1,50 € | Nº 1.668
DEL 26 DE SEPTIEMBRE AL 2 DE OCTUBRE DE 2018

mía

01668
8 414237 000054
CANARIAS 1,60 €
(SIN IVA) INCLUIDO
TRANSPORTE URGENTE

Solo 1,50 €
CANARIAS: 1,60 €

MODA
TWEED & MOSTAZA
2 tendencias que renuevan tu look

Paula Prendes
en portada

Adiós al colesterol
Dieta para controlarlo sin medicamentos

LABIALES
que duran y duran...

BELLEZA
RETOQUES ESTÉTICOS
Con y sin cirugía

COCINA
Platos de cuchara

Qué hacer si se te cae el pelo

8 claves para subir el ánimo
y decir ¡no! al bajón otoñal

mía

Publicación	Mía Revista General	Fecha	27/09/2018
Soporte	Prensa Escrita	País	España
Tirada	117 286	Página	1
Difusión	66 199	Tamaño	627,07 cm² (100,0%)
Audiencia	216 000	V.Publicitario	12 900 EUR (15 010 USD)

AL EM

Cirugía y tratamientos no invasivos

¿QUÉ ME HAGO, DOCTOR?

¿Técnicas quirúrgicas o tratamientos no invasivos? ¿Qué implica cada uno de ellos? Y, sobre todo, ¿son sustitutivas o complementarias? **Este es nuestro estudio** acerca del dónde y el cómo.

POR MARTA MONLEÓN Y SONIA CORONEL

mía

Publicación	Mía Revista General	Fecha	27/09/2018
Soporte	Prensa Escrita	País	España
Tirada	117 286	Página	37
Difusión	66 199	Tamaño	627,07 cm² (100,0%)
Audiencia	216 000	V.Publicitario	12 900 EUR (15 010 USD)

AL EM

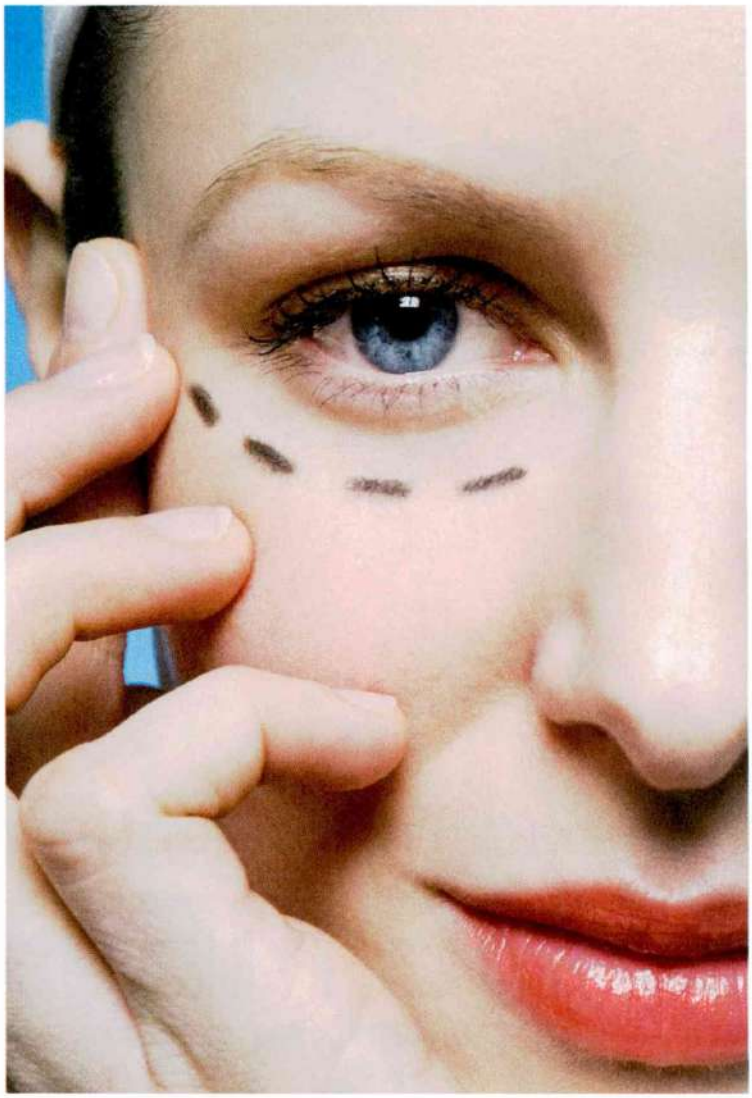
ROSTRO

Evita el cambio radical y pide un efecto armónico.

