

# YO dona

10  
AÑOS

yodona.com

Carrera por  
la Alcaldía  
Esperanza  
Aguirre y  
Manuela Carmena  
cara a cara

Moda  
**VAQUERA**  
Mucho más que  
cuero y flecos

¡Happy  
mami  
day!

**Sheila Márquez**

Una top en Nueva York,  
con su hijo Lucius

Mujeres que  
definen  
la nueva  
maternidad

EL MUNDO 2 DE MAYO DE 2015. Nº 522. YO DONA SE VENDE CON EL MUNDO POR 1,80€



Amselem. La doctora Rosso añade que también es efectiva en pieles apergaminadas, «esas que por deshidratación, envejecimiento o excesiva delgadez están llenas de rugosidades». En cualquier caso, recomiendan un par de sesiones con un intervalo de un mes. Apenas quedan hematomas y en dos días se puede hacer vida normal, ejercicio físico inclusive. ¿Y cuándo se empiezan a ver los efectos? «Cualquier estimulación de colágeno se nota a partir del primer mes, por lo que estamos en el momento perfecto para estos tratamientos», afirma la experta, que insiste en que hay otros protocolos interesantes, «como los hilos tensores, que tienen una acción inmediata; o las infiltraciones de desoxicolato de sodio (o Aqualix), un ácido con la capacidad de disolver la grasa en zonas rebeldes».

**Conseguir la perfección** es, sin embargo, una utopía. «La paciente sabe que resulta complicado, por eso le preocupa más mejorar el aspecto y la calidad de su piel que definir la forma del bíceps», comenta Paula Rosso. Por este motivo, recomienda trabajar con varias técnicas, «No existe el protocolo perfecto, porque cada brazo requiere una solución». Cristino Suárez, cirujano plástico y estético, coincide en que estas técnicas son efectivas, aún más si se combinan, «el problema es cuando se pasa la línea roja, esa que indica que la única solución reside dentro del quirófano», advierte. Por este motivo, el presidente de la Secpre no duda al recomendar el tratamiento más efectivo para presumir de unos brazos firmes y torneados: «La prevención, que consiste en dieta sana, ejercicio físico (imprescindible prestar atención a bíceps y tríceps) y cremas reafirmantes específicas para esta zona». Es la fórmula del éxito para rescatar las camisetas de manga corta y tirantes del armario. ■

“La paciente sabe que **no hay resultados perfectos**. Prefiere mejorar el aspecto de la piel que definir el bíceps», comenta la doctora Paula Rosso.



Drenante y reductor. *Adrenalys* (39,90 €), de **Iodase**



Con activos anti envejecimiento. *Bras Nus* (90 €), de **Orlane**



Exfolia suavemente la zona. *Super Fit Arm Sculpt* (62 €), de **Rodial**



En textura gel. *Slimming and Firming* (15 €), de **Sephora**



Potencia el ejercicio. *E'lifexir Dermo Fitness* (14,95 €), de **Phergal**



Reafirma e hidrata. *Lipo-Lift Bras* (92,30 €), de **Júlia**



Estimula la producción de colágeno. *Elasticidad intensa* (16,20 €), de **Neutrogena**

## CARTA DE TRATAMIENTOS

### Anticelulítico

El dispositivo VelaShape III –radiofrecuencia, succión e infrarrojos– disimula la piel de naranja también en esta zona.

**Ribe Clinic. Barcelona.**  
Tel. 934 88 12 07  
150 €/sesión

### Derma-roller

Se pasa un cilindro con microagujas de titanio por la zona para incrementar la penetración del gel (con vitamina C, papaya y ácido hialurónico).

**Estética Lostao. Zaragoza.**  
Tel. 976 21 80 00  
140 €/sesión

### Protocolo dual

Se infiltra dióxido de carbono medicinal, que oxigena el tejido, y se sigue con diatermocontracción, una radiofrecuencia usada en rehabilitación.

**Centro Médico Lajo Plaza. Madrid.** Tel. 913 60 08 53  
80 €/sesión

### Lifting japonés

Consiste en la colocación de hilos tensores en la dermis para reorganizar el colágeno y dar tersura.

**Clínica Marest. Sevilla.**  
Tel. 954 41 30 56  
Desde 500 €/sesión

### ¡Arms Up!

Ideada por Moisés Amselem, combina la inyección de hidroxiapatita y carboximetilcelulosa, que simula el efecto tensor mientras el cuerpo genera su propio colágeno.

**Clínica Moisés Amselem. Madrid.** Tel. 915 21 17 71  
600 €/sesión