

**HORAS, DÍAS, SEMANAS,
MESES EN EL GIMNASIO
Y LAS CALUGAS NO
APARECEN... ¿SABÍAS
QUE ES POSIBLE
TENER UN CUERPO
MARCADO EN APENAS
UNAS HORAS? A
CONTINUACIÓN, TE
CONTAMOS DE ESTA
MARAVILLA.**

SIX PACK EXPRESS

LA REVOLUCIONARIA

Cirugía Fit

Quedan apenas un par de meses para que empiece el verano y menos para alivianar la ropa y, por lo tanto, mostrar más los brazos, el abdomen y las piernas, pero ¿estamos en condiciones de hacerlo? Si pensamos inscribirnos ahora en un gimnasio para lograrlo, la respuesta es no, porque por más que empecemos a hacer mil abdominales diarios los músculos no van aparecer. Pero si nos sometemos a una **Hi Def Lipo®** (Liposucción de alta definición) o a una **Rectus Abdominis Fat Transfer (RAFT®)**, en apenas unas hora podemos pasar de "fat" a "fit". ¿No crees? Sigue leyendo.

El cirujano plástico colombiano Alfredo Hoyos desarrolló hace diez años una técnica que consiste en que se realiza una liposucción para definir la musculatura. Su colega chileno, Stefan Danilla aprendió la técnica **Hi Def Lipo®** con el doctor Hoyos y la aplicó en Chile. "Es ideal para mujeres de 20 o 30 años, con buena tonicidad de la piel, que van al gimnasio o se ejercitan regularmente, no han tenido hijos y con peso normal o sobrepeso leve", explica. Los resultados, dice, son espectaculares porque se ve muy natural y equivale a años de acondicionamiento físico diario.

Este procedimiento permite, además, rellenar glúteos, pantorrillas u otras partes del cuerpo que lo requiera, asimismo, se puede combinar con un implante de prótesis mamaria o glúteo, si es necesario.

Una de las grandes ventajas que tiene es que al ser la grasa del mismo organismo, no hay rechazo. Por otra parte, explica el profesional que un porcentaje de esta grasa se pierde pero la que se inyecta queda ahí permanentemente y el efecto puede durar muchos años siempre y cuando la paciente se mantenga en un peso estable.



La versión chilena

Una variante de la **Hi Def Lipo®** es la **RAFT®**, creada por el doctor Danilla y consiste también en una **Hi Def Lipo®**, pero que además se agrega una Abdominoplastia y la grasa se usa para amplificar los músculos abdominales. Esta se recomienda a mujeres que ya han tenido hijos y

que no les basta con someterse a una lipo para modelar el cuerpo, porque, como explica el médico, les sobra piel y el exceso de piel o flacidez cutánea no responde con ejercicio.

"Se marca la musculatura de la espalda, de los brazos y el abdomen. Al hacer la abdominoplastia, corto la piel, la levanto e inyecto grasa al músculo, caluga por caluga. Luego se estira la piel, se corta la que sobra y se re-hace el ombligo", relata el cirujano plástico, que estudió en la Universidad de Chile y que viajó por seis meses al extranjero para adquirir nuevos conocimientos. El doctor Stefan Danilla realiza estas cirugías en el Hospital Clínico de la Universidad de Chile, en la Clínica Alemana y en la Clínica Lo Curro. Explica que para una lipoabdominoplastia convencional es ideal un IMC (índice de masa corporal) de menos de 27, pero para practicarse una **RAFT®** lo óptimo es menos de 25, aunque finalmente todo depende de cuántos procedimientos quiere la paciente. Esto, porque mientras más grasa es mayor el tiempo que toma la lipo y eso redonda en más horas de operación, por lo tanto, mayor riesgo.

En ambos casos, el postoperatorio es de un par de semanas y requiere que la persona no se exponga al sol por dos o tres meses, así que ahora es el momento preciso para someterse a una **Hi Def Lipo®** o una **RAFT®** y llegar al verano con un cuerpo absolutamente fit.



Dr. Stefan Danilla Enei, Cirujano Plástico.

FitQueen®