"QUÉ TE HAS HECHO?". Es la pregunta que nunca deseamos escuchar tras pasar por las manos de un cirujano o de un profesional de la estética. Porque el trabajo bien hecho es el que no se nota. Suele ser lo primero que demandamos cuando acudimos a un profesional para abordar un retoque estético. Pero también, claro está, buscamos **buenos resultados, que duren en el tiempo** y, cada vez más, que sean lo menos invasivos posible. Así, España, en el puesto número 12 del ránking mundial (4º en el europeo) en intervenciones estéticas, registró un 47,74 % de procedimientos quirúrgicos y un 52,26 % de no quirúrgicos (según datos extraídos del informe anual correspondiente a 2016 de la *International Society of Aesthetic Plastic Surgery*).

NI MEJOR NI PEOR

Las opciones menos invasivas están tomando el relevo a la cirugía. ¿Algunas razones? "El coste (son más baratas), no precisan anestesia, el cambio no es permanente y no requieren baja laboral", explica Ainhoa Placer, vocal de Comunicación y Redes Sociales de la Sociedad Española de Cirugía Plástica, Reparadora y Estética (SECPRE); sin embargo, **no siempre logran el mismo resultado, aunque sí pueden funcionar muy bien como técnica complementaria.** Te mostramos las diferencias.



El otoño es buen momento para tratarse, hay menos sol y se minimiza el riesgo de que se pigmenten las marcas.

mía

Publicación	Mía Revista General	Fecha	27/09/2018
Soporte	Prensa Escrita	País	España
Tirada	117 286	Página	38
Difusión	66 199	Tamaño	627,07 cm² (100,0%)
Audiencia	216 000	V.Publicitario	12 900 EUR (15 010 USD)

AL EM

NARIZ

INVASIVA

La cirugía nasal **es recomendable en casos de remodelación de la punta o eliminación del caballete.** La intervención, bajo anestesia general, se realiza a través de incisiones en las fosas nasales. Tras la intervención, que dura alrededor de 2 horas, se coloca una escayola para mantener el hueso y el cartílago en su nueva forma. Suele acarrear pequeños hematomas e inflamación que desaparecen a las pocas semanas. El aspecto final de la nariz no es aparente hasta transcurridos al menos 6 meses, o hasta un año en caso de la punta nasal. **Precio:** entre los 4.000 y 5.000 euros, aprox. clinicadelafuente.es.

NO INVASIVA

La rinomodelación trata de modificar o camuflar defectos estéticos de la nariz mediante el empleo de un material de relleno, de modo que **solo es aplicable a ciertos casos puntuales como suavizar un caballete o mejorar estéticamente una desviación.** Ya que no es conveniente poner material definitivo, los resultados son temporales, de 1 o 2 años según el material empleado. **Precio:** entre 400 y 600 euros, aprox., dependiendo del material de relleno. clinicadelafuente.es.

CÓDIGO DE BARRAS

INVASIVA

Lipofilling o relleno con la propia grasa del paciente. "Se aspira grasa excedente de alguna parte del cuerpo y se inyecta en el labio superior, produciendo una mejora del estado de la piel", explica el doctor Antonio de la Fuente, director de Clínica de la Fuente. Suele producir inflamación en la zona de extracción de las células grasas y en la del injerto y precisa anestesia. **Precio:** desde 2.000 €.

NO INVASIVA

La doctora Marta Suárez (clinicamartasuarez.es) recomienda, según tipología de las arrugas y casuística del paciente, combinar infiltraciones de ácido hialurónico (Perfectha®) o de un estimulador del colágeno (Ellanse®) con láser fraccionado o incluso un *peeling*. Se obtienen resultados en una sesión y duran 1 año. **Precio:** desde 180 €.

35% **ES EL PORCENTAJE DE LOS ESPAÑOLES** QUE SE INFORMAN SOBRE LA CUALIFICACIÓN DEL MÉDICO ANTES DE UNA CIRUGÍA ESTÉTICA.

