

LifeStyle



LA RAZÓN

JULIO 2021

Gourmet bajo cero

Sorbetes de gin-tonic o toppings de nube de guayaba

Moda Endless Summer

De puerto en puerto por el Mediterráneo, con parada en las pop ups de lujo

Sushi face

Cuando tu California roll te hincha como un pez globo

Agenda secreta beauty

Qué hacerte y con quién

@_beeegoo

“He podido saborear cada pequeño éxito”

Agenda secreta beauty

Qué hacerte
y con quién



Belleza

PROCEDIMIENTOS MAXI Y MINI CON AUTÉNTICOS GURÚS DE LA BELLEZA

Cirujanos plásticos y médicos estéticos en quienes confiar

Son los más buscados, los auténticos 'Beauty's Top'. Su profesionalidad y experiencia son las cualidades que los definen y por las que son "los elegidos" por las 'celebrities', la política o la aristocracia, que acuden a ellos para rejuvenecer sus rostros y esculpir sus cuerpos. Son la fuente moderna de la eterna juventud. En general, la medicina y la cirugía estética no conocen las crisis. La última encuesta mundial de la ISAPS (Sociedad Internacional de Cirugía Plástica y Estética), realizada en diciembre de 2020, informa de un crecimiento continuado en los procedimientos tanto quirúrgicos como no quirúrgicos, que aumentaron en un 7,4%. ¿Será que la pandemia ha provocado que estemos más obsesionados con nosotros mismos?

Por Marta Boira Vara de Rey

LIFTING QUIRÚRGICO

DR. JUAN PEÑAS (www.drjuanpenas.com)

Aunque está considerado uno de los diez mejores cirujanos en rinoplastia en Madrid, ejemplo de ello es la fabulosa nariz de Elsa Pataky, aquí le destacamos como el rey Midas del lifting quirúrgico. Como cirujano plástico realiza procedimientos tanto faciales como corporales, pero es más buscado por los primeros: corrige volúmenes y elimina arrugas y flacidez con gran acierto: ojos, nariz, labios, pómulos o arco mandibular recuperan su juventud con resultados armónicos y naturales. Es el Merlín de la aristocracia.

DR. JOSÉ LUIS MARTÍN YERRO (Clínica Martín del Yerro Cirujanos Plásticos /Amselem Médicos Estéticos, Pso. de la Habana, 24)

El Dr. Martín Yerro es jefe del servicio de Cirugía Plástica, Estética y Reparadora en el Hospital Universitario Quirón Salud de Madrid y director médico de su propia clínica privada de cirugía y medicina estética en Madrid. "Desde el confinamiento nos hemos visto obligados a estar más en casa, a mirarnos más, por eso han aumentado tanto las consultas de rejuvenecimiento facial", cuenta la doctora Susana Puga, cirujana del equipo médico del Dr. Martín Yerro.

Son expertos en el lifting facial de vector natural, la técnica quirúrgica que consigue el rejuvenecimiento de la cara, recuperando los volúmenes de la juventud y manteniendo la fisonomía característica de la persona. Además, permite que el envejecimiento en los años siguientes sea natural.

LIFTING SIN CIRUGÍA

DRA. MAR MIRA (www.miracueto.com)

Si el doctor Peñas es el Midas del lifting quirúrgico, la doctora Mira es la reina del lifting sin cirugía con Ultherapy, de Merz, aparatología que cuenta con la aprobación de la FDA (Agencia Americana del Medicamento) para realizar un lifting no invasivo.

Celebrities americanas como Jennifer Aniston, Shania Twain o Gwyneth Paltrow en Estados Unidos o españolas como Vicky Martín Berrocal, Paula Echevarría o Eugenia Silva, entre otras, ya han experimentado en primera persona los resultados de este tratamiento no invasivo que ha logrado el aval de más de 33 estudios clínicos publicados en revistas internacionales.

"Con Ultherapy podemos elevar las cejas y los pómulos y marcar el óvalo facial. Es especialmente eficaz con el doble mentón y la flacidez del cuello". Justo después de la sesión ya se aprecia un efecto tensor moderado, aunque los resultados definitivos se apreciarán a los seis meses. "Tras el tratamiento, la reincorporación a la vida normal es inmediata e incluso se puede tomar el sol" nos confirma la Doctora Mar Mira, experta en esta técnica que devuelve la juventud al rostro de forma no invasiva.

