

## ESPIA BELLEZA

POR ANA PARRILLA

# NO PUEDES HACER 'UN PATAKY' SIN LEER ESTO

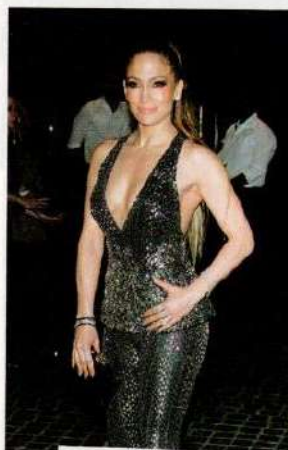
LAS FAMOSAS CONOCEN EL PODER DE SEDUCCIÓN DE SU TRASERO Y LO EXHIBEN EN PRIMER PLANO. PERO, ¿CÓMO LO CONSIGUEN? TE LO EXPLICAMOS.

**H**acer ostentación del trasero en los *photocall* es una tendencia que hace furor entre las estrellas de todo el mundo. Posar de espaldas girando el rostro, es conocido popularmente como hacer 'un Pataky'. La actriz española fue quien lo puso de moda y su continuadora es, sin duda, la *celeb* con el trasero más famoso del mundo: Kim Kardashian.

Pero ellas no son las únicas. Los glúteos están cobrando un inusitado protagonismo fuera de su hábitat original: playas y piscinas. Sin embargo, para poder exhibir unos buenos glúteos, hay que dedicarles un poco de atención. Porque no nos engañemos, para las españolas la retaguardia no era una zona primordial, pero la globalización, los desfiles de Victoria's Secret que ve medio mundo y los nuevos diseños de ropa de baño, no dejan opción y hay que empezar a pensar en las nalgas... ¡durante todo el año! Cambiar el 'culo carpeta' por unos glúteos altos y torneados es el objetivo a cumplir.

### TOMA BUENA NOTA

Así que, para poder marcarte un posado como nuestra Elsa, he aquí unas recomendaciones. En primer lugar, los productos reductores y reafirmantes funcionan solo si se aplican adecuadamente. Además de aportar hidratación, ejercen otras funciones, como, por ejemplo, remodelar, afinar y combatir la celulitis. Lo triste, y de ahí procede su mala fama, es que es poco probable que suceda algo bueno a corto



ELSA PATAKY



JENNIFER LOPEZ



plazo y todas las fórmulas destinadas a dejarte un trasero de exposición precisan de tiempo.

El ejercicio también es necesario. Marcos Flores, fundador y director de Estarenforma y entrenador personal tiene una buena noticia: «**Los glúteos son muy agradecidos y, en pocas semanas, pueden transformarse con una batería de ejercicios muy básicos. Solo necesitan constancia.**». Además, María Agustina Segurado, jefa de Dermatología del Hospital del Sureste y doctora en Sclenic, ha diseñado una novedosa combinación de tratamientos que mejoran el contorno de los glúteos en pocas sesiones: «**Para eliminar el exceso de grasa en la zona de las cartucheras, aplico la**



PAÍS: España

PÁGINAS: 72-73

TARIFA: 16.100 €



19-Marzo-2017

FRECUENCIA: Semanal

O.J.D: 173959

E.G.M: 213000



KIM KARDASHIAN



SOFIA VERGARA



NORMA RUIZ



PAULA ECHEVARRÍA



MAR SAURA

última tecnología de láser lipolítico aprobado por la FDA para lipólisis no quirúrgica. Luego añadido una serie de tratamientos para estimular la formación de nuevo colágeno y corregir la flacidez, que incluye radiofrecuencias, mesoterapias e hilos tensores con productos que mejoran la flacidez. Como complemento, utilizo la electroestimulación muscular para inducir al músculo a contraerse repetidamente y, de esta forma, se tonifica, aumenta su fuerza y se le da forma». El precio de este circuito es de 600-900 € ([www.sclinic.es](http://www.sclinic.es)).

Y para salir del apuro, el secreto de las estrellas: corsetería íntima que remodela. Todo vale para presumir de trasero. ♥

“ Los glúteos son muy agradecidos y pueden transformarse en pocas semanas con constancia ”