



ELLOS

marcando músculo

En la silicona está la respuesta

MARCANDO MÚSCULO

¿TE GUSTARÍA LUCIR UN CUERPO ARMONIOSO Y MUSCULADO? SI NO LO CONSIGUES EN EL GIMNASIO O NECESITAS COMPENSAR UNA ZONA MENOS DESARROLLADA, LA SOLUCIÓN ESTÁ EN LAS PRÓTESIS DE SILICONA: PECTORALES, BÍCEPS, GLÚTEOS... AUMENTAN VOLUMEN O EQUILIBRAN CON UNA SENCILLA INTERVENCIÓN.

>01 IMPLANTES EN GLÚTEOS

ANTES



DESPUÉS



Después de la intervención se aprecia cómo los glúteos han adquirido volumen y están más elevados.

Te cuenta el paso a paso El Dr. Jorge Planas, especialista en Cirugía Plástica, Reparadora y Estética y director de la Clínica de Barcelona que lleva su nombre.

LA INTERVENCIÓN

- > Dura entre 90 y 120 minutos, y la anestesia suele ser epidural.
- > El cirujano te practicará una incisión vertical, a lo largo del pliegue que se forma entre los dos glúteos. A través de ella, creará una especie de bolsillo sobre el músculo (pero debajo de la capa que lo cubre), debajo del músculo o intramuscular, según tu caso y el espacio que haga falta.
- > Introducirá la prótesis y cerrará el bolsillo con puntos reabsorbibles. Después, suturará la incisión externa con puntos que habrá que retirar. La cicatriz queda escondida entre los dos glúteos.

CUIDADOS POSTERIORES

- > Estarás en la clínica de 24 a 48 horas. Saldrás con un apósito sobre la cicatriz y un panty mínimo.
- > A partir de las 36 horas, podrás sentarte y volver a tu vida normal.
- > Durante una semana, necesitarás antisépticos en la región perineal.
- > Las suturas te las quitarán a partir de los 15 días y podrás empezar a hacer deporte un mes después.
- > En adelante, las inyecciones deberán ponértelas en el muslo.

POSIBLES RIESGOS

- Además de hemorragias, infección... como en toda operación:
- > Pérdida temporal o permanente de la sensibilidad de la zona.
 - > Endurecimiento del tejido fibroso que el cuerpo crea alrededor de la prótesis.
 - > Salida parcial de la prótesis (en cuyo caso puede ser necesario sacarla) o desplazamiento por hacer ejercicio demasiado pronto.
 - > Acumulación de tejido alrededor del implante.

PRECIO

prótesis bilateral. 6.930 €.



Por Rosa González

MUCHOS HOMBRES SE ENCUENTRAN MÁS SEGUROS CUANDO ESTÁN A GUSTO CON SU FÍSICO y se sienten atractivos. Por eso, se machacan en el gimnasio; pero si los músculos no responden a sus expectativas, se sienten frustrados. En otro grupo se encuentran los que les desagrada verse con un desarrollo muscular desigual, que padecen a causa de una enfermedad o accidente. La cirugía puede ayudar a todos, dando más volumen a sus músculos o equilibrándolos con prótesis. Nuestros expertos explican cómo.

TE AYUDARÁN

- > **Dr. Jesús Benito Ruiz.**
Barcelona, tel. 902 013 713.
- > **Dr. Jorge Planas.**
Barcelona, tel. 93 203 28 12.
- > **Dr. Roger Amar.**
Marbella (Málaga),
tel. 95 286 46 98
- > **Dr. Ignacio Fernández Sanza.**
Barcelona, tel. 93 206 65 40.
- > **Dr. Ángel Juárez.**
Hospital la Zarzuela.
Madrid, tel. 91 585 86 20.
- > **Dr. Vicente del Pino.**
Madrid, tel. 91 576 80 08.
- > **Clínica San Roque.**
Las Palmas, tel. 92 801 26 00.

