



"El aumento
de pecho
CON GRASA
autéloga evita
complicaciones,
como la rotura
de las prótesis"

Dr. Planas





EL MEJOR CIRUJANO ES...

En un mercado invadido de retoques, hablar de cirugía plástica son palabras mayores. Un sector en constante evolución donde la naturalidad es la clave. Aumento de glúteos o de pecho con grasa autóloga... ¿Qué operarse y con quién hacerlo? Éstos son los mejores médicos por especialidades.

Texto: Leyre Moreno Foto: Paul Bellaart

Operarse o no operarse, ésa es la cuestión (nada baladí, por cierto). Sobre todo, teniendo en cuenta la vasta oferta de tratamientos mínimamente invasivos que tenemos a nuestra disposición para poner solución a (casi) todos los problemas: arrugas, flacidez, grasa corporal... Pero allí donde el retoque no llega, entra en juego la cirugía plástica. Un sector al que, dicho sea de paso, no le ha venido nada mal que la medicina estética le pise los talones, a juzgar por lo mucho que han evolucionado las diferentes intervenciones de un tiempo a esta parte. Una tendencia creciente ya que, según el último informe de la Sociedad Española de Cirugía Plástica, Reparadora y Estética (SECPRE), "se prevé una reactivación de la cirugía en los próximos tres años, que posiblemente pase por la necesidad de trabajar en el desarrollo de técnicas y materiales que reduzcan los costes a los pacientes". Volviendo al asunto inicial y con la decisión de operarse ya tomada, toca decidir en manos de quién nos ponemos. Si la primera cuestión es importante, ésta no lo es menos. Por suerte, en España contamos con grandes profesionales de la cirugía, como acreditan las 65.000 intervenciones que se han realizado en España en 2013. No obstante, en GLAMOUR queremos facilitarte al

máximo la tarea, así que hemos hecho una selección de cirujanos plásticos por especialidades. He aquí el *dream team* de la cirugía corporal.

Javier de Benito y Orestes Fdez. GLÚTEOS

"Latinización del gusto de las españolas", así es como se refieren desde el Instituto Javier de Benito al incremento, cuanto menos significativo, de las intervenciones quirúrgicas de glúteos en nuestro país. No obstante, lo más curioso es que la mayoría de estas cirugías no están encaminadas a reducir el volumen de la zona, sino a aumentarlo. En cuanto al segmento de mujeres que demandan las operaciones de glúteos, el doctor Orestes Fernández señala que "en un 85% de los casos se trata de mujeres entre 30 y 50 años". Influenciadas o no por Kim Kardashian y sus *selfies*, la pregunta es: ¿qué tamaño deben tener los glúteos perfectos? "Existen parámetros específicos para medir las proporciones corporales, pero solemos guiarnos por la armonía. El volumen dependerá de la composición física del paciente y, claro está, de su deseo." En lo que a técnicas se refiere, destacan →



"Los implantes CON PRÓTESIS son la única técnica que permite dar mayor volumen a los glúteos" Dr. Fernández

dos. La lipotransferencia, que consiste en extraer grasa del propio paciente e infiltrarla en los glúteos. Esta técnica suele completarse con las suturas Silhouette Soft, que tensan la piel del tercio inferior de los glúteos. En el caso de los implantes con prótesis, se colocan mediante una incisión en el pliegue interglúteo. Ésta es la única técnica que permite dar mayor volumen a los glúteos en un cuerpo con tendencia a acumular grasa. Con respecto al tiempo de recuperación, dos días en el primer caso y dos semanas en el segundo.

Precio: 5.000 y los 8.000 euros. **Instituto Javier de Benito:** Diagonal, 490, 1º 1ª, Barcelona. **Tel.:** 932 530 282.

Jorge Planas

AUMENTO MAMARIO

"La naturalidad es la tendencia en cirugía estética; por eso, las nuevas técnicas están orientadas a utilizar recursos de las propias mujeres para realizar las operaciones", explica el doctor Jorge Planas, especialista en aumento de pecho con grasa autóloga. "Es una de las intervenciones más demandadas de la clínica. Hemos

realizado ya 250 operaciones de este tipo." El proceso consiste en extraer la grasa de las zonas del cuerpo en las que hay un exceso para posteriormente inyectarla en las mamas. "Las zonas donantes más frecuentes son abdomen, cara interna de los muslos y rodillas, cartucheras y papada", añade. Después, y para asegurar la calidad de la grasa obtenida, se centrifuga para separar la que ha sido traumatizada de la que no, que será la que se infiltre en el pecho. "Para evitar que la grasa se reabsorba lo menos posible y los resultados sean duraderos, la infiltración se realiza en diferentes planos mediante incisiones mínimas, cerca del área a tratar", especifica Planas. Una operación perfecta para quienes desean aumentar sólo una talla de copa, que presenta ventajas con respecto al implante de pecho tradicional. "Evita las posibles complicaciones que pueden dar las prótesis como la contractura capsular o endurecimiento del pecho, una posible rotura del implante o la pérdida de sensibilidad de alguna parte de la mama", apunta Jorge Planas. Además, no deja cicatriz. **Precio:** 8.500 euros. **Tel. Clínica Planas:** 932 032 812.

Álvaro Fernández García

MASTOPEXIA

O lo que es lo mismo: una intervención para tensar y elevar la mama. "Hay que diferenciar entre una mama caída y una vacía. La primera es aquella en la que la posición de la areola y el pezón se encuentra por debajo del surco submamario", explica Álvaro Fernández, jefe de la Unidad de Cirugía Plástica y Estética de Clínica Armonía. "En los casos en los que simplemente el pecho se encuentra descolgado, puede realizarse una elevación y recolocación del tejido mamario sin más.

