

BELLEZA 24 HORAS

# En busca de las nalgas soñadas

Redondos, respingones, latinos, deportistas... Los glúteos generosos vuelven a ser el objeto de deseo de las mujeres. Tras varios años bajo la tiranía de la delgadez, nos reconciliamos con las curvas y

aspiramos a lucir este verano unas nalgas redondeadas, firmes y elevadas. Estos son los métodos para conseguir que nuestras «espaldas bajas» no decaigan, y se alcen POR TERESA DE LA CIERVA

Kate Upton



## De deportista

Así se consigue. El doctor Julio Millán remodela las nalgas vaciadas o planas con su técnica «Brazilian Butt Lift», que consiste en aportar proyección donde falta con grasa aspirada de alguna parte del cuerpo (caderas, cartucheras, cintura o espalda) donde sobra. Se inyecta de manera intramuscular a través de dos incisiones pequeñas, y la grasa se integra en el cuerpo en un porcentaje muy elevado (siempre hay una parte que se absorbe, por lo que hay que infiltrar más de lo necesario). Frente a las prótesis, tiene la ventaja de que permite al cirujano colocar la cantidad necesaria en cada zona de la nalga, facilitando su modelado a medida. El proceso se realiza con anestesia epidural o local con sedación. Desde 2.500 €.

Sin pasar por el quirófano, se pueden tonificar y dar un efecto *push up* a los glúteos con Caci Quantum, un aparato que combina dos tipos de corrientes. Se colocan parches conductores en los músculos a tratar, y las corrientes estimulan de forma involuntaria las contracciones musculares como si el paciente estuviera haciendo deporte (por eso se conoce como gimnasia pasiva). Tiene un cabezal remodelador con el que las microcorrientes llegan directamente a los músculos encargados de sostener los glúteos haciendo que se levanten y vuelvan a tener una forma curvada y firme. Carmen Navarro, de Madrid y Barcelona ([www.carmennavarro.com](http://www.carmennavarro.com)), y Vitalis de Barcelona (tel. 932 405 544).

Así se mantiene. Yacel Fitness Model. 21.15 €.



## Redondo

Así se consigue. En el Instituto Médico Láser han diseñado el tratamiento «Tanga Lift», que consiste en quitar grasa de aquí y reponerla allí para conseguir culitos redondeados. Según el doctor Javier Moreno Moraga, «está demostrado que el trasero se ve mucho más bonito con un tanga que sin él. Esto se debe a que en el triángulo de piel que cubre la prenda se suele acumular grasa, y cuando está oculta esa prominencia las nalgas parecen más redondeadas. Nuestra técnica consiste en reproducir ese mismo efecto, esculpiéndolas para que desnudas se vean tan bonitas como cuando llevan el tanga puesto». Para ello se extrae la grasa sobrante del mencionado triángulo y de la zona sacral lateral, justo sobre el glúteo. También se elimina, de la banana subglútea, esa grasa que se instala justo donde empiezan los muslos. Si con estas correcciones periféricas no se consigue el resultado deseado, se inyecta la grasa extraída en la zona media del glúteo, con un diseño estratégico que lo eleva ópticamente. Entre 2.500 y 5.000 €.

Así se mantiene. Redu-cell de María D'uo! borra la celulitis, activa la circulación y levanta las nalgas. 44 €, en [www.mariaduol.com](http://www.mariaduol.com).



Beyoncé Knowles

## Respingón

Así se consigue. En la Clínica Planas realizan un levantamiento y redondeado de glúteos con hilos de silicona elásticos (Sping). Son muy fáciles de colocar, no requieren anclado o punto de sujeción, aunque se requiere anestesia local. Según el doctor Jorge Planas, «un músculo muy flácido y sin poder de contracción no es un buen candidato; por el contrario, si se logra la contracción y se eleva sin deformarlo, la intervención tendrá un buen resultado». Dura entre tres y seis años (desde 500 €). Los famosos hilos mágicos (de polidioxanona) que se utilizan para reafirmar el rostro también se aplican ya en las nalgas, aunque su resultado es más suave (también la implantación es menos agresiva), y la duración, menor (entre 12 y 18 meses).

Así se mantiene. Bum Lift de Rodial, para luchar contra la gravedad. 54 €, en El Corte Inglés.

## Latino

Así se consigue. «Para rellenarlo de grasa propia es necesario tener mucho tejido graso en alguna otra zona del cuerpo para extraerlo, e implantarlo en los glúteos, de ahí que estos volúmenes sea más fácil conseguirlos colocando prótesis», explica el doctor Antonio Tapia. Estas pueden ser almendradas o redondas (sobre gustos...), y tienen diferentes volúmenes y proyecciones (entre 6.000 y 8.000 €).

Cuando el quirófano no es una opción, se pueden elevar, reafirmar y mejorar los glúteos con diatermología. Esta técnica de corriente, utilizada en medicina deportiva, ahora se usa también para trabajar sobre el glúteo mayor, medio y menor y los músculos tensores de la fascia, y reposicionar las nalgas de forma real y visible. «A diferencia de la estimulación eléctrica, provoca una contracción más amplia de toda la masa muscular, lo cual provoca un efecto más intenso en el fortalecimiento de los músculos», aclara el doctor Lajo Plaza. 45 € sesión.

Así se mantiene. Elixir Culo 10, un gel antiestrías y remodelante. 9,95 €, en farmacias.



Adriana Lima