

Woman

Madame
ARRO
GRUPO ZETA

Nº 313 octubre 2018
3,95 € Canarias 4,10 €
woman.es

Musas

BÁRBARA
LENNIE

ROONEY
MARA

JENNIFER
LAWRENCE

CHIARA
SCELSI

(En portada, de
Dolce & Gabbana)



Armario
#womanpower
en 200 compras

COLOR BLOCK
SUPERPOSICIONES
Y LOS 35
MEJORES BOLSOS

FRANCE 6,95 € - UK 4 - ITALY 6,20 € - LUXEMBOURG 4,70 € - THE NETHERLANDS 5,90 € - USA \$ 7 - CANADA C\$ 18,90 - GERMANY 8,20 € - SWITZERLAND 10,95 - BELGIUM 5,60 €

belleza reportaje

Retoques que te ponen **BUENA CARA**

Son unos buenos aliados, eficaces y de rápidos resultados para que te sientas guapa sin que adivinen tu secreto. Las claves son recurrir a unas manos expertas y no caer en el exceso. Láseres, infiltraciones, rellenos, cirugía mínimamente invasiva... Mira qué te preocupa y encuentra la solución.

POR MAMEN RUIZ PUERTAS

1 **ABRIR LA MIRADA** PÁRPADOS SIN PLIEGUES

Cuando la flacidez de los párpados superiores comienza a pesar sobre la mirada, el efecto tensor del **Plasmage** es la solución, sin necesidad de pasar por el quirófano. Después de aplicar crema anestésica, se dibuja la zona a tratar y se pasa el manipulador con la aguja específica, por encima y por debajo de los pliegues, en forma de triángulo y en zigzag, para favorecer la retracción de la piel. «Este equipo emite un potente haz de luz que cuando se aproxima a la piel, sin tocarla, crea un campo de energía que hace que se encoja o retraiga», afirma el doctor **Ángel Martín**, de **Clínica Menorca**. El exceso de piel de los pliegues se evapora, sin cicatriz ni sangrado. Sobre los párpados salen unas costras minúsculas que se caen pasada una semana. Se recomiendan tres sesiones, una al mes.

- **¿Qué se consigue?** Elimina el exceso de piel del párpado superior, atenúa las patas de gallo y mejora la retención de líquidos de la zona. Precio (sesión): 400 €. Tel. 900 833 879.
- **Limitación.** Este tratamiento es efectivo cuando la laxitud del párpado es leve.
- **Una alternativa.** La cirugía es la solución cuando la ptosis de la piel de los párpados es importante. El doctor **Iván Mañero** practica la blefaroplastia global. «No solo quitamos lo que sobra, también devolvemos lo que se ha perdido, como la grasa, la inclinación del ojo o la altura de las cejas», explica. Precio: a partir

2 **RECIÉN LLEGADO** UN RELLENO 3 EN 1

Neauvia. Va a dar mucho que hablar esta nueva sustancia de relleno porque es una auténtica revolución para densificar la piel y

combatir la flacidez. «Es la primera que aúna ácido hialurónico, muy flexible y a la vez denso, con un 1% de hidroxipatita cálcica, que estimula la producción de elastina, colágeno e hialurónico, además de glicina y prolina, aminoácidos que producen colágeno», asegura la doctora **Gema Pérez Sevilla**, de **IML**.

● **¿Qué se consigue?** Este producto 3 en 1 tiene una gran versatilidad y dependiendo de cómo se infiltre, puede aportar volumen allí donde se necesite, por ejemplo, en los pómulos; rellenar arrugas y también densificar la piel. «Con Neauvia se pueden hacer tramas tensoras, como una red por toda la cara, y así actúa formando una especie de faja en el tejido que está caído, en profundidad, para combatir la flacidez», explica la doctora Pérez Sevilla. Precio: 495 €. Tel. 917 024 627.

● **Limitación.** Los resultados duran de uno a dos años, así que hay que repetirlo.

● **Una alternativa.** Las suturas **Silhouette Soft** ejercen un tensado efectivo y duradero. «Estos conos se anclan en el tejido subcutáneo para combatir el descolgamiento, produciendo una fijación y tracción total», afirma el doctor **Lajo Plaza**. Sin cicatrices visibles, se aplican bajo anestesia local.

LÍDERES

España es el país europeo en el que más operaciones de cirugía estética se practican, con una media de 400.000 intervenciones en el último año, según la Sociedad Española de Cirugía Plástica, Reparadora y Estética (SECPRE).





COMPROBADO

La nueva aplicación del plasma rico en plaquetas (PRP) ya cuenta con estudios y publicaciones científicas que certifican que aumenta el grosor de la piel, así como la cantidad y distribución del colágeno, además de mejorar las arrugas.



