

CUIDADOS EXPERTOS

ELEGIR LA TALLA ADECUADA, APLICAR CREMAS ESPECÍFICAS A DIARIO Y TRATAR EL PECHO CON LA ÚLTIMA APARATOLOGÍA MANTIENE EL PECHO JOVEN DURANTE MÁS TIEMPO.

El 70% de las mujeres elige mal la talla de sujetador, según la universidad de Barcelona. Esto puede acelerar la caída y provocar dolores de espalda.

SIN ESTRÍAS NI CICATRICES

Embarazos, variaciones de peso, reconstrucciones de mama... Haz invisibles las pequeñas imperfecciones.

★ **Carboxiterapia + hidroxapatita cálcica:** Hasta las estrías más antiguas (las blanquecinas) responden al tratamiento. La carboxiterapia consiste en pequeñas infiltraciones de dióxido de carbono que oxigenan y activan los fibroblastos para que produzcan más colágeno (54 €/sesión, en bono de 10). **Dónde:** Centro Médico Lajo Plaza, Madrid. Tel. 913 600 853.

★ **Micropigmentación:** Con agujas muy finas, se trata la zona del pezón para cubrir cicatrices o tatuarlo tras una reconstrucción mamaria. **Dónde:** Instituto de Benito (institutodebenito.com). **Precio:** 350 € aprox.

Tratamientos pro-firmeza

Previenen la falta de sujeción del busto y revierten la caída moderada.

Radiofrecuencia + masaje manual. El sistema de radiofrecuencia Indiba da muy buenos resultados en la zona. Mediante una corriente de alta frecuencia que incrementa la temperatura de los tejidos, se reestablece la microcirculación y tensa las fibras elásticas al estimular el colágeno. También mejora el tono del tejido, elevándolo ligeramente. **Dónde:** En Clínica Lostao (Zaragoza, Estetica-lostao.com) lo combinan con masaje manual, cosmética tensora y mascarilla de alginatos. **Precio:** 95 €.

Mesoterapia: Un clásico de eficacia. La inyección de medicamentos homeopáticos en pequeñas dosis favorece el drenaje linfático y reafirma el tejido del pecho. Las sesiones duran 10-15 minutos. **Dónde:** Centros Hedonai (hedonai.es). **Precio:** Desde 190 €/sesión.

Cómo elegir EL SUJETADOR

Marta Fernández Cuevas, creadora del sujetador Pillow Bra, recomienda seguir estos pautas:

- Mide tu tórax: son los famosos 80, 85, 90...
- La copa indica la proyección de los senos. A mayor volumen, mayor será la letra: A, B, C, D...
- Los aros nunca deben oprimir la zona mamaria.
- Regula bien los tirantes.



1



2



3



4



5

+ Firmeza

Tratamiento reafirmante cuerpo y pecho, de Orlane (70 €). Con extracto de soja, malva y el complejo B21 que estimula la energía celular.

Efecto remodelador

Sérum Fermeté Buste de Elancyl (29,15 €). Con 4 activos de origen vegetal para un efecto remodelador y tensor inmediato.

Sujetador natural

Tratamiento reafirmante intensivo Phytobuste + décolleté de Sisley (203 €). Tras cuatro semanas se refuerza el efecto "sujetador" natural.

Reesculpir

Crema remodelante del pecho Sculpt System Buste, Institut Esthederm (62 €). Aporta sostén y firmeza gracias al complejo Morpho Control System.

Rellena arrugas

Crema remodelante anti-edad pecho y escote Bust Lift, de Lierac (50 €). Reafirma, rellena arrugas y difumina las irregularidades pigmentarias de la zona.