

Clara

Nº 190 - 1,80€

Más guapa y joven...

Tratamientos "Lunch Time"
(Bótox, ácido hialurónico,
bioestimulación...)

¡En sólo 1 hora!

9 Playas «secretas» de España

Te encantarán pero no lo cuentes!

Decidida, fuerte...
Cómo te ven los demás
DESCUBRE QUÉ IMAGEN PROYECTAS

PAREJA

Conoce el punto del millón de dólares
¡Disfrutarás más de tu sexualidad!

¿ABURRIDA DE LAS DIETAS?

ADELGAZA SIN PASAR HAMBRE

Adapta tu alimentación a tu vida real
Cómo, cuándo, dónde y cuánto comer

Exc. Canarias 1,95€



Retoques «lunch time»

Más joven en sólo una sesión

¿Por qué esperar a volver de vacaciones para lucir un aspecto radiante? Ahora lo puedes tener antes de marcharte, gracias a los tratamientos flash que te ofrece la medicina estética. En el tiempo que dura un almuerzo, de ahí el término «lunch time», puedes rejuvenecer tu cutis.

Las intervenciones de cirugía estética encaminadas a conseguir un rejuvenecimiento facial se realizarán cada vez a una edad más avanzada. Esta demora se debe, según los expertos consultados, a los excelentes resultados que se están obteniendo ya con las diferentes técnicas de medicina estética no quirúrgica.

Los tratamientos estrella

Concretamente, las infiltraciones con toxina botulínica o bótox y el relleno con ácido hialurónico son los dos métodos cuya demanda se ha disparado más últimamente; sobre todo en navidades y ahora, en verano, que se duplican respecto al resto del año. ¿Dónde reside su probado poder

de atracción?: sólo requieren entre 15 y 40 minutos para su aplicación, los resultados son muy naturales a la vista, duran hasta un año y todo ello sin dañar la piel. Además de no ser perjudiciales, muchos de ellos son complementarios, porque cada uno de los tratamientos actúa de una forma específica o mejora una zona concreta.

LAS MÁS INTERESADAS

La gran mayoría siguen siendo mujeres, pero cada vez más hombres – aproximadamente un 20% más este año respecto al anterior – se apuntan a estas técnicas no invasivas para mejorar su aspecto.

El perfil: no sólo gente que «vive» de su imagen, como modelos, actrices y presentadoras, recurren a estos pequeños retoques. Ni tampoco tiene por qué asociarse exclusivamente a profesiones liberales o a personas con un alto poder adquisitivo. Los médicos estéticos aseguran que la mayoría de mujeres que acuden a su

consulta (dependientas, empresarias, amas de casa...) tienen de 35 a 50 años, trabajan y administran su dinero en lo que les apetece – como mejorar su imagen – y mientras unas ni siquiera dan explicaciones a su pareja; una minoría acude, curiosamente, junto a ellos, porque también se van a realizar algún tratamiento.



Estos tratamientos flash se pueden realizar en verano, porque no provocan efectos indeseados como hinchazón o hematomas

En manos expertas y usando productos con los controles sanitarios pertinentes, los riesgos son prácticamente inexistentes

Fuera líneas de expresión

Solución: bótox

El bótox o toxina botulínica (comercializada como Vistabel) es un preparado que contiene una proteína natural que se infiltra mediante microinyecciones. Aplicado en la cara —el pinchacito apenas se nota porque la aguja es ultrafina—, actúa sobre sus músculos relajándolos, lo que permite eliminar las líneas de expresión.

* **Resultados.** Se notan a partir del cuarto día, siendo el momento más álgido a los 20. Al ser el efecto progresivo, los demás no perciben una transformación «impactante».

* **Destacamos:** es una técnica segura que tan sólo se contraindica en casos de embarazo y

de problemas de coagulación. No requiere prueba de alergia; y la dosis administrada, muy baja, no se acumula, es decir, nuestro organismo la elimina.

* **A tener en cuenta.** No tocarse la cara durante 2 horas después para que el producto no se traslade a otra área.

➤ **En qué zonas se aplica:** aunque también se usa en cuello, alrededor de la boca e incluso se utiliza para combatir el exceso de sudor, donde da resultados espectaculares, es en el tercio superior de la cara: frente, entrecejo y patas de gallo.

Cuánto duran los efectos: la primera vez que se aplica dura unos 4 meses.



RAFAEL SERENA
DIRECTOR DE LA UNIDAD DE LÁSER Y BÓTOX DE LA CLÍNICA PLANAS

Relaja, no paraliza

Mucha gente tiene miedo que su rostro se vea inexpresivo por culpa del bótox, pero éste no paraliza la musculatura de la zona, sino que la relaja, por lo que el resultado que se consigue es muy discreto. Personas que lo usan desde hace muchos años han mejorado sus líneas de expresión y han conseguido prevenir la aparición de nuevas arrugas.

Para mantener los resultados, el primer año se recomiendan 3 aplicaciones y el segundo, hacerlo cada 6 meses.

Precio: arrugas de expresión, entre 475 y 575€ la sesión.

Lo mejor: el rostro se ve descansado, como después de tener un sueño reparador

Stop al descolgamiento

Solución: ácido hialurónico

No sólo las arrugas revelan el paso del tiempo en el cutis, la pérdida de volumen y de definición del óvalo facial también son signos de envejecimiento. Para combatir este efecto de laxitud o descolgamiento, en medicina estética se recurre a materiales de relleno, siendo el ácido hialurónico (AH) el más popular. Componente presente en el tejido de nuestra piel, su función es muy importante porque ayuda a retener el agua y mantenerla perfectamente hidratada; además de estimular el desarrollo de colágeno. El tratamiento consiste en aplicar pequeñas inyecciones de esta sustancia en la zona a la que queremos dar volumen o en aquella arruga que queremos rellenar, durando la sesión entre 30 y 45 minutos. La entrada del producto puede producir sensación de escozor, pero es tolerable.

