

# Estar mejor con uno mismo

*En la evolución de nuestra sociedad, ya es hora de desterrar viejos tabúes donde se creía que se debía envejecer con dignidad, que la arruga era bella, que se negaba la realidad, o que si lo que se pretendía era parecer lo que no se era. Nada más lejos de la realidad. Es precisamente el deseo de vivir, de estar contento con uno mismo, de seguir siendo el mismo o la misma, lo que hace que los pacientes se sometan a estas actuaciones.*

No conocemos a nadie que quiera "plancharse" la cara, sencillamente quieren disimular algo que ha aparecido de una forma exagerada. Desear lucir sus collares de siempre o los pendientes que le regalaron, o que al hacerse el nudo de la corbata no sobresalga un panculo de grasa, son motivaciones más cercanas a la salud mental y al espíritu interno que al exhibicionismo externo. Todo en esta vida es relativo, pero lo que estos pacientes priorizan es, precisamente, encontrarse mejor con ellos mismos, estar más de acorde su interior con su exterior. En general, son planteamientos sencillos, nada complicados.

Los avances tecnológicos y la diferente formación de los profesionales ha permitido algo nuevo que antes no existía: ofrecer resultados naturales, más de acuerdo con nuestra forma de vivir y actuar.

Pero, ¿qué es un lifting y en qué consiste? Hasta hace pocos años, consistía en una única técnica quirúrgica que tenía por objetivo el rejuvenecimiento del rostro. Era tanto traumática en su ejecución, como dramática en sus resultados.

*Hoy en día existen una serie de procesos que deben ser personalizados para las necesidades de cada paciente*

En la actualidad, esto no es así. Existen una serie de procesos que deben ser personalizados para las necesidades de cada paciente a fin de obtener el resultado esperado; es decir, de una única técnica quirúrgica se ha pasado al encadenamiento de distintas acciones que, en su conjunto, ofrecen el resultado que cada paciente precisa. Podríamos decir que se estructuran una serie de distintos pasos técnicos para cada paciente.