(SECPRE)

PAPADA

INVASIVA

El exceso de grasa en la zona submental, que suele aparecer en la adolescencia y no remite con dietas ni ejercicio, **es un problema congénito,** es decir, las personas con papada están predispuestas genéticamente a sufrirla. Esta es la razón por la que resulta tan difícil de eliminar y explica también el hecho de que la papada no sea una característica exclusiva de personas con exceso de peso. En opinión del doctor Guilarte, cirujano plástico, "las células grasas que conforman la papada son resistentes a la punción de lipolíticos, la mesoterapia y cualquier tipo de maquinaria cosmética, por eso la única forma de eliminar estas células pasa por su extracción mediante una cánula específica para la zona". De efectos permanentes, la cirugía, que dura aproximadamente 30 minutos, se realiza de forma ambulatoria. **Precio:** a partir de 1.800 euros. drguilarte.com.

NO INVASIVA

La papada se encuentra entre las tres preocupaciones estéticas más frecuentes (según un estudio de Allergan, el 16,7 % de los españoles confiesa sufrirla). Frente a la liposucción (con resultados envidiables siempre que la piel goce de una textura y densidad mínimas), desde hace poco existe la opción de eliminar la grasa submentoniana con Belkyra. **El tratamiento, una versión sintética del ácido deoxicólico, logra romper y destruir la membrana celular de la grasa,** que no vuelve a formarse. El producto se reparte por la zona a través de microinyecciones que no dejan marcas y apenas se notan molestias. Se necesitan entre dos y cuatro sesiones (con una duración máxima de 30 minutos cada una), espaciadas un mínimo de un mes. Los resultados comienzan a apreciarse a las dos semanas. **Precio:** a partir de 850 euros. centromedicolajoplaza.com.

mía

Publicación	Mía Revista General	Fecha	27/09/2018
Soporte	Prensa Escrita	País	España
Tirada	117 286	Página	39
Difusión	66 199	Tamaño	627,07 cm² (100,0%)
Audiencia	216 000	V.Publicitario	12 900 EUR (15 010 USD)

ALEM

CUERPO

Medita tu decisión y pide consejo experto.

¿Las intervenciones más demandadas? Aumento de mamas y liposucción.

BRAZOS

INVASIVA

A partir de los 40 años es habitual la aparición de flacidez en la cara interna de los brazos. **Solo en casos de un grado de descolgamiento muy elevado** (brazo en forma de péndulo), se aconseja realizar una 'minilipo' en la zona. Una intervención realizada mediante finas cánulas que extraen el acúmulo graso localizado. La intervención es rápida, se realiza con anestesia local y de forma ambulatoria, además no deja los típicos morados de una 'lipo' grande. **Precio:** a partir de 1.500 euros.

NO INVASIVA

Radiesse® es una sustancia (mezcla de dos componentes naturales y reabsorbibles) que, una vez inyectada en la piel, va produciendo de forma progresiva nuevo colágeno que recupera el volumen perdido. La inyección se realiza en consulta, en pocos minutos, con aguja o microcánulas que evitan la formación de hematomas. Los resultados comienzan a apreciarse desde el primer mes, siendo la duración del efecto de aproximadamente 1 año. Se recomiendan dos sesiones, con un mes de descanso. **Precio:** 1.200 euros. clinicaacidohialuronicomadrid.es.

ABDOMEN

INVASIVA

La tecnología de ultrasonido LipoVaser High Definition funciona **diluyendo las células de grasa del tejido, lo que hace que luego sea drenada mediante microcánulas con más facilidad.** Es necesario llevar una faja durante las semanas posteriores. **Precio:** desde 3.145 euros. dorsia.es.

NO INVASIVA

La combinación de calor y frío es muy eficaz para quemar grasa en la zona del abdomen. Este sistema **actúa mediante bandas térmicas** sobre un tejido conductor, que se aplican sobre los tejidos con adiposidad localizada. El aumento de la temperatura que producen llega hasta los 38º, lo que hace que se active el metabolismo de las grasas. Resultados a partir de 3 sesiones. **Precio:** 360 euros (5 sesiones). carmennavarro.com.