>05 HOMBROS

>03 PECTORALES

>04 BICEPS

EL PREOPERATORIO INCLUYE

- > Suspender, 15-20 días antes y otros tantos después: anticoagulantes (incluidos de fitoterapia y homeopáticos), fármacos con vitamina E y el tabaco. Tu médico valorará suspender sintrom o aspirina.
- > Algunos cirujanos recomiendan, semanas antes, Vitaceutics, fórmula antioxidante que aumenta el sistema inmunitario.
- > En el implante de glúteos, tres días antes, deberás lavarte con antisépticos la zona perineal.
- > En el de pectorales, un mes antes debes dejar de tomar esteroides y no hacer dieta hiperproteica o ejercicio.
- > El mismo día de la intervención, tendrás que ingresar en ayunas de 6 a 8 horas.

>01 GLÚTEOS

>02 GEMELOS





ELLOS

marcando músculo

>02 IMPLANTES EN GEMELOS

ANTES



DESPUÉS



La pierna menos desarrollada se iguala a la otra tras el implante de la prótesis. El resultado es muy natural.

Para dar volumen y forma a las pantorrillas o para igualarlas. El Dr. Jorge Planas te cuenta cómo se realiza.

LA INTERVENCIÓN

- > Tras la anestesia (epidural o general), el cirujano hará una incisión horizontal, de unos 4 cm, debajo del pliegue posterior de la rodilla; creará un bolsillo e introducirá en él la prótesis.
- > Realizará la sutura del bolsillo mediante puntos reabsorbibles y la incisión externa, con puntos que habrá que retirar. La intervención de las dos piernas dura 1 hora.

CUIDADOS POSTERIORES

- > Estarás 36 horas en la clínica para controlar la hinchazón de las piernas. Incluye medias compresivas (que tendrás que llevar durante 3 semanas), drenaje linfático y paseos.
- > Saldrás por tu propio pie y, a la semana, caminarás a un ritmo normal; entonces, te quitarán los puntos y la cicatriz ni se notará con el tiempo.

POSIBLES RIESGOS

- > Cambio en la sensibilidad de la piel y alteración de la cicatriz.
- > Salida parcial del implante o desplazamiento.
- > Endurecimiento del tejido cicatricial alrededor de la prótesis (contractura capsular).

PRECIO

prótesis bilateral:
7.520 €.

>03 IMPLANTES EN PECTORALES

ANTES



DESPUÉS



Los pectorales se elevan y dan la sensación de estar más musculados después de la colocación de los implantes.

Para quienes quieren aumentar el volumen, han sufrido una lesión o han nacido sin pectoral mayor (síndrome de Poland). El Dr. Jesús Benito Ruiz, especialista en Cirugía Plástica, Reparadora y Estética y director de agb (Antiaging Group Barcelona), te explica el proceso.

LA INTERVENCIÓN

- > Tras la anestesia general, el cirujano te realizará la incisión en la axila, llegará al músculo y hará un bolsillo debajo del mismo.
- > Te colocará la prótesis y cerrará el bolsillo con puntos reabsorbibles. Luego, coserá por fuera con puntos que se quitan pasados algunos días. La operación de ambos pectorales dura alrededor de 1 hora.

CUIDADOS POSTERIORES

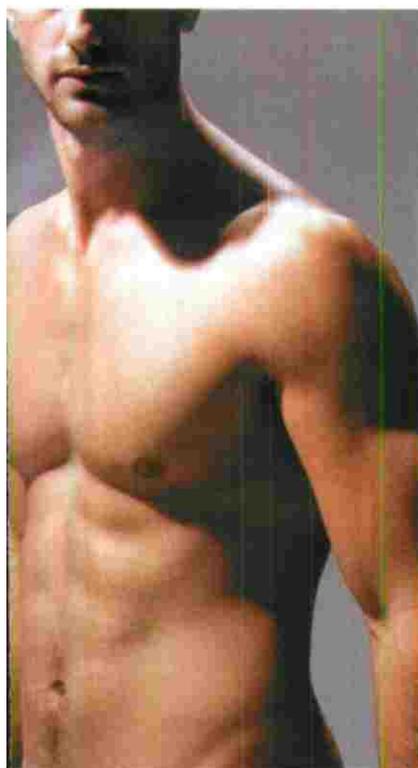
- > Te quedarás en la clínica unas horas. La vía te la quitan 6-8 horas después de la intervención, tan pronto empieces a ingerir alimentos.
- > Te darán antiinflamatorios y antibióticos durante una semana; a los 10 días te quitarán los puntos.
- > Puedes ducharte desde el primer día y sólo tienen que hacerte las curas de la herida axilar.
- > No podrás hacer ejercicio de pectorales de 6-8 semanas, pero sí debes hacer ejercicios de estiramiento.