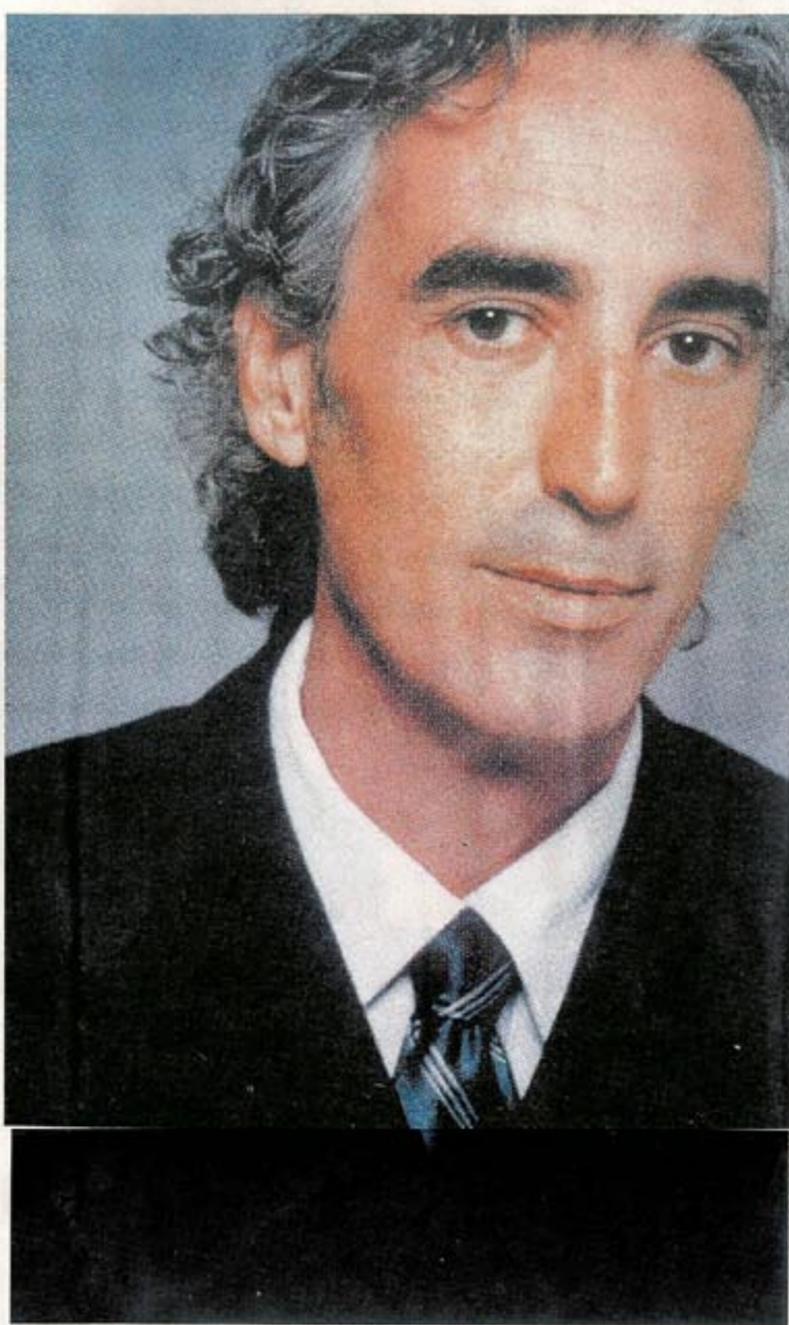
También ha cambiado el tipo de resultado que se busca. Hoy, la finalidad es poder garantizar una absoluta naturalidad, que elimine aquellos aspectos que envejecen, entristecen o han modificado a la persona, y devuelva la expresión y la naturalidad que había tenido. Pequeñas y muy importantes modificaciones que, sumadas, ofrecen el resultado esperado.

## Estudio previo

A pesar de lo que pueda parecer, la mayoría de los pacientes que acuden a nuestra consulta no buscan alcanzar un aspecto distinto; sencillamente quieren ser ellos mismos y eliminar aquellos aspectos que no los consideran propios. De ahí la importancia de un estudio previo.

Dicho examen, que en muchas ocasiones no se considera importante, para nosotros es la fase fundamental porque, a partir de él, podremos estructurar el tipo de intervención indicada. El sabe perfectamente lo que quiere. Ha pasado a la historia la persona que se ponía en manos de un cirujano, que decidía por él lo que había que mejorar y lo que se iba a modificar. En la actualidad -y tal vez desde siempre debería haber sido así-, las motivaciones del paciente marcarán la pauta a seguir.

Intervenimos a pacientes de 40, 50, 60 ó 70 años y es obvio que cada una de estas décadas presentará prioridades distintas, tanto en el resultado



Javier Herrero Jover

como en la forma de realizarlo y el tipo de anestesia a plantear. Pero todos buscan algo similar, estar mejor con ellos mismos y todos, con 30 u 80 años, tienen el mismo derecho. ¿O es que una persona de 80 años no puede quererse ver guapa?

Otro aspecto de importancia es observar el rostro en sus distintas áreas. Un paciente puede tener el cuello correcto, pero acusar la edad en los párpados, por lo que la indicación deberá centrarse en el 1/3 superior, sin tocar el resto. La cirugía sectorial permitirá disminuir en gran medida el acto quirúrgico con todas sus consecuencias. Más de un 50 por ciento de las cirugías faciales que realizamos, comprometen únicamente a uno o dos sectores de la cara.

Para el estudio de ésta, en nuestro gabinete la dividimos en 1/3 superior, 1/3 medio y 1/3 inferior. Estudiamos cada uno de estos planos y los valoramos por separado.