DR. MOISÉS AMSELEM (Clínica Martín del Yerro Cirujanos Plásticos /Amselem Médicos Estéticos, Pso. de la Habana, 24)

El Dr. Moisés Amselem se ha convertido en una referencia en lifting sin cirugía con técnicas que ha desarrollado él mismo, combinando tratamientos y personalizándolos en sus pacientes gracias a su pericia y experiencia. Algunas de sus invenciones, que han supuesto una auténtica revolución científica en el campo de la medicina estética, son Palo de Hockey (lifting no quirúrgico del tercio medio de la cara), Sol Radiante (lifting no quirúrgico para cejas), Proyección Látero-facial para la sujeción del óvalo de la cara, Meso-Radiesse, tratamiento que combina ácido hialurónico e hidroxipatita cálcica para el rejuvenecimiento facial 3D.

BLEFAROPLASTIA: CIRUGÍA DE LOS PÁRPADOS

DR. JORGE ÁLVAREZ MARÍN (www.iomilenium.com)

Es un afamado oculoplástico, o lo que es lo mismo, un cirujano oftalmólogo y estético. Muchos cirujanos y colegas médicos, que confían en su experiencia y



conocen los excelentes resultados de sus procedimientos, se ponen en sus manos. No en vano, se ha especializado en el rejuvenecimiento de la mirada. En 2010 incorporó el bisturí de Radiofrecuencia convirtiéndose además en pionero, uno de los primeros en España, en sustituirlo por el bisturí frío convencional. En 2013 comienza a intervenir con el primer Láser Ultrapulse Deep FX, que le permite realizar la blefaroplastia-láser, siendo nuevamente pionero en España en esta tecnología y herramienta precisa y segura de rejuvenecimiento periorcular. Y en 2016, la incorporación de la Alta Definición ThermiTight permitió al Dr. Álvarez-Marín ser el primer profesional en Europa que sustituyó el Botox periorcular con la técnica Thermi-Rase.

■ BLEFAROPLASMA: LIFTING DE PÁRPADOS SIN CIRUGÍA

DR. ANTONIO ORTEGA (www.clinicamenorca.com)

El Dr. Antonio Ortega ha sido pionero y quedó impresionado desde el primer momento con los resultados que conseguía con Plasmage, la técnica de rejuvenecimiento con plasma fraccionado que llegó para quedarse como alternativa no quirúrgica a la blefaroplastia o cirugía de los párpados. "Empecé a trabajar con ello para reducir el exceso de piel en los párpados, pero al ver que se retraía la piel, desarrollé una técnica para conseguir mayor retracción y, por consiguiente, unos resultados mejores. La técnica la he llamado Blefaroplasma ampliado y con triángulo de Ortega, que permite elevar la cola de la ceja dando lugar a una mirada mucho más alegre y viva. Esta nueva técnica me ha permitido tratar incluso problemas de ptosis palpebral sin cirugía." Está indicado para reducir el exceso de piel en los párpados, para eliminar las arrugas alrededor de los ojos y de la boca. Los resultados se perciben tras el tratamiento y son permanentes. En cuanto al postoperatorio, hasta que baja la inflamación y desaparecen los hematomas, es de unos diez días.

■ RINOPLASTIA: CIRUGÍA DE LA NARIZ

DR. ANTONIO DE LA FUENTE (www.clinicadelfuente.es)

Es el cirujano que esculpe la nariz a la realeza. Casa Real y el *establishment* político y económico español han pasado por su consulta madrileña. Su paciente más célebre es la Reina de España, a quien realizó una rinoplastia "por motivos de salud", según deslizo Zarzuela. También ha operado a miembros de la familia Aguirre, a las hermanas Flores y ha trabajado para mantener inexorable al paso del tiempo a Doña Sofía.

Belleza

RINOMODELACIÓN: NARIZ SIN CIRUGÍA

DR. ANTONIO LICITRA (www.med-estetic.es)

El Dr. Licitra es el médico estético considerado en España el gurú de la belleza, pionero en diversas técnicas y un profesional de reconocido prestigio entre sus colegas.

Uno de sus tratamientos estrella y por el que está cosechando gran éxito por sus excelentes resultados es el de la rinomodelación, una técnica de modificación estética que permite, en solo diez minutos, modelar la nariz mediante la cuidadosa introducción de ácidos hialurónicos en puntos específicos para corregir el caballete, las asimetrías o la elevación de la punta. Entre sus clientes, cuenta con algunos miembros de la realeza de diferentes países árabes, que se desplazan hasta Madrid para ponerse en sus manos.

EL CUELLO: NEOLIFTING® LIFTING CERVICAL ASISTIDO

DRA. GEMA PÉREZ SEVILLA (www.draperesevilla.com)

“Es de las cirugías estéticas más agradecidas. Finalmente, nos hemos dado cuenta de que la juventud está en el tercio inferior y no en el superior (ojos) como nos han vendido los americanos”.

