

SUSANA

ARGENTINA:
CAPITAL Y GBA \$67,90
RECARGO POR ENVÍO
AL INTERIOR \$3,60
URUGUAY: \$180
revistasusana.com

NOVIEMBRE 2016 #10

Descanso
saludable
Escapadas
detox para
salir de
la rutina

LLEGA EL
VERANO
¡10 locuras que
somos capaces
de cometer!

MODA

- El jean llegó a las pasarelas
- Flores en tu outfit
- Bikinis para cada look

Especial belleza

TRANSFORMÁ TU CUERPO

Lo último en cremas,
ejercicios y tratamientos
para ponerte en forma





ESPECIAL BELLEZA

CUERPO A LA VISTA

¡Hacé foco! Entre los métodos no invasivos y el bisturí, existe una amplia gama de propuestas para mejorar la panza, los brazos y la cola. Conocé lo nuevo para combatir las adiposidades y estilizar las zonas más rebeldes.

POR MARTA SUSAVILA

¿YA PROBASTE TODAS LAS DIETAS PERO LA GRASA LOCALIZADA insiste? ¿Tampoco pudiste solucionarlo con actividad física? Entonces llegó la hora de probar algún tratamiento localizado que te ayude a lograr tu objetivo. Tanto para la panza, los glúteos y los brazos, hay nuevos métodos que dan fruto en pocas sesiones y algunas cirugías que ofrecen soluciones definitivas a la hora de modelar puntos clave.

¡Objetivo panza chata!



•**ABDOMEN A PUNTO EN 3 MESES: CORPOLIFT.** Tratamiento ideal para mujeres mayores de 40 años. Sus resultados son evidentes en tres sesiones (con intervalos de 30 días). Combina la tecnología laser-CO2, que regenera el colágeno de manera intensiva, y la radiofrecuencia fraccional con plasma rico en plaquetas, que ayuda a remodelar desde las capas más profundas. El plasma además revitaliza y nutre la piel. **Precio:** desde \$9000 la sesión (Centro Médico List).

•**PARA ACABAR CON LAS ADIPOSIDADES: COOLSCULPTING.** Una solución rápida y eficaz es la criolipólisis, un método que utiliza el frío para destruir las células grasas sin causar lesiones y que produce resultados en tres semanas, aunque el tratamiento puede durar de dos a cuatro meses. Es una opción no invasiva que no deja cicatrices y que no requiere de análisis previos ni de cuidados posteriores. Las sesiones duran una hora. **Precio:** desde \$6000 (Dr. Néstor Vincent, Clínica Ciencia Estética).

•**PANZA MODELADA: LIPOASPIRACIÓN.** Al tratarse de una cirugía debe hacerla un especialista y realizarse en un sanatorio. Además de las bombas de aspiración, la liposucción puede usar técnicas con láser o ultrasonido. Ambas modalidades ayudan a liberar la grasa y mejoran la retracción de la piel. El cirujano plástico elegirá la mejor tecnología para cada paciente. **Precio:** entre \$35.000 y \$47.000 (Dr. Fernando Felice, Especialista en Cirugía Plástica, Estética y Reconstructiva).

CÓMO PREVENIR VÁRICES Y ARAÑITAS

- Evitar el uso de ropa ajustada en la mitad inferior del cuerpo.
- Usar medias elásticas que den una compresión adecuada.
- Consumir abundante fibra para no sufrir estreñimiento.
- Realizar ejercicios que fortalezcan las piernas y favorezcan la circulación de retorno, como caminar, nadar o spinning.
- Realizarse automasajes, siempre en sentido ascendente, desde los pies hasta el muslo.
- Dormir con las piernas ligeramente elevadas.
- Evitar medicamentos que empeoren la circulación venosa, como los anticonceptivos orales.

ASESORÓ DR. MIGUEL ÁNGEL GRAMAJO BOOTH, MÉDICO FLEBÓLOGO.

•**UNA PEQUEÑA LIPOSUCCIÓN: MINIEXTRACCIÓN LIPÍDICA AMBULATORIA.** Menos invasiva que la lipoaspiración, esta técnica consiste en extraer pequeñas cantidades de tejido graso mediante el uso de jeringas y cánulas especiales de diámetro reducido. Por tanto, las punciones son más pequeñas y el volumen de grasa extraído es menor. Se realiza en consultorio y con anestesia local. Esta opción también sirve para hacer pequeños retoques en pacientes que hayan quedado con alguna irregularidad tras hacerse una liposucción tradicional. **Precio:** desde \$9500 (CipSalud).