El 1/3 superior comprende la frente, las cejas y los párpados y será la expresión de éstos la que marcará la pauta. Si la frente está conservada no deberá tocarse, se valorará entonces la cola de la ceja para comprobar si ha descendido. A partir de ahí, con una simple tracción a nivel de la sien, mejoraremos el aspecto con muy escasa proporción de acto quirúrgico.

Este tratamiento de la cola de la ceja será muy aconsejable en la valoración del párpado superior, ya que parte de la piel que sobra no corresponde al propio párpado. De ahí aquellas cirugías que, en lugar de aportar luz a la mirada, la empujeñecen, debido al error del

que no ha valorado este aspecto tan fundamental.

Lo mismo ocurre con el párpado inferior cuya cirugía deberá ser tremendamente conservadora ya que el profesional deberá pensar en el paciente en el futuro. Sus ojos no deberán cambiar de expresión, ni ahora ni en años posteriores. Todas estas cirugías de párpados y 1/3 superior se realizan bajo anestesia local y de una forma ambulatoria.

*En EE.UU., existiendo excelentes técnicos, todavía se aferran a los grandes cambios, que se separan de los criterios más mediterráneos de la naturalidad*

## Técnicas para todas las edades

Si la frente estuviera descendida o buscáramos una modificación importante de esta zona, se realizará una técnica coronal con o sin endoscopia, ya que ésta aporta una reestructuración del conjunto del 1/3 superior y medio de la cara.

Este procedimiento se emplea en pacientes relativamente jóvenes, ya que permite una elevación de toda la cara por una vía de abordaje subperióstica; es decir, por debajo de la musculatura.

En el 1/3 medio, contemplamos en primer lugar la región malar, los surcos nasogenianos, las comisuras de la boca y, finalmente, las ramas de la

mandíbula. En ocasiones, lo único afectado es el borramiento de la rama mandibular. Con una miniliposucción pueden conseguirse resultados asombrosos sin cirugía. Estos casos corresponden a pacientes en los que se ha acumulado y desprendido la grasa.

La persona desea estar más joven aunque acepte su edad, pero este aspecto de dejadez o de aplanamiento facial que se observa, le disgusta, no lo reconoce como propio, (como el aumento de los surcos nasogenianos o la caída de las comisuras bucales, que proporcionan un aspecto de mal humor y entristecimiento facial a pesar de estar felices).

Son éstas, y no otras, las razones por las que acuden a nuestra consulta. Al observar un rostro en una visión de semiperfil, es fácil comprobar como se han borrado los contornos, se ha perdido el relieve malar y se ha desdibujado la mejilla. Ha pasado a la historia el tratamiento con pómulos, ya que no sólo no solucionaban la problemática, sino que daban un aspecto artificial no asumible bajo nuestros criterios.

El tercio inferior que compromete el cuello es un elemento donde se pone en evidencia la diversidad de actitudes que pueden realizarse. No tendrá nada que ver un cuello que ha caído y se ha llenado de grasa, a otro en el que aparecen bandas rectas que deslucen la esbeltez facial. Para la cara, el cuello es un elemento primordial; nos atreveríamos a decir que casi tanto como el marco de los ojos, que pueden entristecer a una persona jovial o dar aspecto de agotamiento a una persona descansada.

En el cuello la actitud quirúrgica se basará en los objetivos perseguidos. También podrá realizarse un rejuvenecimiento facial sin tocarlo, o mejorarlo sin tocar la cara. Tal vez con una simple liposucción haya suficiente o, a lo mejor, será necesario tensar su musculatura para limpiarlo de una manera definitiva. Todos estos aspectos, dependerán del estudio previo e indicarán la técnica apropiada.

## Las técnicas quirúrgicas

Hay dos conceptos, que si bien hasta hace pocos años eran ampliamente discutidos, en la actualidad están absolutamente asumidos: la personalización de la técnica a emplear y el concepto de cirugía mínimamente invasiva. Es decir, un estudio detallado del paciente y una estructuración personalizada de sus necesidades, tendrán como objetivo la eliminación de aquellos pasos quirúrgicos innecesarios, por lo que se podrá realizar intervenciones de mucho menor riesgo y periodo postoperatorio.

