir las 'alas de murciélago' que consta de la infiltración de un inductor de colágeno (microesferas de policaprolactona) en una sesión, hilos tensores de polidioxanona junto con inyecciones de silicio orgánico en otra y radiofrecuencia en 10 o 12 sesiones; desde 1.500 euros. Un paso más allá va la lipomarcación, más aplicada hasta ahora en el abdomen: consiste en realizar una liposucción de alta definición en la zona escogida y «una vez extraída la grasa, esta se vuelve a utilizar mediante inyecciones para realzar la musculatura de las regiones que queremos resaltar», explica el doctor Ignacio Ortega, cirujano plástico de Face Clinic. Desde 4.900 euros.

A partir de la muñeca, las preocupaciones son otras. «Los principales signos de envejecimiento en las manos son las manchas seniles, la pérdida de hidratación y el aspecto huesudo por una menor densidad», explica la doctora María Rosa García Maroto, directora de Medicina Estética de la Clínica de la Fuente. La experta propone, además de la bioestimulación con plasma rico en plaquetas para restaurar la vitalidad y aumentar el grosor cutáneo, la rehidratación con infiltración de ácido hialurónico no reticulado en dos sesiones, a partir de 300 euros cada una. En unas manos huesudas, las inyecciones de la misma sustancia pero reticulada, desde 350 euros. Y cuando hay arrugas finas y manchas extensas, el láser CO₂ fraccionado. «Al actuar selectivamente contribuye a una recuperación más progresiva», cuenta García Maroto. Desde 400 euros. La especialista Natalia Ribé propone carboxiterapia (infiltración de dióxido de carbono) para devolver a las manos el brillo y la hidratación de la juventud y formar nuevo colágeno. Entre seis y ocho sesiones, desde 100 euros. Otra opción efectiva con las marcas oscuras es el láser Q-Switch, que en Madrid lo aplica Carmen Navarro. La máquina realiza un *peeling* a través de una mascarilla de carbono activo y estimula la creación de colágeno y elastina, difuminando manchas y arrugas; de tres a cuatro sesiones, 200 euros cada una. Para mantener los resultados de estos tratamientos, la cosmética es el complemento perfecto, y los activos elegidos en esta zona son la vitamina C -que >



«El deporte aporta oxígeno a nuestras células, activa todas las funciones biológicas, ayuda a quemar grasa y a generar músculo. En definitiva, aumenta la eficacia de los tratamientos entre un 10% y un 30%», garantiza el doctor Moisés Anselem. En las imágenes, las bailarinas de la Compañía Nacional de Danza (cndanza, mcv.es/es), que celebra este año su 40 aniversario, son prueba de los efectos del ejercicio en el cuerpo. *Giada Rossi* y *Aida Badia* llevan mono con motivo floral de STELLA MCCARTNEY. En la doble página anterior, *Kayoko Everhart* lleva *body* de cuello alto de WOLFORD; *Giada Rossi*, *short* y top de PALOMO SPAIN; *Lucie Barthélémy*, *body* de WOLFORD; *Cristina Casa*, *body* con manga corta de WOLFORD; *Elisabet Biosca*, *maxipantalón* y top de PALOMO SPAIN; y *Aida Badia*, *body* de cuello alto y *sisas* de WOLFORD. Detrás, *raso* Nura naranja de MANUEL CANOVAS de venta en GASTÓN Y DANIELA.

BELLEZA
PRIMER PLANO





"La mayor
preocupación
estética tras el
parto es la
reafirmación del
abdomen, de
los muslos y de
los glúteos"

CONSTANZA BAHILLO,
DE FACE CLINIC

Kayoko Everhart lleva cisne
en tul de seda de CORTANA.
En la página anterior,
Elisabet Blosca luce vestido
de pañuelos con flecos de
PALOMO SPAIN. Detrás,
raso Nura naranja de MANUEL
CANOVAS de venta en
GASTÓN Y DANIELA.
Maquillaje y peluquería: Jen
Barreiro para Charlotte
Tillbury y Balmain Hair
Couture. Asistente de
fotografía: Elías Soto.
Asistente de estilismo:
Jesús Ramírez.
Asistente de maquillaje y
peluquería: Marina Torres.
Agradecimiento a la
Compañía Nacional de Danza.

aporta densidad e iguala el tono-, las sustancias hidratantes y oclusivas -como el ácido hialurónico o la glicerina-, y el retinol en las cremas que se aplican por la noche.