Publicación Mía Revista General | Fecha 27/09/2018
Soporte Prensa Escrita | País España
Tirada 117 286 | Página 40
Difusión 66 199 | Tamaño 627,07 cm² (100,0%)
Audiencia 216 000 | V.Publicitario 12 900 EUR (15 010 USD)

ELEVACIÓN DE PECHO

INVASIVA

La reina de la cirugía plástica es el aumento de mamas, que representa un 18,8 % del total de las intervenciones en el mundo. Pero las mujeres tenemos otra preocupación en torno a él: su descolgamiento. **La mastopexia, consistente en eliminar el exceso de piel y colocar la areola y el pezón** en la posición anatómica más acorde con la forma de las mamas, se realiza en quirófano bajo anestesia local y sedación. La mama se interviene alrededor de la areola del pezón, por lo que la cicatriz queda bien disimulada. La intervención dura 1 hora, aprox., y, a partir del tercer día, se comienza con las sesiones de drenaje linfático manual, imprescindibles para disminuir la inflamación. **Precio:** 5.800 euros aproximadamente (con 5 sesiones de drenaje). clinicamenorca.com.

NO INVASIVA

"En los pechos pequeños se consigue un efecto *lifting* excelente, y en pechos más voluminosos, mejora muy notablemente la textura y elasticidad de la piel en casos de flacidez". Así define la doctora Elvira Ródenas **el *lifting* de pecho sin cirugía mediante hilos PDO. Una técnica nada agresiva y muy rápida**. "Recomiendo este tratamiento en mujeres de pecho no muy grande y que no ha sufrido un gran descolgamiento. Funciona bien en senos hasta una talla 85 y copas AA, A o B como máximo", explica la doctora. Los resultados se aprecian a partir de los 40 días, y duran de 18 a 24 meses. El tratamiento se realiza en una sola sesión, de aproximadamente una hora de duración. **Precio:** de 750 a 1.500 euros, según tipo y cantidad de hilos utilizados. slowlifehouse.com

5% ES EL TANTO POR CIENTO DE PACIENTES QUE ACUDE AL CIRUJANO PLÁSTICO POR INFLUENCIA DE UN FAMOSO Y 1 DE CADA 10 LO HACE PARA TENER UN MEJOR SELFIE.

(SECPRE)

CELULITIS

INVASIVA

La técnica del lipoláser combina los efectos de una liposucción tradicional (eliminando los acúmulos grasos) y la aplicación del láser (para mejorar la calidad del tejido cutáneo y la piel de naranja). Dependiendo de la zona, la intervención puede ser ambulatoria. Los resultados, visibles a partir del mes, son definitivos. **Precio:** a partir de 1.980 euros. opcionmedica.com.

NO INVASIVA

Cellu M6 Alliance es el nuevo cabezal de LPG que, mediante un rodillo y una válvula motorizada, realiza una aspiración secuencial, que reproduce el masaje manual de un fisioterapeuta. Moviliza y libera la grasa localizada, activa el sistema circulatorio y el drenaje linfático, y estimula a los fibroblastos para que se pongan a producir ácido hialurónico, colágeno y elastina endógenos. Con resultados visibles a partir de la tercera sesión. **Precio:** desde 60 euros. Tel.: 918 28 90 35.

LIFTING DE CUELLO

INVASIVA

"En cuanto llegan las primeras arrugas, la piel del cuello se comienza a cuartear y, a un nivel avanzado, llegan a verse los pliegues transversales, o incluso las marcas verticales de las cuerdas musculares. Llegados a este punto, la mejor decisión es la intervención quirúrgica", explica el doctor Antonio Tapia. **Se realiza una pequeña incisión en el pliegue debajo del mentón y detrás de las orejas,** se limpia la grasa, se suturan las bandas anteriores hacia atrás y la piel se tensa, extirpando la sobrante detrás de las orejas. **Precio:** entre 6.000 y 7.000 euros. drtapia.com.

NO INVASIVA

Ultherapy es un equipo de ultrasonidos focalizados de gran intensidad que elevan, tensan y 'compactan' la piel sin cirugía en una única sesión. Durante el tratamiento se realizan, mediante control ecográfico, **disparos de ultrasonidos que producen microlesiones en la piel que inmediatamente tensan el tejido,** y a medida que van cicatrizando, lo tensan. Con una sesión de 60 min. ya se aprecia un efecto tensor moderado, aunque los resultados serán definitivos a los 6 meses, con una duración de hasta un año y medio. **Precio:** 1.800 euros. felicidadcarrera.com.