No obstante, si además hay una pérdida de volumen, será necesario también la colocación de un implante", explica Fernández. Este tipo de intervenciones son comunes en mujeres que han perdido mucho peso o después del embarazo y la lactancia. "La operación requiere anestesia general y sólo un día de

Bouncing OBJECTIVE TEST

Ramón Vila-Rovira, cirujano especialista en aumento y elevación de mamas, acaba de incorporar en su clínica el examen Bouncing Objective Test (BOT), que cuantifica el movimiento del pecho antes de la intervención. "Una vez disponemos de datos, contamos con un mapa que nos ayuda a concretar la mejor ubicación de la prótesis y su tamaño ideal. Con esta información, el porcentaje de éxito con respecto a los parámetros de movimiento y firmeza es mucho mayor", Institut Vila-Rovira: Vilana, 12, Barcelona.



¿QUÉ NOS OPERAMOS?

Analizamos cuáles son las intervenciones de cirugía plástica más realizadas en España, según publica la Sociedad Española de Cirugía Plástica, Reparadora y Estética en su informe de 2014.

♦ **PECHO** El top uno del ranking de cirugía estética española sigue siendo el aumento mamario, que supuso el 40,5 % del total de las intervenciones que fueron realizadas en 2013.

♦ **LIPOSUCCIÓN** Otro de los clásicos de esta clasificación es la liposucción, técnica con la que se llevaron a cabo 11.803 intervenciones en

nuestro país el año pasado.

♦ **CINTURA DE AVISPA** De entre las zonas que más preocupan a las españolas es el abdomen, que se intervino un total de 3.683 veces.

♦ **EFFECTO KIM KARDASHIAN** Uno de los datos más sorprendentes del estudio de la SECPRE es el incremento de las cirugías de aumento de

glúteos. Una tendencia que ha supuesto un cambio en la figura femenina. Y es que, si antes se llevaba el triángulo invertido, ahora es el tipo pera: mamas más naturales y glúteos prominentes.

♦ **CIRUGÍA GENITAL** Pese a no tener mucho recorrido, se sitúa por delante del lifting de brazos y muslos.

ingreso y postoperatorio de una semana.

Precio: entre los 3.000 y 6.000 euros. **Clínica Armonía:** Velázquez, 46, Madrid. **Tel.:** 914 312 369.

Miguel Chamosa LIPOSUCCIÓN DE RODILLA Y TOBILLO

“Las técnicas para realizar esta intervención son la lipoescultura, la liposucción o la lipoaspiración con anestesia local y sedación intravenosa. En cualquiera de los casos, es necesario efectuarla de forma manual, ya que los cúmulos de grasa en esas zonas son muy delgados y hay que trabajar de manera superficial”, explica el doctor Chamosa, pionero en esta técnica, según la Sociedad Americana de Cirugía Plástica. Una intervención recomendada para mujeres con grasa en las extremidades inferiores. No obstante, hay que diferenciar entre éstas y las piernas fuertes que lo son por constitución. En cuanto al postoperatorio, al tercer día se puede caminar con normalidad, a los siete días se retiran los puntos y a los 21, las medias de compresión.

Precio: entre 2.500 y 4.500 euros. **Clínica Dr. Chamosa:** Paseo de la Castellana, 113, 8º izda. **Tel.:** 914 177 487.

Enrique Monereo ABDOMINOPLASTIA

Consiste en extraer el exceso de piel y grasa del abdomen y tensar los músculos de la pared abdominal. Una operación indicada para combatir esa grasa localizada que no conseguimos eliminar ni con dieta ni con ejercicio, y para mujeres que, tras múltiples embarazos, han estirado sus músculos abdominales y perdido firmeza. La abdominoplastia se realiza con anestesia general o epidural y dura

entre dos y cuatro horas. El tiempo de recuperación puede ser desde una semana a un mes.

Precio: desde los 2.000 a los 6.000 euros. **Instituto de Cirugía Plástica Dr. Monereo:** Antonio Rodríguez Villa, 12, Madrid. **Tel.:** 915 619 954.

Antonio Tapia LIPOSUCCIÓN

El procedimiento consiste en la introducción de una cánula para extraer la grasa localizada. Después, a partir de unos cortes de aproximadamente de un centímetro, se rompen los tractos fibrosos que sujetan la grasa. Ésta se aspira con otra cánula y se introduce una tercera para repartir la piel y adaptarla a la zona. Por último, se colocan unos vendajes para sujetar y proteger las zonas tratadas. El cirujano recuerda que “el 50% de los resultados depende del comportamiento del paciente”. Tras la intervención, es importante hacer ejercicios de potenciación muscular: natación, tenis, pádel... ¿La razón? “Hay un enlentecimiento de retorno venoso y linfático que los precisa, no sólo para eliminar el edema postoperatorio, sino para favorecer la eliminación de líquidos y mejorar la funcionalidad de las extremidades inferiores”. Además, “hay que evitar el sedentarismo y llevar una dieta hipocalórica sana para siempre, aunque se hagan excepciones en momentos puntuales”. Los dos primeros meses es aconsejable comer más proteínas, que ayudan a la cicatrización de los tejidos. **Precio:** 6.000 € aprox. **Instituto Tapia:** Carrer de Balmes, 203, Barcelona. **Tel.:** 932 376 643. Ⓞ