3 REPOBLAR LAS CEJAS PELO A PELO

El **microblading** es un procedimiento de pigmentación de las cejas, semipermanente, que se realiza, pelo a pelo, con una pluma de metal parecida a un bisturí. «Es una técnica que corrige las cejas de forma totalmente natural: las alarga, ensancha, rellena calvas, corrige asimetrías e incluso puedes rediseñarlas», afirma **Claudia di Paolo**, pionera en implantarlo en España. Lo más importante es el diseño de las cejas y luego se elige el color de pelo, hay una amplia variedad de tonos, para dar con el tuyo.

● **¿Qué se consigue?** Simular, pelo a pelo, una ceja densa y perfecta que realza la mirada y el conjunto de las facciones.

Precio: entre 195 y 350 €. Tel. 917 959 776.

● **Limitación.** Dura hasta dos años y es muy importante hacerse revisiones periódicas.

● **Una alternativa.** El trasplante de cejas. «Se requieren entre 150 y 300 folículos pilosos que se extraen, habitualmente, de detrás de las orejas o bien de la nuca», explica el doctor **Vila-Rovira**. Después se implantan, respetando la dirección, ondulación y línea de crecimiento natural de la ceja. Precio: entre 1.000 y 3.000 €. Tel. 915 996 624.

«Naturalidad es lo que piden los pacientes en tratamientos de medicina estética y cirugía.»

Claudia di Paolo

4 BYE BYE BOLSAS REJUVENECER LA MIRADA

La solución para eliminar estas protuberancias que se instalan en el párpado inferior y que provocan un aspecto de cansancio permanente es la blefaroplastia inferior. El doctor **Antonio Tapia** utiliza la técnica **Don't Touch**, que consiste en hacer una mínima incisión, por vía transconjuntival, es decir, por detrás del párpado, sin tocar la musculatura que cierra el ojo.

● **¿Qué se consigue?** «Se resecan las bolsas en su cantidad justa y se deja sin suturar porque es una zona que cierra fácilmente o se pone un punto en la conjuntiva», dice el doctor Tapia.

● **Limitación.** Si sobra piel hay que hacer, a continuación, una cantoplexia lateral, que consiste en fijar, con un punto de sutura, el ligamento externo del ojo. «Así no hace falta cortar piel», concluye Tapia. Precio: 3.000 €. Tel. 932 376 643.

● **Una alternativa.** El blefaroláser es una técnica que no requiere suturas y casi no provoca inflamación ni hematomas. Se realiza con el láser de CO₂ ablativo y fraccionado, SmartXide Dot de Deka, que accede a la bolsa por una mínima incisión en la conjuntiva, por dentro del ojo. «Las bolsas se eliminan utilizando el láser como herramienta de corte y coagulación. Así se evita el sangrado», dice la doctora **Gema Pérez Sevilla**, de **IML**. Precio: aprox. 3.000 €. Tel. 917 024 627.

5 PERFIL PERFECTO CORREGIR LA NARIZ

La **rinomodelación** es la técnica no invasiva que permite corregir la nariz sin necesidad de pisar el quirófano. En lugar del bisturí, el doctor **Licitra** infiltra diferentes ácidos hialurónicos, en puntos específicos, que modifican la anatomía nasal. «Antes de iniciar este procedimiento le mostramos al paciente una simulación por ordenador para que pueda apreciar los resultados antes de someterse al tratamiento», explica el doctor Licitra.

● **¿Qué se consigue?** Reducir o eliminar el caballete, rectificar el dorso, modificar la forma, además de elevar la punta de la nariz. Precio: 900 €. Tel. 915 567 051.

● **Limitación.** No reduce el tamaño de la nariz ni tampoco soluciona el problema a aquellos pacientes que requieren modificar la estructura ósea. Los resultados duran alrededor de un año.

● **Una alternativa.** La **rinoplastia o cirugía nasal**. En algunos casos, es insustituible y requiere anestesia general. «Se puede llevar a cabo a través de incisiones en los orificios nasales o con una mínima incisión en la columela (abierta), junto con las incisiones en los orificios. Depende de cada caso concreto», explica el doctor **Antonio de la Fuente**. Tras la intervención, es normal la inflamación y que salgan moratones en la zona. El resultado es definitivo al cabo de 6 meses. Precio: desde 3.500 €. Tel. 915 638 464.

6 ROSTRO FIRME TODO EN SU SITIO

El **Profilo** «consiste en una biorremodelación de la piel con un ácido hialurónico de gran pureza, que tiene un doble efecto: hidrata y previene la laxitud cutánea», afirma la doctora **Valia Benítez Roig**. Tiene su propia técnica de aplicación en solo 5 puntos concretos del rostro,

que se corresponden a las zonas de tensión de la piel.

