

Procedimientos cosméticos: los sí y los no, según los expertos

¿Cuáles vale la pena probar y cuáles debemos evitar? Dos reconocidos especialistas nos ofrecen sus puntos de vista



Una estiradita por aquí, un relleno por allá... Cuando nos miramos al espejo, todas encontramos algo que nos gustaría cambiar o mejorar. Y mientras algunas aprendemos a amar esos pequeños defectos, otras empezamos a pensar seriamente en corregirlos. ¿Pertenece al segundo grupo? Tenemos buenas noticias para ti.

Con el auge que los procedimientos cosméticos han estado experimentando durante los últimos años, hacerte ese anhelado “retoque” nunca fue más fácil. Desde sofisticadas cirugías hasta técnicas mínimamente invasivas, hoy los médicos cuentan con cientos de recursos para afirmar, levantar o alisar casi cualquier área del rostro o el cuerpo.

En muchas ocasiones, los resultados son altamente satisfactorios, pero otras veces (y basta mirar a algunas celebridades para comprobarlo) la imagen final está muy lejos de ser la que esperábamos.

¿Cómo saber si debemos arriesgarnos o no? Fuimos a buscar la opinión de dos expertos y ellos nos dijeron a qué procedimientos cosméticos vale la pena decir SÍ y cuáles deberíamos reconsiderar o descartar con un rotundo NO.

SÍ: reducción de senos

“Hasta ahora, la reducción de senos es la cirugía cosmética que reporta el mayor número de pacientes felices tras la operación”, dice el **Dr. John Zannis**, cirujano plástico certificado de New Bern, North Carolina, autor de varios best sellers. Las mujeres, y algunas veces los hombres, que vienen a verme interesados en este procedimiento, usualmente se han estado sintiendo incómodos con el tamaño de sus senos por años, muchas veces desde la pubertad.

“Tras la cirugía, puedes ver un resultado inmediato en su nivel de confianza en sí mismos”. Los pechos muy grandes tienen efectos físicos molestos, incluyendo dolores crónicos de espalda y mala postura, pero también pueden afectar la autoestima.

Según la revista Plastic and Reconstructive Surgery, la cirugía de reducción de senos consigue un índice de satisfacción muy alto en casi el 90% de los pacientes.

Según la American Society of Plastic Surgeons, el año pasado se practicaron 15,9 millones de cirugías y técnicas estéticas.

NO: rellenos labiales

Los rellenos en los labios pueden hacer maravillas en tu imagen, pero son delicados. No lucen igual en todo el mundo, de modo que puedes terminar con una boca digna de crear un imperio de labiales, como la de **Kylie Jenner**, o con unos labios tipo pez, a lo **Donatella Versace**. Son muchas las variables que entran en juego aquí, desde la forma natural de tus labios hasta las habilidades del médico y el tipo de relleno que use.

SÍ: facelifts no invasivos

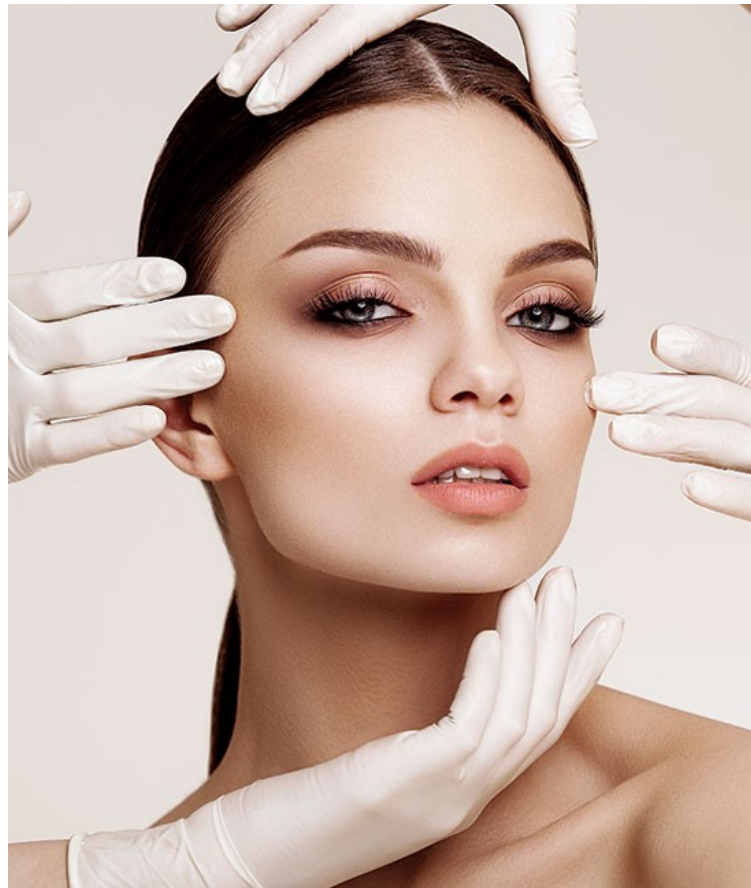
“Algunos de mis clientes más felices son pacientes que se han realizado un facelift no invasivo”, apunta la **Dra. Kally Papantoniou**, dermatóloga certificada en Nueva York, especialista en procedimientos cosméticos y quirúrgicos de la piel.