La Dra. Pérez Sevilla es una consumada experta en lifting cervical asistido, una técnica muy depurada con la que consigue quitar muchos años y recuperar la juventud del cuello con total naturalidad. Está indicado para quitar la papada, la piel arrugada bajo el mentón que conocemos como “cuello de gallina” y las arrugas del cuello. Además, se puede marcar más la mandíbula y corregir los volúmenes indeseados bajo las comisuras de los labios (“mandíbula bulldog”). La ventaja de Neolifting® es que es menos agresivo, menos invasivo y, por lo tanto, conlleva menos complicaciones que el lifting tradicional. La Dra. Pérez Sevilla consigue unos resultados muy naturales, ayudando a frenar el proceso fisiológico de envejecimiento.

LIFTING DE CUELLO Y ELIMINACIÓN DE PAPADA, SIN CIRUGÍA

DR. JOSÉ VICENTE LAJO PLAZA (www.centromedicolajoplaza.com)

“Me encanta dibujar. No recuerdo ni un solo libro de mi infancia que no estuviera lleno de garabatos, creo que elegí esta rama de la Medicina precisamente porque es dibujo y es anatomía... Cuando tengo delante a una paciente, imagino cómo puedo armonizar esa cara porque para mí solo es en la armonía donde las cosas “encajan”. Su éxito radica en que no ha perdido ese estímulo ni las ganas de aprender. Para aquellos que queráis





eliminar papada, no sigáis buscando, aquí tenéis a vuestro profesional. El Dr. Lajo consigue equilibrio y armonía en el cuello, combinando de forma personalizada los hilos tensores con Aqualyx, una inyección de ácido desoxicólico capaz de destruir los adipocitos de forma definitiva, rápida y segura. Como el exceso de grasa submentoniana no está ligada necesariamente al exceso de peso, Aqualyx tampoco está indicado en pacientes obesos, sino en pacientes sanos con peso normal y acúmulo de grasa en el cuello.

EL PECHO: AUMENTO, REDUCCIÓN, RECONSTRUCCIÓN

DR. FEDERICO MAYO (www.doctormayo.es)

El aumento de pecho ha sido, es y seguirá siendo casi con toda seguridad el procedimiento quirúrgico más demandado por las mujeres. Además, según la ISAPS, el 53,9% del total de las cirugías se realizaron en mujeres entre los 19 y 34 años, cada vez más jóvenes.

Así que el Dr. Mayo ha apostado por el caballo ganador y es uno de los mejores. Pionero en cirugía reconstructiva, su nombre está en la agenda de las mujeres de los banqueros más importantes de este país. A su talento con el bisturí se debe el espectacular busto de Maribel Verdú. También ha operado a exministras, a Paloma Rocasolano a Ariadna Gil, o los Larrañaga. Recibe en su consulta a muchas mujeres de futbolistas, como Romina Belluscio o periodistas como Mariló Montero. Utiliza el implante con forma anatómica TrueFixation (único implante anatómico liso del mercado), la prótesis mamaria de última generación y la que mejores resultados estéticos da y menor índice de complicación postoperatoria.

AUMENTO DE PECHO SIN CIRUGÍA: BIO PUSH-UP

V6.7 Boobster de SEPAI (www.sepai.eu)

¿Que cómo es posible que la ley de la gravedad no funcione en los casos de Jennifer López, Alessandra Ambrosio y Heidi Klum, entre otras? Pues el secreto es el Boobster de efecto *push-up* capaz de tonificar el pecho, devolverle su firmeza y curvatura ideal y mejorar la apariencia de la piel. Las tres han confesado que lo llevan en su neceser. Se trata de una especie de sérum ultraconcentrado a base de extractos vegetales de kigelia africana y pueraria lobata que se mezcla con cualquier crema corporal hidratante para convertirla en el mejor tratamiento para el pecho y el escote.

LIPOFILLING GLÚTEOS

DR. ÁNGEL MARTÍN (www.clinicamenorca.com)

Aprendió con los mejores, Pierre Fournier y Marco Gasparotti, hace 30 años. Y en ese tiempo, más de 25 000 intervenciones de lipoescultura avalan su experiencia. De hecho, en Clínica Menorca ha aumentado en un 46% la demanda de lipoesculturas en la última década, y en los últimos años, especialmente en la de glúteos. Ojo al dato, según la ISAPS, es el procedi-

miento quirúrgico que más ha crecido, un 38,4% en 2019 y un 65,9% desde 2015. Las razones de este crecimiento, además de haberse puesto de moda las curvas y los voluminosos glúteos al estilo Jennifer López o Kim Kardashian, puede estar en la revolución que ha supuesto el lipofilling para conseguir unos glúteos firmes, redondos y con volumen, que hasta hace unas décadas solo se podían conseguir con implantes de prótesis. Es una de las técnicas más avanzadas en el ámbito de la cirugía estética, que requiere de mucha pericia por parte del cirujano, cualidad que junto con la creatividad al Dr. Martín le sobran.