● **¿Qué se consigue?** Una piel más firme ya provoca una acción de "anclaje" que previene y trata la flacidez leve. Se requieren tres sesiones, espaciadas en un mes, para la segunda, y dos para la tercera. Precio (sesión): 400 €. Tel. 915 760 112.

● **Limitación.** No es eficaz cuando la flacidez es muy importante. Pueden salir hematomas.

● **Una alternativa.** El **Thermage**. «Esta radiofrecuencia actúa a nivel de la dermis, por tanto, su indicación es la flaccidez de la piel», asegura la doctora **Mercedes Silvestre**. Provoca un calentamiento entre 60 y 70 grados de temperatura que compacta el colágeno existente.» Además, el frío en la superficie de la piel vasculariza, en parte, los corneocitos de la epidermis, dejándola más luminosa», afirma la doctora Silvestre. Se hace una sesión y los resultados aumentan hasta 6 meses después. Los efectos duran 2 años. Precio: 1.500 €. Tel. 918 834 455.



7 FUERA PAPADA CUELLO ESTILIZADO

Belkya. Es un fármaco que contiene ácido desoxicólico, «que elimina la grasa superficial del doble mentón», dice el doctor **Plaza**, del **Instituto Maribel Yébenes**. Mediante un único pinchazo en el tejido adiposo, se infiltra con una aguja extrafina, licuando el adipocito, y los lípidos se eliminan a través del sistema linfático.

● **¿Qué se consigue?** Destruye selectivamente los adipocitos de la papada. A medida que se suceden las sesiones, una al mes, los resultados mejoran. Precio: 500 €. Tel. 914 117 404.

Hay otra sustancia, el prostolane, una combinación de hialurónico y péptidos, que el doctor **Moisés Amselem** inyecta por mesoterapia en la grasa de la papada para destruirla. Precio: a partir de 180 €. Tel. 915 211 771.

● **Limitación.** Para casos de doble mentón moderado.

● **Una alternativa.** **Cooltech**, técnica que utiliza el frío para congelar la grasa y destruirla en una o dos sesiones. Su aplicador de vacío ajustable, encapsula en su interior el tejido graso y disminuye de manera controlada su temperatura, hasta un máximo de -8 °C. «Así produce la apoptosis de las células grasas del doble mentón», asegura la doctora **Cornejo**. Precio: 400 €. Tel. 911 999 623.

«Los selfies han aumentado la corrección de orejas en jóvenes a partir de 25 años.»

Dr. Juárez

8 SIN COMPLEJOS OREJAS BIEN PEGADAS

EarFold «es una nueva técnica de cirugía mínimamente invasiva que permite corregir las orejas de soplillo en tan 15 minutos y con anestesia local», dice el doctor **Ángel Juárez**. Antes, se le hace al paciente una simulación para que vea cómo va a quedar.

● **¿Qué se consigue?** Gracias a una mínima incisión se fijan unos implantes bajo la piel que solucionan el problema de las orejas separadas de la cabeza. Se pueden poner de uno a dos implantes por oreja. Precio (un implante en cada oreja): 2.500 €. Tel. 913 574 620.

● **Limitación.** Únicamente sirve para casos en los que se tiene la parte superior de la oreja separada.

● **Una alternativa.** La **otoplastia** convencional es la solución para todos los demás problemas que puedan plantear unas orejas, como reducir el tamaño, estirar las que están dobladas, etc. Eso sí, la intervención dura una hora y la recuperación es

más larga. Por otra parte, si usas pendientes grandes y pesados, habrás notado que los lóbulos de tus orejas han cedido y se te ha agrandado el agujero del pendiente. En la **Clínica Mira+Cueto** lo solucionan con "la técnica del pendiente", que consiste en infiltrar en el lóbulo hialurónico reticulado, en abanico. Se reduce el agujero del pendiente poniendo hialurónico a su alrededor. Precio (sesión): 190 €. Tel. 915 626 713.

9 A PEDIR DE BOCA LABIOS CARNOSOS

Endermolift, de **LPG**. Este tratamiento está basado

en la mecanoestimulación, «un protocolo exprés de 25 minutos que provoca una estimulación continua que logra aumentar el ácido hialurónico y el colágeno natural de los labios», explica **Silvia Oliete**, fundadora del centro **Blaucelanda**.

● **¿Qué se consigue?** Aumenta el volumen de los labios de manera natural, sin rellenos ni cirugía y con un aspecto más carnoso. Precio (sesión): 50 €. Tel. 934 533 813.

● **Limitación.** Se requieren bastantes sesiones para conseguir resultados (entre 15 y 20).

