

## ¿Es posible "marcar" abdominales sin ir al gimnasio? Las 5 cirugías que triunfan entre los hombres

 [superdeporte.es/salud/guia/2022/05/15/posible-marcas-abdominales-gimnasio-5-66063676.html](https://superdeporte.es/salud/guia/2022/05/15/posible-marcas-abdominales-gimnasio-5-66063676.html)

Rebeca Gil

15 de mayo de 2022



*¿Cuáles son las operaciones de estética más demandadas por los hombres?*

Hace tiempo que la cirugía estética dejó de ser una cuestión exclusiva de las mujeres. De hecho, el número de hombres que desean operarse ha aumentado en los últimos años. Y ya no es un secreto que **ellos también quieren verse y sentirse mejor**.

Ahora, con la inminente llegada del verano aumenta este deseo de verse mejor. Y las partes del cuerpo que más les preocupan a ellos son el abdomen, los glúteos y la cara.

Por eso, el doctor **Carlos Gullón**, cirujano plástico en Clínica FEMM, recomienda las cinco cirugías con más acogida en los pacientes masculinos y que cuentan con los mejores resultados para que los hombres que desean un aspecto renovado se sientan mejor con su apariencia.



## **Liposucción HD: abdominales de gimnasio... sin ir**

---

Machacarse en el gimnasio no siempre produce los resultados deseados, porque el abdomen es una de las **regiones más difíciles de remarcar**.

Por eso, muchos pacientes desean definir los abdominales o la aclamada V, deshaciéndose al mismo tiempo de la grasa localizada que impide lucir estos músculos.

Para este fin, la cirugía estética ofrece la **liposucción HD**.

En concreto, el doctor Gullón recomienda la liposucción HD con BodyTite.

"Esta lipoescultura actúa sobre varias zonas con una gran cantidad de beneficios. En hombres, las más comunes son la reducción de los flancos y la marcación abdominal" explica el doctor.

Entre las ventajas de este procedimiento destaca que las cicatrices son muy pequeñas, así que no se percibirán fácilmente. Y lo que es más importante, la recuperación resulta rápida, por lo que el paciente podrá volver a su rutina habitual en un periodo de tiempo escaso.

*La liposucción es una de las cirugías estéticas más demandadas por ellos young man making sport exercises at home*

En algunas ocasiones, si los cúmulos de grasa tienen un tamaño considerable, la liposucción se puede combinar con una abdominoplastia para definir el abdomen del cuerpo masculino y eliminar el exceso de piel restante. De esta forma se puede moldear y armonizar el aspecto abdominal.