* **Resultados.** La piel recupera su firmeza y se alisan los pliegues subcutáneos.

* **Destacamos.** También se puede aplicar en manos, escote y cuello.

* **A tener en cuenta.** Para aquellas personas aprensivas a los pinchazos, hay otra opción ¡sin agujas!: el método Byonik. Consiste en la aplicación de un gel de ácido hialurónico a través de un láser frío de gran potencia. El gel desfragmentado en pequeñísimas moléculas penetra en la piel y actúa mejorando su elasticidad. Cada sesión dura unos 45 minutos y, aunque los resultados son visibles desde la primera aplicación y duran varias semanas, se recomienda seguir un tratamiento de 3 a 5 sesiones para obtener efectos más prolongados. Precio sesión: 100€.

A los 40 años, el contenido de AH en nuestro cuerpo es sólo del 60%; y a partir de los 60 años disminuye hasta el 10%

El AH no tiene contraindicaciones, a excepción de casos muy raros de alergia al producto, lesiones infecciosas o embarazo

En qué zonas se aplica: en cualquier área de la cara, siendo las más frecuentes los surcos nasogenianos (los que van desde la nariz al labio); pómulos, labios, óvalo facial y barbilla.

Cuánto duran los efectos: entre 8 meses y un año; aunque los resultados de los ácidos más

concentrados pueden perdurar hasta un año y medio.

Precio: a partir de 300€, dependiendo de la cantidad inyectada (nasogenianos: 470€; labios, 700€).

Lo mejor: ha salido un AH nuevo que incorpora un anestésico para anular cualquier molestia



LAURA SALVADOR
MIEMBRO DEL
ANTIAGING
GROUP
BARCELONA,
DEL INSTITUT
DEXEUS

Efecto muy natural

El secreto de un buen resultado en medicina estética es conseguir que los efectos no se vean exagerados, que los demás te digan «qué buena cara tienes», en vez de «¿qué te has hecho?». Para ello, lo mejor es dejarse asesorar por el profesional, quien recomendará cuál es el tratamiento o combinación de tratamientos más adecuados, en función de la edad y la calidad de la piel.



Las típicas inquietudes

Lo que más preocupa a las personas que acuden a hacerse algún retoque de medicina estética es:

- **La seguridad del tratamiento**, que no tenga efectos secundarios. Los tratamientos flash suelen ser inocuos y sólo tienen contraindicaciones en casos muy específicos. Además, si el resultado no es convincente, los efectos no son permanentes.

- **Que el resultado sea muy artificial.** La mejoría de la piel es progresiva, por lo que el cambio no es impactante, sino que se produce de una forma muy natural. Además, ante la petición de un cambio muy ostensible y antiestético, el profesional debería aconsejar la propuesta más razonable.

- **El dolor.** Todo el mundo tiene miedo a que el tratamiento resulte doloroso, pero la angustia desaparece cuando ven que el pinchacito, escozor o calor es muy soportable; o que, si lo desean, pueden aplicarse previamente una crema anestésica.

España e Italia son los países europeos donde más se practica medicina estética. Tenemos profesionales pioneros

Piel uniforme

Solución: peeling

Descartando los peelings medios o profundos, que son más agresivos y para los que la recuperación es más lenta, podemos recurrir a un peeling superficial para recibir el sol con la piel limpia y uniforme. Entre ellos podemos elegir, por ejemplo, uno con ácido láctico (peeling químico para casos específicos como acné o manchas); o uno con agua y oxígeno (peeling físico que arrastra únicamente las células muertas de la piel). El tratamiento (30-40 min.) consiste en la aplicación del producto, después de una buena limpieza, y la retirada del mismo.

- * **Resultados:** se descaman las capas más superficiales de la piel y ésta se ve más sonrosada y sin impurezas

- * **Destacamos.** No es recomendable en pieles con dermatitis o muy bronceadas.

- * **A tener en cuenta.** Hay peelings que producen sensación de quemazón, pero en algunos casos se mitiga con ventilación.

Por Encarna Aguado

En qué zonas se aplica: en toda la superficie de la cara, excepto en los párpados y los labios.

Cuánto duran los efectos: una sesión única, un mes; si se repiten varias posteriormente, dejando un par de semanas entre una y otra, los resultados serán más duraderos.

Precio: de 70 a 120€.

Lo mejor: gracias al peeling, la piel aprovecha más los efectos de otros tratamientos y de los cosméticos

Direcciones de interés

- **Clínica Planas**, en Barcelona, tel. 932.032.812; **Planas Day**, en Madrid, tel. 915.784.676.
- **Antiaging Group Barcelona**, del Instituto USP Dexeus, tel. 902.013.713.
- **Centro de Medicina Estética Génova 10** (sólo facial), en Madrid, tel. 913.191.598.
- **Instituto Médico Láser**, en Madrid, tel. 902.302.930.
- **Consulta de Dra. Belén Díaz**, en Gijón (Asturias), tel. 985.350.062.
- **Clínica San Roque**, en las Palmas de Gran Canaria, tel. 928.012.694.
- **Clínica Vega Salvador**, en Almería, tel. 950.232.027.
- **Consulta de Dra. Virtudes Ruiz**, en Murcia, tel. 968.444.282.
- **Método Byonik**. www.byonik.es Tel. 902.430.436.
- **Más inf otros centros:** **Sociedad Española de Medicina y Cirugía Cosmética (SEMCC)**. www.semcc.com / tel. 902.150.515.