



MEDIDAS DE EMERGENCIA

Al ser de origen genético, los depósitos de grasa de las caderas son duros de eliminar con dieta y ejercicio. La medicina estética y la cirugía ayudan a quitar esos centímetros de más.

1. LIPOSUCCIÓN

Con una cánula se succiona la grasa allá donde sobra. "Requiere de la pericia del cirujano para ir modelando la silueta de la paciente", advierte el doctor Planas. Puede hacerse sola o combinada con láser o ultrasonidos, pero será siempre el cirujano quien decida la técnica.

Sesiones: 1

Precio: desde 3.000€

2. ULTRASHAPE

Consiste en disparar ultrasonidos focalizados para destruir los adipositos. El propio metabolismo se encargará de destruir la grasa liberada. A diferencia de la liposucción, no hay agujas ni cortes. Para personas con, al menos, tres centímetros de espesor en la capa grasa. Si es menor, no compensa.

Sesiones: 3

Precio: 450-900€/sesión

3. VELASHAPE III

Este aparato masajea la región haciendo el vacío. Además, infrarrojos y radiofrecuencia calientan las células grasas y las fibras colindantes. El resultado es la reducción localizada en la piel flácida, disminución del volumen y una mejora global de la estructura de la piel y la textura de la piel", explica la doctora Adriana Ribé.

Precio: 300€/sesión.

4. AQUALIX

Es una solución gelatinosa y reabsorbible que se infiltra bajo la piel para eliminar los acúmulos grasos resistentes. La doctora

Paula Rosso, directora del departamento de Corporal en la Clínica Royal Medical Estética, señala que "es muy efectiva en caderas, flancos y cartucheras, siempre que se trate de acumulaciones de grasa poco voluminosas".

Sesiones: de 1 a 3

Precio: 300€/sesión

5. CAVITACIÓN

Aplica ultrasonidos de baja frecuencia para formar burbujas de vapor en el tejido graso. Cuando éstas implosionan, destruyen las células adiposas.

Sesiones: de 5 a 8

Precio: desde 40€/sesión

6. COOLSCULPTING

Elimina la grasa rebelde aplicando frío controlado durante un periodo sostenido de tiempo. No hay agujas. "Las células de grasa se congelan a una temperatura diferente al resto y mueren hasta en un 40% en una única sesión", apunta Ribé.

Sesiones: 1-2

Precio: 500€

7. STARLIFT FASTSHAPE

Una sola máquina combina frío (para matar las células grasas), *vacumterapia* (succión masajeadora haciendo el vacío para facilitar el drenaje de la grasa) e infrarrojos (para retensar los tejidos). "Se pueden perder de 4 a 6 cm por sesión", explica el doctor Simon Dray, creador de la Clínica Dray.

Sesiones: 1-2

Precio: 450€

¡No lo olvides!
"A diferencia del abdomen, que siempre engorda por sobrepeso, la acumulación de grasa en las caderas se debe a razones estrictamente genéticas"