•**SOLUCIONES DEFINITIVAS: CIRUGÍAS DE ABDOMEN.** Existen dos opciones si te decidís por el bisturí: la minidermolipectomía y la dermolipectomía. La primera se indica cuando el abdomen está deforme o flácido, pero aun no cuelga demasiado. Se realiza una pequeña incisión sobre el pubis para estirar y tensar la piel y los tejidos de la panza. Puede ser muy oportuna después de un embarazo o cuando se pierden muchos kilos de golpe. La dermolipectomía, una intervención mayor que se realiza con anestesia general y dura tres horas, extirpa además el exceso de piel y la grasa abdominal, y corrige la flacidez muscular. Se requiere un día de internación y el uso posterior de drenajes por 24 a 48 horas. **Precio:** desde \$70.000 (Dr. Daniel Felix Cirujano Plástico).

Brazos sin complejos

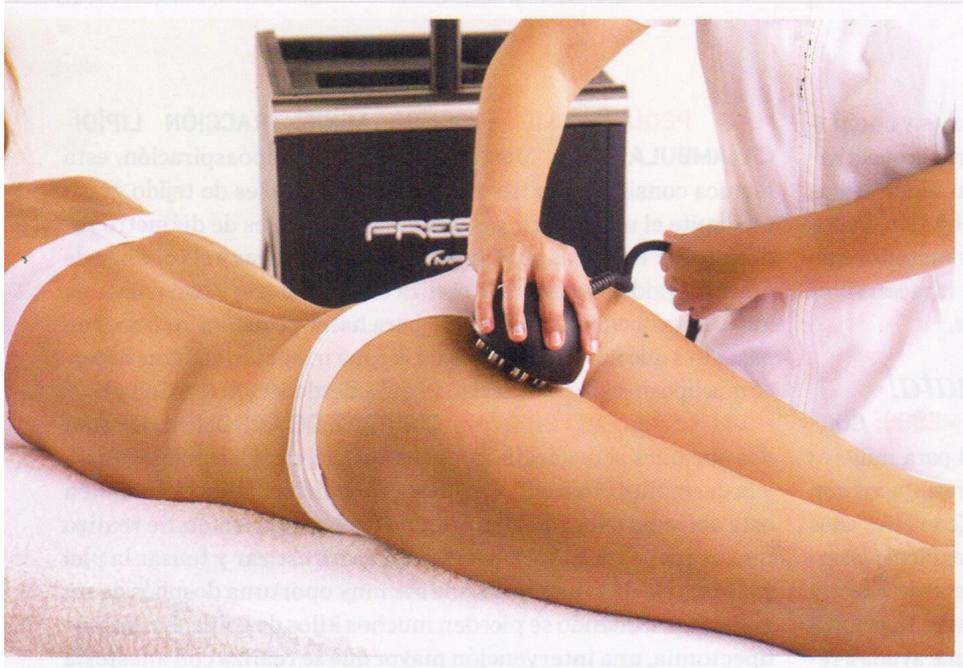


•**TONIFICAR Y ESTILIZAR: BODYTER PREMIUM + VENUS FREEZE MP2.** Dos tecnologías de avanzada que reafirman y modelan las zonas más rebeldes de los brazos. Bodyter Premium es un equipo de termoestimulación y electroporación corporal especialmente diseñado para tonificar. Se recomiendan unas dieciséis sesiones (dos o tres por semana). El Venus Freeze MP2 suma la combinación de radiofrecuencia multipolar y pulsos magnéticos para tensar la zona. Una aplicación por semana es suficiente y los resultados saltan a la vista en ocho sesiones. **Precio:** desde \$40.000 (Bioesthetics).

•**ADIÓS FLACIDEZ: ULTHERAPY.** Este método no quirúrgico, no invasivo y sin postoperatorio, utiliza ultrasonido focalizado para levantar las zonas con flacidez al estimular la producción natural de colágeno y elastina. Aunque el tratamiento puede durar de tres a seis meses, los cambios se notan a partir de la primera sesión. Se realiza en consultorio. **Precio:** desde \$25.000 (Ro Medical Art).

•**FIRMEZA Y DEFINICIÓN: ELECTROPORACIÓN.** Otra alternativa no invasiva es el tratamiento con electrodos. Esta técnica estimula las sustancias activas que se introducen a través de finísimos canales en la epidermis con el objetivo de actuar de forma local. La corriente alternada logra movilizar las células de la piel para tonificar los músculos y mejorar la flacidez cutánea. El tratamiento finaliza con masajes localizados. **Precio:** \$9500 las 10 sesiones (Dra. María Cristina Zeaiter, especialista en Cirugía Estética).

•**¿CIRUGÍA PARA BRAZOS?: BRAQUIOPLASTÍA.** Así se llama la cirugía que reduce la piel sobrante de la cara interna de los brazos.



frecuencia bipolar, que calienta el tejido a mayor profundidad atacando los depósitos de grasa. Se requieren tres sesiones por zona. **Precio:** desde \$3600 por sesión (Dr. Fernando Sconfienza Tendencia Estética).