“La piel del cuello y la barbilla termina sustancialmente elevada y lisa, sin necesidad de hacer ningún tipo de corte ni de aplicar anestesia general. Los pacientes reportan no solo verse más jóvenes, sino también sentirse mucho mejor consigo mismos, y estas son las palabras clave que busco a la hora de determinar el índice de satisfacción”.

SÍ: rinoplastia

“Una rinoplastia realizada por un cirujano plástico experimentado puede cambiar completamente el rostro de la persona”, asegura el **Dr. Zannis**.

“La nariz es el rasgo facial que más sobresale y se encuentra justo en el centro del rostro. Cualquier tipo de cambio en ella alterará la forma como la persona se ve desde los diferentes ángulos, al igual que la manera en que las luces y las sombras se proyectan en el rostro, lo cual puede hacer que este luzca significativamente más simétrico”.



Aun cuando el procedimiento no sea invasivo, necesitas poner tu rostro en las manos de un médico experimentado. (Foto: Vanidades)

NO: implantes en las mejillas

Las mejillas también tienen un lugar muy prominente en el rostro. Al igual que ocurre con la nariz, cualquier alteración en su forma o tamaño cambiará totalmente tu look. Y no hay ningún relleno de mejilla que consiga el mismo resultado en todas las personas. En las mujeres de mayor edad, los implantes en las mejillas pueden tirar la piel hacia abajo, lo que no se ve natural. Los resultados dependerán del tipo de implante que se use, la técnica del médico, la forma natural del rostro y la consideración que se tenga de los efectos que el posterior envejecimiento del paciente puede tener en los implantes.

SÍ: body contouring

“El body contouring, o contorno corporal, es uno de los tres procedimientos que reporta mayor satisfacción entre mis pacientes”, afirma la **Dra. Papantoniou**, quien ofrece este tratamiento en su consultorio.

“Consiste en varias técnicas de reducción de grasa, no invasivas, que proporcionan resultados asombrosos después de los tres meses. No se necesita ningún tiempo de recuperación y no causa dolor. Algunos de mis pacientes vienen a hacérselo durante su hora de almuerzo. Pierden varias pulgadas. Y, vuelvo a insistir, la mejor señal de éxito es escucharlos repetir que se sienten mucho mejor consigo mismos después de haberse sometido al procedimiento”.

SÍ: aumento de glúteos con grasa

De acuerdo con las más recientes estadísticas publicadas por la American Society of Plastic Surgeons, el aumento de glúteos fue el procedimiento cosmético que experimentó mayor crecimiento el año pasado en los Estados Unidos, llegándose a realizar uno cada 30 minutos todos los días.

Conocido también como brazilian butt lift, se trata de una técnica medianamente invasiva, en la que se usan implantes o injertos de grasa (o algunas veces la combinación de ambas cosas) para aumentar el volumen, la redondez y la proyección del derrière. Aunque el cambio es visible inmediatamente, los

resultados finales no se verán hasta dentro de varios meses, a medida que el implante termine de asentarse. Si el procedimiento se realizó con transferencia de grasa solamente, puede tomar hasta un año para ver el resultado final.

¿Vale la pena arriesgarse? Según el **Dr. Zannis**, en el caso del brazilian butt lift que se realiza con transferencia de grasa solamente, sí. Con los implantes, no.

“Las complicaciones que pueden presentarse son demasiadas”, asegura.

Sí: reducción de la papada

Eliminar la doble barbilla es otro de los procedimientos que sigue ganando fans. Hay varios métodos para lograrlo, desde la liposucción, una técnica que el **Dr. Zannis** aprueba, hasta la innovadora tecnología delcoolsculpting criolipólisis, que utiliza frío controlado para congelar y eliminar las células de grasa. En este segundo caso, el **Dr. Zannis** sugiere que no lo hagas. “Es más costoso y la piel no se retracta”, dice.

La más nueva inyección conocida como Kybella, una forma de ácido desoxicólico que parece ser más simple y menos invasiva, tampoco funciona igual en todos los casos. La candidata ideal debe tener la piel del cuello razonablemente tersa, con solo un moderado exceso de grasa. Si el área está flácida debido a la pérdida de peso, eliminar la grasa con ayuda de la inyección solo empeorará la deformidad.