

Linda después de los 50

Tener 50 ó 55 no significa perder la belleza, ni el atractivo. Envejecer es un proceso muy natural, que cada día se puede suavizar con técnicas cada vez más prácticas e indoloras.

Por Bibi Mandakovic **Fotos** Thinkstock

Aunque resulte extraño cada vez más mujeres entre los 30 y 40 años deciden someterse a una cirugía estética. Y no necesariamente corporal como sería de suponer, sino también facial. Incluso la edad de los *lifting* y de los procedimientos de párpados se han adelantado en comparación a diez años atrás. Ellas son laboral y socialmente activas, por eso no esperan tener signos de envejecimiento o cansancio notorio en su rostro para tomar medidas. Pero, ¿qué ocurre con la mujer que esperó hasta los 50 o más para consultar a un cirujano plástico con el fin de rejuvenecer su rostro o cuerpo? ¿Será una edad adecuada o segura para entrar al quirófano a embellecerse? ¿Es la cirugía la única opción o también sirven los procedimientos complementarios?

Todas estas preguntas intentaremos responder, así que vaya a buscar un café, lápiz y papel e infórmese.

CORPORAL

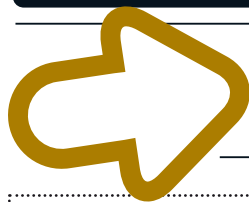
En esta etapa de peri menopausia se comienza a evidenciar en las mujeres un leve sobrepeso, especialmente si la actividad física no ha sido constante. “Es algo difícil que a estas alturas inicie, por lo que el panorama se traduce, por lo general, en una piel más laxa y con grados variables de celulitis. Los procedimientos no quirúrgicos en este periodo poseen

resultados poco notorios”, señala el doctor Alex Eulufí, cirujano plástico de Clínica Alemana y Lo Arcaya - CLA. Asimismo, agrega que durante las cinco décadas las intervenciones más solicitadas son la abdominoplastía que habitualmente va asociada a lipoaspiración, ya que por sí sola suele tener poco rendimiento a una piel ya distendida. Otro de los métodos es la cirugía mamaria, sea reducción o mastopexia (elevación de la mama) con o sin implantes.

Respecto de las alternativas corporales no quirúrgicas útiles en esta etapa de la vida, deben indicarse en forma particular a cada paciente y no de manera genérica, así logran obtener reales resultados y no se genera una pérdida de tiempo y dinero para los pacientes



DR. ALEX EULUFÍ, cirujano plástico de Clínica Alemana y Lo Arcaya - CLA.



LOS PROCEDIMIENTOS CORPORALES de mayor rendimiento son:

- ▶ **BODY SHAPING:** Mezcla de tecnologías conformadas por radiofrecuencia, láser NIR y un rodillo de masaje y vacío. Este equipo busca al mismo tiempo mejorar la irrigación sanguínea e inducir un retensado de la piel tratada disminuyendo o tratando la posible celulitis asociada.
- ▶ **RADIOFRECUENCIA:** Por sí sola permite una importante mejoría de la celulitis, especialmente edematosa, pero no mejora las condiciones locales de la piel en pacientes muy laxas o con sobrepeso. Sin embargo, es una excelente alternativa en el resto de los casos. Estos tratamientos requieren de múltiples sesiones como terapia inicial (generalmente 10) y luego sesiones de mantención (1 o 2 al mes).

En las mujeres de 50 años el tema de las manchas es un gran problema y empeoran con la llegada de la menopausia.

FACIAL

En lo que a la cara respecta hay un sin número de opciones desde lo meramente publicitario a lo realmente efectivo y útil. “Con el paso de los años, la genética, la menopausia, algunas enfermedades y las diferentes exposiciones climatológicas, a las que ha sido sometido el rostro, darán cuenta de su aspecto. En cuanto a lo exclusivamente cosmético, útil pero que permite cambios sutiles es la hidratación y/o oxigenación facial idealmente asociada a un velo de colágeno. También se recomiendan los láser, existen de diferentes tipos y son para arañitas vasculares, telangectasias y ciertas manchas”, dice el especialista.

Por su parte, el rejuvenecimiento facial, es un tratamiento prácticamente reservado a los láser, pueden ir desde un *resurfacing* suave que recupera el aspecto luminoso de la piel, atenúa o borra ciertas arrugas y manchas. “Devuelve un aspecto lozano y fresco, es un tratamiento habitualmente ambulatorio, indoloro que no altera la vida laboral,

Se consigue en cuatro o seis sesiones. Bien indicado, sus resultados son sorprendentes, aunque no es para todos los pacientes ni tipos de piel. A mi juicio, el mejor ejemplo es el *Baby Face*, dice Eulufí, quien comenta que en el otro extremo están los láser ablativos, que permiten un tratamiento profundo, ya que remueve prácticamente todo el complejo dermoepidérmico. Su indicación es habitualmente en una sesión, requiere

al menos de anestesia en crema, reposo laboral promedio de una semana y ausencia absoluta a la exposición solar.

