

pechos de gran caída) o perio-areolar (para caídas discretas), y el precio, más elevado: unos 1.000 euros más que el aumento, de media. Y aunque los senos se sigan llevando más o menos grandes, sea por una cuestión estética o por problemas de salud (el que nunca falla es el dolor constante de espalda), la reducción de mamas también está a la orden del día. Se realiza mediante la extirpación de grasa, tejido mamario y piel, incluso se puede hacer la areola más pequeña. Aquí la incisión tiene forma de ancla: alrededor de la areola, en línea vertical hacia abajo desde la misma y en línea horizontal en el surco submamario. El proceso es más largo y exige un post-operatorio más duradero que el aumento. En cuanto al coste, es similar.

### GRASA: AQUÍ, SÍ

De los 1,7 millones de personas que se someten a un aumento mamario a nivel global, no todas están dispuestas a optar por un objeto extraño, como es la prótesis. Por eso, cuando se busca un incremento moderado o pequeño, a veces escogen la lipotransferencia o injerto de mama con grasa propia de otra parte (caderas, muslos, abdomen, etc). El debate de los últimos años se ha centrado en la reabsorción de parte de la misma. Dice Federico Mayo que "hay que poner un 30 por ciento más de la deseada, pues es la cantidad que se pierde de media, es decir, que no prende. ¿Hablamos de elevar sin bisturí? Entonces la alternativa son los hilos de polidioxanona (PDO), que tienen doble acción: por un lado producen colágeno, y por otro, gracias a las espículas, traccionan. Pero ojo, porque tiene sus limitaciones. "El resultado depen-

de de la forma, el tamaño y el peso del pecho. Combinamos los de tipo monofilamento lisos con otros de tracción y podemos elevar dos o tres centímetros", explica la **dra. Paula Rosso**, del Centro Médico

Lajo Plaza ([centromedicolajoplaza.com](http://centromedicolajoplaza.com)). Se reabsorben a partir del octavo mes, pero el estímulo de colágeno sigue unos cuantos más. El efecto dura más o menos un año, se realiza en una única

sesión, y el precio parte de 700 €. También funciona la radiofrecuencia Indiba, porque va a la célula y consigue una buena bioestimulación, microcirculación e hiperactivación, y por tanto tonifica, tensa y consigue un efecto volumen a los senos. Diez sesiones añadiendo masaje, 900 €". Igualmente alza un pecho con flacidez la combinación de microcorrientes específicas de electroestimulación con cosmetología a base de minerales de acción *push-up* en formato mascarilla: en Gemma Cabañero ([gemacabanero.com](http://gemacabanero.com)), entre cuatro y seis sesiones, 130 € cada una. El centro de estética Carmen Navarro propone Physia Plus a base de vibraciones de resonancia a diferentes frecuencias para estimular los tejidos "perezosos": así se consigue que las células reciban más oxígeno y nutrientes, se estimula el colágeno y se activa la función de sostén. Diez sesiones, 100 € cada una ([carmennavarro.com](http://carmennavarro.com)).

Y para que un busto sea bonito, también es importante la calidad de la piel: El dr. Moisés Amselem apuesta por un tratamiento revitalizador mediante infiltraciones de vitaminas, ácido hialurónico y NCTF-HA (aminoácidos, minerales, coenzimas y antioxidantes). 200 € por sesión ([clini-caacidhialuronicomadrid.es](http://clini-caacidhialuronicomadrid.es)).

Agradecimientos: Estación Termal Caldes de Boí. [caldesdeboi.com](http://caldesdeboi.com). Maquillaje y peluquería: David Bello (Mercedes Espejo) para Chanel y Kérastase.

## Efecto *push up*

Remodelan, alzan, rellenan, aportan elasticidad...es la última generación de productos para embellecer el busto.

 <p><b>Gel Super Lift. CLARINS</b> (51,50 €).</p>	 <p><b>Concentrado Cuerpo Firme. L'OCCITANE</b> (48 €).</p>	 <p><b>Tratamiento del escote. LA BIOTHÉTIQUE</b> (37 €).</p>	 <p><b>Aceite Natural Antiestrias. EUCERIN</b> (25,20 €).</p>
 <p><b>Reafirmante Sesnatura. SESDERMA</b> (32,95 €).</p>	 <p><b>Serum Reafirmante Super Bust. BIOTHERM</b> (41 €).</p>	 <p><b>Reafirmante y Tensor. FRIDDA DORCH</b> (30,75 €).</p>	 <p><b>Gel Protensor Yacel. PHERGAL</b> (12,95 €).</p>
 <p><b>Tratamiento Reafirmante Phytobuste+ Décolleté. SISLEY</b> (206 €).</p>	 <p><b>Serum Push up Bust Phytoserum. TALIKA</b> (39,90 €).</p>	 <p><b>Tratamiento Lifting. YVES ROCHER</b> (15,95 €).</p>	 <p><b>Serum Antigravidad GF/7 Gravity Fighter. Matriskin</b> (71 €).</p>