REDUCTOR DE GLÚTEOS

CARMEN NAVARRO (www.carmennavarro.com)

Para mí, y para todos los que la conocen, Carmen Navarro es la primera dama vitalicia de la belleza en España. Publicó un libro de gran éxito *Belleza inteligente, consejos para ser una estrella a tu alcance*, pero aquí no vamos a hablar de su libro, sino de otra de sus estrellas para aquellos que no quieren pasar por quirófano, pero sí desean conseguir el glúteo perfecto: Q-Sculptor, la última aparatología de vanguardia, que desarrolla la musculatura y reduce grasa de manera no invasiva. Gracias a las ondas electromagnéticas que emite, provoca contracciones involuntarias que aumentan el consumo de energía de las células grasas. La grasa almacenada se descompone y se elimina mediante el sistema linfático. El resultado es una combinación de fortalecimiento, incremento muscular y reducción de grasa.

LA ARMONÍA CORPORAL: LIPOSUCCION

DR. ANTONIO TAPIA (www.clinicaslolasopena.es)

El Dr. Tapia es también un veterano de la cirugía estética, concretamente de la remodelación corporal. Dice en su blog: "En los 90 la moda y la publicidad empezó a apostar por cuerpos menos voluptuosos, más andróginos y con menos cadera. Pero España es un país de curvas y la grasa tiende a acumularse a modo de pistoleras", explica el cirujano. La FDA aprobó la técnica, y Antonio Tapia fue su introductor en España; en ese momento, la aspiración de grasa corporal para remodelar los contornos se convirtió en un procedimiento seguro y eficaz. "Hasta entonces, la intervención para quitar la grasa que se hacía era tremendamente agresiva, esta no se aspiraba, se hacía un corte con bisturí y se sacaba, sin más". Con la aspiración controlada y las mínimas incisiones se con-

siguió llegar a muchas españolas que por constitución, no conseguían bajar de talla aunque hicieran dieta y se pasaran media vida en el gimnasio."

Es cirujano plástico, reparador y estético y forma parte del equipo de Clínicas Lola Sopena a quien han bautizado como "La Cayetana que esculpe los cuerpos de la jet".

LIPOSUCCION SIN CIRUGÍA: BIOESCULTURA

Aquí no hay experto a quien referirse, sino aparatología estrella de ultimísima generación como es SculptSure® de Cynosure, que ha sido nominado Mejor Tratamiento Profesional para el Contorno Corporal en los 2020 Harper's Bazaar Anti-Aging Awards, USA. Es la primera tecnología láser no invasiva para reducir y remodelar el contorno corporal, el primero del mundo aprobado por la FDA para tratamientos de lipólisis no invasiva, que permite eliminar la grasa localizada y persistente en flancos, cartucheras, abdomen, espalda, cara interna y externa de los muslos, brazos y papada, en hombres y mujeres, en sesiones de 25 minutos por zona y sin tiempo de recuperación. Prestigiosas clínicas en las que se realiza SculptSure®: SClinic, Clínica Menorca, el Grupo Pedro Jaén, centros Cristina Álvarez y Clínica Dr. Pedro Jiménez.

INJERTO CAPILAR

DR. JAVIER MATO ANSORENA (www.clinicasmatoansorena.com)

Su larga trayectoria profesional le ha otorgado una plaza en la lista de los más prestigiosos cirujanos plásticos. Ha realizado más de 10 000 operaciones, y sus intervenciones sin cicatrices visibles le han dado fama internacional. Una de sus grandes especialidades es el injerto capilar, en la que fue pionero con las técnicas FUSS y FUE. Por sus manos pasan profesionales de reconocido prestigio del ámbito de la política, música, cine, moda y deporte de élite.

No hay que irse a Turquía, en Madrid, hoy en día tenemos a los mejores especialistas con precios similares sin tener que hacer kilómetros. Muy importante el seguimiento posterior.

MÁS PELO SIN CIRUGÍA: BIOREVITAL HAIR

DRA. CARMEN MARTÍN (www.dracarmenmartin.es)

La Dra. Martín se ha convertido en una alquimista que ha conseguido resultados extraordinarios frenando la caída del cabello. Uno de sus protocolos más demandados por sus excelentes resultados es Revital Hair, que no solo frena la caída del cabello, sino que promueve su crecimiento revitalizando los folículos. Este protocolo combina diversas técnicas mesocapilares: microinyecciones de PRP (plasma rico en plaquetas), Dutasteride y/o vitaminas, dependiendo de las necesidades de cada paciente. La doctora recomienda cuatro sesiones, una al mes, para ver resultados.