DO DE PECHO

El busto comienza en el escote, y ahí la piel, además de ser fina, está expuesta a la radiación solar buena parte del año. «Cada vez somos más conscientes de que si optamos por retoques faciales debemos tratar también cuello y escote para que el resultado sea más armónico. Las manchas solares y rojeces se eliminan mediante láser o luz pulsada, para lo cual se necesitan tres sesiones», explica la doctora Mercedes Sáenz de Santa María, de la Clínica Dermatológica Internacional. IPL, 800 euros tres sesiones; láser, 1.200 euros otras tantas. La experta recomienda hidratar la zona con pequeñas inyecciones de ácido hialurónico, desde 600 euros, o si hay arrugas y pérdida de firmeza, el estimulador de colágeno Radiesse. Una sesión, 600 euros.

En cuanto a cosmética, pide activos capaces de realizar un *peeling* y renovar sus células muertas: alfa-hidroxiácidos, aceites ricos en ácidos grasos y antioxidantes, colágeno y coenzima Q10, apuntan en el centro Lostao. Su método Alta Tensión combina exfoliación química, aparatología LPG para tonificar, Indiba Deep Beauty de gran poder regenerante y mascarilla de alginatos, 90 euros. Mínimamente invasivo es el protocolo de última generación High Couture a base de hilos tensores PDO con el añadido de la radiofrecuencia Venus Legacy de pulsos magnéticos. El resultado es la formación de nuevo colágeno y un escote más firme y con mejor calidad de piel. En Slow Life House, 800 euros, una sesión.

La zona de las mamas es la que demanda más intervenciones de cirugía plástica: 76.523 mujeres la solicitaron en España en el último año, según la International Society of Aesthetic Plastic Surgery (ISAPS). La novedad está en el abordaje de la incisión para el aumento, que el doctor Mato Ansorena realiza por vía axilar con cicatriz invisible gracias a un instrumental quirúrgico a medida. «Es ideal para mujeres entre 18 y 35 años que buscan un pecho mediano», confirma. La forma redonda o anatómica depende de la fisonomía de la paciente y su gusto, pero las prótesis texturizadas están en entredicho, según el cirujano, «por su posible vínculo con el linfoma anaplásico».

En la espalda, la piel tiende a producir más sebo y a acumular células muertas, pero no es su único

Como en el rostro, los tratamientos se especializan contra manchas y arrugas en cuello y escote

punto débil: a menudo la grasa se concentra en los flancos. Se recomienda el exfoliante y las cremas con vitaminas A y C, que logran que la piel se redensifique, como confirman en Lostao. Su tratamiento Espalda de Seda incluye masaje y envoltura con manteca, aceite de oliva, cacao y antioxidantes, 60 euros la sesión. Los llamados *bra-rolls*, esos rollitos de grasa acumulada en los costados y alrededor del sujetador, se difuminan con Belkyra, una versión del ácido desoxicólico para zonas pequeñas: consigue destruir la membrana celular. Es un tratamiento permanente. «Durante dos días puede haber hinchazón local, pero no hay que preocuparse porque esta inflamación es la causante de la retracción de la piel», dice Paula Rosso, médico estético del centro Lajo-Plaza. Entre dos y cuatro sesiones, a partir de 950 euros.

PIES EN TIERRA

El microbiquini es tendencia según Instagram, lo que invita a fijarse, llegado el buen tiempo, en la grasa, la celulitis y la flacidez en piernas y glúteos. En cuanto a estos, en Europa se busca la tonificación, mientras que en Estados

Unidos y Sudamérica prefieren añadir volumen. Para conseguirlo está el *lipofilling* (grasa extraída de otras zonas) o los implantes: en 2017, según la ISAPS, 31.330 personas aumentaron su retaguardia con implantes y 300.791 con lipotransferencia. Esta



DE DELANTE HACIA ATRÁS

Los AHA (alfa-hidroxiácidos), los ácidos grasos y antioxidantes, el colágeno y las vitaminas A y C mejoran el aspecto de escote y espalda, reducen arrugas y las manchas, y eliminan el exceso de sebo y células muertas. Body 24 Hour de VALMONT (156 €), Super Bust Tense in Serum de BELKYRA (43 €) y Eternal Repair Body Serum de BELKYRA (45,5 €).