Asimismo, las nuevas técnicas quirúrgicas permiten el acceso de muchos más pacientes, que desean reparar pequeños aspectos pero no someterse a una intervención de la importancia del tratamiento global de la cara. Además, tampoco desean cambios espectaculares, sencillamente persiguen ser ellos mismos, pero sin aquel aspecto que les molesta.

La razón de esta modificación de criterios hay que buscarla en el propio concepto quirúrgico. Y esta es la principal diferencia que podemos observar en diferentes escuelas. En EE.UU., por ejemplo, existiendo excelentes técnicos, todavía se aferran en los grandes cambios, que se separan de los criterios más mediterráneos de la naturalidad.

Detrás de esas actuaciones aparece

una persona que, tal vez, no deseaba tal cambio, únicamente quería una sutil modificación que le proporcionara, sobre todo, naturalidad. Se trata de mejorar sin que se note, de la misma forma que cuando se pinta una habitación del mismo color, sin apreciarse, aparece más luminosa, más limpia, más nueva, porque resaltan más los aspectos que deben destacar.

## El postoperatorio

Finalmente, después del estudio previo -de extrema importancia-, un análisis discutido y cuidadoso, realizado a lo largo de varias entrevistas, que permite traducir la personalidad del paciente, (surgen sus deseos, sus motivaciones, su historia y su estructura), y una vez realizada la intervención adecuada aplicando técnicas avanzadas y los materiales de última generación, queda por desarrollar el tercer aspecto, tan importante como los dos anteriores y, a menudo, menos valorado: el postoperatorio.

El paciente debe saberse bien atendido. Serán unos días y unas semanas muy intensas, que deberán vivirse adecuadamente, y en donde las conversaciones previas y sus explicaciones serán muy

*Los avances tecnológicos y la formación de los profesionales ha permitido algo nuevo que antes no existía: ofrecer resultados naturales, más acordes con nuestra forma de vivir y actuar*

importantes.

Son dos temores fundamentales los que afloran en el paciente. El primero de ellos es el riesgo al que se ha sometido. En la actualidad con técnicas adecuadas y realizadas en centros adecuados, son perfectamente asumibles. Pero el miedo interior existe y aflora en las primeras horas de la cirugía. Ahí se deberá actuar para demostrarle que ninguna de estas fantasías han ocurrido.

El segundo aspecto es el miedo a no obtener el resultado deseado, a no recobrar la naturalidad. Este temor, si no se explica adecuadamente, aumenta por el efecto de la inflamación. Ésta aparece a las pocas horas de la cirugía, aumenta durante los tres primeros días para estabilizarse y disminuir paulatinamente.

Hoy se ha avanzado de una forma importante en este aspecto, la medicación y los tratamientos paralelos, como los drenajes linfáticos, permiten obtener una casi total recuperación en apenas dos semanas. Podemos asegurar que en el caso de una cirugía completa, donde antes permanecían ingresados diez días y su vida social no podía iniciarse hasta pasado un mes, hoy se limitan a una estancia en la clínica de 24 horas y a los 15 días, poder acudir al trabajo.

Este postoperatorio deberá ser atendido hasta la saciedad, ya que un simple punto detrás de la oreja puede impedir la conciliación del sueño, con la consiguiente ansiedad que ello conlleva incluso en personas no intervenidas.

Eso sí, todo ello debe realizarse por profesionales expertos y en gabinetes de reconocida solvencia. En poco tiempo han aflorado centros que ofrecen magia al precio de nada. Son éstos los planteamientos que conducen al engaño y la desorientación, y son ellos con los que tanto los pacientes como los especialistas, corremos el riesgo de degenerar en una vorágine consumista y sin sentido, que está muy alejada de las aportaciones reales que ofrece nuestra especialidad.

Dr. Javier Herrero Jover  
Cirugía Plástica y Estética