● **Una alternativa.** Las infiltraciones con ácido hialurónico. «Las hago con aguja porque es mucho más precisa que la cánula», dice la doctora **Carmen Lorente**, de los centros **The Beauty Concept**. Usa el hialurónico **Teoxane**, en concreto la gama **RHA**, porque son muy flexibles y están diseñados para zonas muy móviles del rostro. Los aplica de diferentes densidades en función de si quiere dar volumen, rehidratar o remarcar el arco

10 Se acabó EL ACNÉ SIN GRANOS

Kleresca o terapia biofotónica es un método lumínico que activa al

máximo la producción de colágeno y frena la proliferación de acné. Se basa en aplicar sobre la piel un gel cromóforo (del griego, color y portador) y exponerlo a una lámpara multiLED, durante 9 minutos. El doctor **López Estebarez** lo recomienda «en casos de acné moderado a severo».

● **¿Qué se consigue?** La luz fluorescente activa el cromóforo del gel y este elimina las bacterias, reduce las marcas y las cicatrices del acné y mejora la calidad de la piel.

● **Limitación.** En mes y medio hay que ir dos veces por semana al dermatólogo, hasta un total de 12 sesiones. Precio (12 sesiones): 1.700 €. Tel. 915 769 054.

● **Una alternativa.** **Vitalderma Blue Therapy**. Limpieza profunda y aplicación de extractos de plantas y algas naturales que exfolian la piel, de manera natural y suave. Se aplica además luz led azul, antibacteriana, y una mascarilla calmante. «Reduce el acné, el enrojecimiento de la piel y los poros dilatados», afirma



EL MÁS SOLICITADO

El bótox es el tratamiento no invasivo más demandado en las consultas de los dermatólogos y medicoestéticos de nuestro país. Cada vez comienza a ser solicitado a edades más tempranas, confirman desde la Sociedad Española de Medicina Estética (SEME).

11 *Adiós tristeza*
ELEVAR CEJAS
Y COMISURAS

La caída de la cola de ceja y las líneas de marioneta que aparecen a ambos lados de las comisuras de la boca son los dos puntos que aportan un gesto de tristeza permanente al rostro. La doctora **Elia Roó** utiliza bótox para relajar todo el arco de la ceja, cuya musculatura hace que descendan, tirando hacia abajo. «Al aplicarlo en el orbicular, se relaja la tensión excesiva de la zona, suavizándola, pero sin perder el gesto de todo el contorno del ojo.» En ocasiones, también infiltra un poco de hialurónico, justo debajo de la cola de la ceja. Y utiliza bótox en el músculo depresor del ángulo de la boca para elevar las comisuras de los labios. Después, las rellena con hialurónico reticulado.

● **¿Qué se consigue?** El bótox relaja y reposiciona las cejas, de forma natural, y el hialurónico «hace que la luz incida en ese punto, aportándole luminosidad», dice la doctora Roó. Respecto a las comisuras de la boca, el bótox también relaja y potencia la acción de los músculos elevadores, que las levantan.
 Precio: desde 350 €, cada zona. Tel. 915 617 311.

● **Limitación.** Los resultados son temporales, pasados 6 meses se tendría que repetir.

● **Una alternativa.** «Un lifting de cejas, endoscópico, mínimamente invasivo y una elevación de los músculos alrededor de la boca», afirma el doctor **Javier de Benito**.

12 **REPONER VOLÚMENES**
PLASMA
QUE RELLENA

El **plasma rico en plaquetas (PRP)** se utiliza para regenerar la piel y combatir la flacidez. Pero ahora, tras múltiples investigaciones, se ha logrado que las propias plaquetas del paciente también se puedan utilizar

como material de relleno. Se requiere extraer más volumen de sangre que en el PRP convencional y «se procesa de una manera específica para la obtención del material de relleno», explica la doctora **Rosa del Río**.

● **¿Qué se consigue?** Atenúa las arrugas profundas del entrecejo, surco nasogeniano, código de barras, líneas de marioneta y cicatrices de acné. Precio: 540 € Tel. 914 317 861.

● **Limitación.** Tras el tratamiento es posible que salga algún pequeño hematoma.

● **Una alternativa.** El **Ellancé Repair**. «Se trata de inyectar microesferas de policaprolactona, que van inmersas en un gel portador, que rellena las arrugas y las áreas que han perdido volumen» comenta la doctora **Martín**, de la **Clínica Dray**. Precio: 900 €. Tel. 915 760 164. El doctor **José María Serra Mestre** utiliza como relleno la grasa del paciente o lipofilling; «además de rellenar, mejora la calidad de la piel y consigue un rejuvenecimien-