Cabe señalar que el uso de estos equipos es exclusivamente médico y por lo tanto su manipulación debe ser por cirujanos plásticos o dermatólogos entrenados.

En las mujeres de 50 años el tema de las manchas es un gran problema, pues justamente éstas evidencian el paso de los años y la menopausia, “creo que el E-LIGHT es una buena opción porque fusiona dos tecnologías, radiofrecuencia (RF) y luz intensamente pulsada (IPL). El uso de este equipo requiere de 3 a 5 sesiones dependiendo de la extensión y profundidad de las manchas. Además, puede aplicarse en el escote y dorso de las manos”.

La toxina botulínica (Botox y Dysport dentro de las más conocidas), sigue teniendo un rol muy importante. La indicación de ésta es básicamente el tercio superior de la cara (frente, entrecejo, patas de gallo y ocasionalmente cuello). “Se utiliza sobre las arrugas dinámicas, es decir, las que actúan en la expresión facial. Su aplicación es muy rápida, prácticamente indolora. Su efecto varía entre los seis y ocho meses. Mediante su aplicación la persona atenúa significativamente o borra, durante dicho lapso, las arrugas en las zonas tratadas. Esto da, tanto al hombre como a la mujer, un aspecto descansado, juvenil incluso más 'simpático' para el resto de las personas”, comenta el cirujano estético de CLA Estética.

El especialista recomienda no aplicarlo más de dos veces al año y con



una periodicidad de seis meses, ya que es la manera de lograr mantener naturalidad de la expresión.

Cabe señalar que los rellenos faciales son de gran utilidad en esta etapa de la vida. Su indicación es para la atenuación e incluso desaparición de las arrugas estáticas. Estas son las que la toxina botulínica no puede tratar: surcos nasogenianos, arrugas bajo los párpados y peri mentón. Eulufí informa que la duración del relleno es variable. Existen los de mediana duración, que permanecen por ocho meses en promedio, en el organismo y el más utilizado es el ácido hialurónico. Existen múltiples marcas comerciales y densidades para las diferentes zonas, por ejemplo el de mayor duración de 2 a 5 años, las marcas más conocidas son *Aquamid* y *Radiesse*. Pueden ser aplicados en las mismas zonas con la salvedad de que requieren mucho mayor entrenamiento por parte del cirujano plástico. “Recomiendo al paciente si es su primera vez, partir por uno reabsorbible de mediana duración para ver el resultado y satisfacción, luego pasar a uno de larga fijación”, enfatiza el especialista.

A PABELLÓN LOS BOLETOS

En cuanto a las cirugías faciales, es muy importante señalar que ni los pacientes ni los cirujanos plásticos buscan resultados poco naturales, faltos de elegancia o que evidencien el procedimiento. En los últimos años han aparecido nuevos procedimientos, algunos

útiles y otros no, pero principalmente las técnicas quirúrgicas se han refinado mucho. Dentro de los nuevos o mínimamente invasivos aparecen los hilos faciales (hilos rusos). “Esta técnica es muy antigua y en los últimos años resurgió debido a la aparición de nuevos materiales que prometían mejores resultados. La evidencia al día de hoy es que sus resultados no son los esperados y las complicaciones mucho más frecuentes e importantes de lo que se imaginaba, aunque en manos muy entrenadas y bien indicado este procedimiento puede ser útil”, indica el doctor, quien agrega que la blefaroplastia o cirugía de los párpados (superiores y/o inferiores) es probablemente la intervención más solicitada después de los 50 años y consiste en quitar ese aspecto cansado y triste de la zona periorcular mediante el retiro de piel excedente y bolsas grasas. Sus cicatrices son mínimas y prácticamente imperceptibles. La recuperación es rápida y el resultado evidente y duradero. A su vez, el *lifting* facial o ritidectomía, también continúa siendo el método para atenuar de manera global y duradera el envejecimiento y por supuesto ese aspecto de entristecimiento de la cara y el cuello. “En los últimos años han surgido valiosos aportes técnicos que permiten excelentes resultados con cicatrices acortadas y post operatorios más breves. Sin embargo, no debe obviarse que la cirugía facial es técnicamente delicada y compleja debido especialmente a la proximidad de estructuras nerviosas que dan la expresión facial”. **CT**