•**PIERNAS SIN ARAÑITAS: LÁSER CUTERA XEO.** Para tratar várices y arañitas pueden aplicarse inyecciones esclerosantes tradicionales, que las hacen desaparecer mediante la infiltración de sustancias; o bien el Láser Cutera Xeo, un exclusivo tratamiento que actúa para colapsar, coagular y fibrosar el vaso sanguíneo (foto-coagulación) con su consiguiente desaparición. Permite en 3 o 4 sesiones borrar por completo las arañitas. **Precio:** \$4200 por sesión (Clider).

Si la piel conserva su elasticidad, el procedimiento se realiza solo mediante lipoaspiración. En caso contrario, se extirpa el exceso de piel para estirar la cara interna del brazo. La intervención es con anestesia local y dura una hora. Requiere un reposo laboral de diez días y no se puede hacer deporte durante los dos meses posteriores. **Precio:** desde \$40.000 (Dr. Juan Carlos Pintos Barbieri, especialista en cirugía plástica).



Piernas y cola a punto

•**MODELAR Y TENSAR: LEGACY.** La radiofrecuencia multipolar combinada con pulsos magnéticos es otra opción eficaz para mejorar el contorno y la calidad de la piel, lograr firmeza y reducir la celulitis. Con su capacidad de penetrar profundamente en las capas de la epidermis, los resultados de este tratamiento se aprecian en seis sesiones.

Precio: desde \$1700 por sesión (IAF Instituto Argentino de Flebología).

•**¿MÁS VOLUMEN?: AUTOTRANSFERENCIA DE GRASA.** Esta innovadora cirugía extrae grasa del propio paciente mediante una liposucción para luego ser inyectada en la zona de los glúteos. Porque la propia grasa, procesada y mezclada con plasma rico en plaquetas es la que se encarga de levantar la cola y mejorar la zona con resultados muy naturales. Además, se aplican unos hilos tensores de glúteos para garantizar un mejor resultado. El postoperatorio no es doloroso. **Precio:** desde \$45.000 (Dr. Leonardo Imbrano, Cirujano Plástico y Ginecólogo).

•**ELEVAR Y MODELAR: VELASHAPE III.** Su secreto, la combinación de luz infrarroja, radiofrecuencia y manipulación mecánica del tejido. El aplicador va succionando (absorción por impulsos) la piel para acercarla a la luz infrarroja que infunde calor. Una vez que la piel alcanza la temperatura correcta, entra en acción la radio-

Operación celulitis

•**REDUCIR Y REAFIRMAR: ULTRASONIDO + DRENAJE LINFÁTICO.** Esta novedosa técnica utiliza el ultrasonido y el drenaje linfático para reducir y modelar el contorno corporal. El ultrasonido ayuda a remover los cúmulos de adiposidad localizada en los puntos críticos y estimula la liberación de colágeno para reafirmar y tensar la piel flácida. Es un tratamiento no invasivo y se puede retomar las actividades después de las sesiones de 45 minutos (se recomiendan cuatro semanales). **Precio:** \$7200 por 4 sesiones (Concepto Estético).

•**COLÁGENO CONTRA LA PIEL DE NARANJA: ACCENT.** Un tratamiento que activa la circulación, estimula la producción de colágeno (fortaleciendo las células ya existentes) y favorece el drenaje linfático a través de la radiofrecuencia unipolar y bipolar. Indicado para cualquier tipo de piel, consiste en el calentamiento y la contracción de la dermis profunda para rejuvenecer, tensar y reafirmar. De seis a ocho sesiones con intervalos de quince días son suficientes para apreciar los resultados. **Precio:** \$6060 por 6 sesiones (Dr. Sergio Korzín, cirujano plástico, Director de Lasermed Clinic Beauty High Tech).

•**DRENAJE DE VANGUARDIA: TRIACTION.** Estas placas son el último grito en aparatología porque permiten reducir y eliminar la celulitis, además de tonificar y drenar simultáneamente. En sesiones de solo media hora se aprecian los resultados. Un análisis previo para medir el nivel de líquido y grasa garantiza la personalización en el tratamiento sobre la base de ultrasonidos y distintos tipos de electroestimulación. Diez sesiones son suficientes. **Precio:** \$11.280 x 10 sesiones (Bace Spa).

•**ACTIVAR EL METABOLISMO: PLASMA RICO EN PLAQUETAS.** Con una pequeña extracción de sangre y mediante centrifugación se obtiene este plasma que se aplica en las zonas con celulitis a través de mesoterapia. La mejoría es rápida y según las necesidades del paciente, se puede tomar una sesión cada cuatro o seis meses. **Precio:** desde \$5000 por sesión (Dra. Paula Natalia Landaburo, Centro Médico Estética Buenos Aires).