LLENARSE LAS MANOS

Para mantener jóvenes los brazos (de los hombros a los dedos) se recurre al ácido hialurónico, la glicerina y el retinol (de noche). Body Tightening Concentrate de SKINCEUTICALS (81 €), Lait Haute Hydration Body Excellence de CHANEL (70 €), Super Fit Arm Sculpt de RODIAL (66 € en ikonsgallery.com), L'Intégral Soins des Mains Anti-Age Sisleya de SISLEY (118 €) y Hand Nourishing Cream de SHISEIDO (31 €).

organización ha alertado de los riesgos de la lipoinyección en nalgas si no se realiza bien: dispara la posibilidad de embolismo pulmonar. «No significa que sea una técnica peligrosa, pero debe ser realizada por profesionales acreditados», dice Mato Ansorena. Desde 2.500 euros en su centro.

Si se opta por las prótesis, la forma dependerá de la morfología glútea. En IML se realiza con anestesia general y requiere un reposo relativo los días posteriores, por 4.500 euros. Pero si el objetivo es redondear, elevar y proyectar, de manera poco invasiva y sin cirugía, la opción es el ácido hialurónico para uso corporal. La doctora Virtudes Ruiz detalla: «Se introduce con microcánulas a nivel subcutáneo 200-500 ml por nalga. Con anestesia local y no es necesario ingreso». Una sola sesión, desde 2.000 €. Para las que solo deseen levantar sin añadir volumen, la recomendación es Emsculpt o la máquina de las 22.000 sentadillas o los 20.000 abdominales. Según el doctor Moisés Amselem, de la clínica Ácido Hialurónico en Madrid, actúa mediante contracciones repetitivas, y se aplica a través de campos electromagnéticos de alta intensidad: logra un 16% más de músculo y está aprobada por la FDA (Administración de Alimentos y Medicamentos de Estados Unidos). Packs de cuatro sesiones, 1.200 euros.

En cuanto a las piernas, hasta un 80% de las mujeres sufre problemas circulatorios, grasa y flacidez. Para la celulitis, desde LPG Endermologie proponen evitar el consumo excesivo de lípidos y carbohidratos, masajear el producto anticelulítico con movimientos circulares y tratamientos naturales como su versión Cellu M6 Alliance: activa las células grasas y utiliza la estimulación mecánica para reducir y reafirmar. Mínimo 12 sesiones, desde 60 euros cada una. En cosmética, la Academia Española de Dermatología y Venereología aconseja los únicos activos que han demostrado eficacia científica: vitamina C, silicio, ácido hialurónico, cafeína, retinol, alfa-hidroxiácidos y centella asiática. En el 34 Congreso de la SEME, la celulitis ha encontrado

un nuevo protocolo: la mesoterapia con productos lipolíticos y reafirmantes recién llegados como la Cynara y el tratamiento de las enzimas. «Estas sustancias aceleran las reacciones químicas. Se administran vía inyectable para intensificar la mejora de la celulitis o destrucción de grasa; de momento están autorizadas para uso tópico, menos eficaz, a la espera de luz verde por parte de la Agencia Española de Medicamentos», apunta la doctora Vega. Para la grasa localizada, la novedad está en la liposucción 360 grados que extrae acúmulos de grasa y crea nuevas curvas según los objetivos del paciente, pudiéndose combinar con lipotransferencia. Ideal para extremidades poco definidas y permite retomar la rutina diaria a las 48 horas, incorporando una faja compresiva durante un mes. En Clínica Opción Médica, a partir de 2.800 euros. ¿Y para la flacidez moderada en zonas como las rodillas o la cara interna de los muslos? Los minihilos screw combinados con los monofilamentos PDO de Croma, que generan mayor tracción y más colágeno. Su efecto dura alrededor de 18 meses, y su precio parte de 800 euros en el Grupo de Dermatología Pedro Jaén de Madrid ●



PILARES FIRMES

Los productos suman aliados contra la celulitis, la retención de líquidos o la grasa localizada. A los ingredientes habituales se unen ahora sustancias esenciales como las enzimas, autorizadas para uso tópico. Lait Jambes Lourdes de CLARINS (39,50 €), Shape Perfection Body Oil de DRA. SCHRAMMEK (54 €) y gel Intelligent Slimtech de MÉTHODE JEANNE PIAUBERT (49 €).