POSIBLES RIESGOS

- > El principal es el desplazamiento del implante si empiezas a ejercitar el músculo demasiado pronto.
- > Otros son la formación de líquido alrededor del implante y la infección. En cualquier caso son rarísimos.

PRECIO

prótesis bilateral:
unos 6.500 €.



>04 IMPLANTES EN BÍCEPS

Te lo cuenta el doctor Roger Amar, Especialista en Cirugía Estética, Plástica y Reparadora y director de la Clínica Amar Clinic, de Marbella (Málaga).

LA INTERVENCIÓN

- > Se usan las prótesis de pantorrilla, adaptadas. A veces hay que poner dos o tres, unidas con una cinta de teflón, para reconstruir el bíceps.
- > Tras la anestesia general, el especialista realizará la incisión en el tercio superior de la parte interna del brazo y creará un hueco.
- > Alojará la prótesis en él y cerrará con suturas internas y externas muy finas. Según la calidad de piel, la cicatriz ni se notará con el tiempo. La intervención en ambos brazos dura más de 2 horas.

CUIDADOS POSTERIORES

- > Pasarás la noche en la clínica, en observación. Cuando salgas, llevarás un vendaje ligero y podrás hacer vida normal salvo deporte o coger peso; pueden recomendarte algún antiinflamatorio para evitar molestias.
- > Lo mejor para que no se atrofie el músculo es empezar a mover los brazos cuanto antes.

POSIBLES RIESGOS

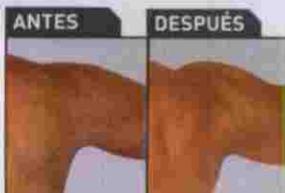
- > Podría darse intolerancia a la silicona, pero es algo muy raro, igual que la formación de líquido alrededor del implante.

PRECIO

los dos brazos, entre 7.000-8.000 €.



A este paciente se le ha puesto una sola prótesis para elevar el hombro que tenía más caído.



A unos hombros previamente trabajados en el gimnasio se les ha dado más volumen con los implantes.

>05 IMPLANTES EN HOMBROS

Para aparentar más volumen o corregir unos hombros asimétricos. El Dr. F. Sanza, especialista en Cirugía Plástica, Estética y Reparadora y director de la Clínica Estética Sanza (Barcelona), te explica.

LA INTERVENCIÓN

- > Se hace con anestesia local y sedación, o general, en casos raros.
- > El cirujano hace una incisión en la axila para llegar al deltoides. El bolsillo se hace entre las fibras de ese músculo, no encima, porque se nota; ni debajo, porque puede ocasionar molestias al húmero y la clavícula.
- > Colocada la prótesis, se cose todo con puntos reabsorbibles. Todo se cubre con un vendaje cruzado por la espalda y el pectoral y por la axila, tapándola. La intervención de los dos hombros se realiza en 1 hora.

CUIDADOS POSTERIORES

- > A las 12 horas podrás irte a tu casa e iniciar tu vida normal, aunque sin alzar los hombros.
- > El vendaje lo tendrás que llevar unos 2 días; ejercicio no podrás hacer hasta después de un mes.
- > Tendrás que tomar antibiótico, antiinflamatorio, analgésico, protector de estómago y, en ocasiones, un relajante muscular.
- > Si los puntos no se caen porque sudas mucho y se macera la herida, te los quitarán a los 10-15 días.

POSIBLES RIESGOS

- > Pérdida de sensibilidad en la zona, pero se recupera poco a poco.
- > Desplazamiento de la prótesis. Si ocurre, se recoloca.

PRECIO

de 4.000 a 6.000 €, según anestesia y estancia.