



También para ellos

► Los hombres tampoco se salvan de caer en la tentación. De hecho, según los datos de la Sociedad Española de Cirugía Plástica, Reparadora y Estética, en 2013 se realizaron más de un millar de intervenciones estéticas de aumento de glúteos en nuestro país. De ellas, 230 fueron de hombres. Se trata de una intervención con la que se consigue potenciar la silueta del glúteo mayor para que la nalga parezca más musculosa. Para ello se utiliza la llamada 'técnica brasileña', con la que se coloca una prótesis de silicona dentro de este músculo (desde 5500 euros, en [Instimed](http://Instimed.com), instimed.es). Otra opción es la lipotransferencia, que consiste en extraer el exceso de grasa de zonas en las que sobra, mediante una liposucción, e inyectarla a nivel intramuscular con unas cánulas muy finas (desde 4000 euros).

Una de las tecnologías más innovadoras es el Vanquish, un equipo de radiofrecuencia que solo actúa en zonas de grasa de un grosor determinado. De esta manera es capaz de destruir los adipocitos de forma selectiva sin alterar los tejidos de alrededor. Lo realizan en Slow Life House (91 277 20 04) y cuesta 195 euros por sesión. En el caso de la celulitis blanda, la más difícil de tratar, se puede recurrir a Alidya, del Centro Médico Lajo Plaza (91 360 08 53). Esta nueva mesoterapia neutraliza la acción del hierro, un mineral relacionado con la degeneración de los tejidos ligada a la celulitis. Después se aplica carboxiterapia para mejorar la

circulación y aumentar la formación de colágeno (a partir de 800 euros).

Quienes prefieran protocolos más relajantes pueden optar por el tratamiento reafirmante del Instituto Javier de Benito: un masaje manual drenante y reafirmante y una mascarilla de colágeno y calcio hidrolizado. Se recomiendan diez sesiones (85 euros por sesión).

COMO UN GUANTE

Por último, no debemos olvidar que la ropa es clave para centrar la atención en el trasero y existen prendas especialmente diseñadas para darle forma y acentuar sus curvas. Las fajas de sujeción están alcanzando nuevas dimensiones con costuras inteligentes y rellenos estratégicamente situados. Lo mismo ocurre con los pantalones *denim*, que juegan con los volúmenes; o los *leggings* como los de Nivea Q10, que tienen un tejido impregnado de coenzima Q10 microencapsulada reafirmante, que va liberando con el movimiento. ■

EXISTEN
PRENDAS
DISEÑADAS PARA
DARLE FORMA
AL TRASERO Y
ACENTUAR SUS
CURVAS

Los básicos



1. Faja modeladora que ayuda a levantar los glúteos y reducir centímetros en la cintura. De Ann Chery.



2. Las fajas de Spanx son uno de los secretos mejor guardados de las celebrities y está disponibles en varios niveles de compresión.



3. Pantalones *Mistery*, de Salsa. Tienen un relleno de quita y pon ideal para las chicas con poco trasero. 109 euros.



4. Leggings Q10 con efecto reafirmante y remodelador, de Nivea. Consigue reafirmar glúteos, piernas y vientre. 24,90 euros.