

# Parecer malhumorados nos envejece

Dr. IVÁN MAÑERO  
Cirujano plástico  
M Clinic



**C**uando nos hacemos mayores nuestra expresión facial cambia y con ella lo que nuestro rostro comunica. La medicina estética puede devolver una expresión más feliz y con ello hacemos sentir mejor.

El paso del tiempo principalmente, pero también el estrés, la contaminación, el sol, entre otros, producen cambios en nuestro rostro que afectan a nuestros rasgos. Los párpados caídos, las bolsas de los ojos, el rictus marcado, el ceño fruncido, la comisura de los labios que pierde su línea jovial, las arrugas de marioneta, la uniformidad y textura de la piel nos otorgan un aspecto triste, malhumorado, cansado o, incluso, enfermo.

Estos cambios, que no se dan en todas las personas de la misma manera, se pueden acabar apoderando de nuestra expresión facial otorgándonos algunas características que en, realidad, nos son ajenas pero, de tanto verlas reflejadas en el espejo, las acabamos sintiendo como propias. Esta conclusión, no solo se basa en la experiencia de más de 25 años analizando rostros, sino también en investigaciones clínicas como las que ha realizado la doctora Michelle Magid, profesora de psiquiatría de la Universidad de Austin (Texas) según la cual determinados tratamientos médico estéticos contribuyen a mejorar ciertas alteraciones emocionales. Así, por ejemplo, el tratamiento de las arrugas del entrecejo con toxina botulínica ayudaría a mejorar los síntomas de la depresión.

De esto se podría concluir que si nos vemos felices, es más fácil que nos acabemos sintiendo así. Y para los que aún son reacios a pensar en este sentido, un apunte: cuando nos obligamos a reír (risoterapia), el organismo reacciona igual que si esas carcajadas fueran algo natu-

ral, es decir, favoreciendo la producción de endorfinas en el cerebro, provocando serenidad, reduciendo el estrés y la ansiedad, entre muchos otros beneficios. Así, si en estas fiestas navideñas que se acercan queremos estar radiantes es mejor no buscar un tratamiento que nos deje el rostro completamente "planchado", sin arrugas, sino un profesional que consiga devolver la armonía a nuestros rasgos y así conseguir un equilibrio entre cómo nos sentimos por dentro y cómo nos vemos por fuera.

**ADIOS CARA DE CANSADO** Es la más habitual, especialmente entre las mujeres. Aunque son los hombres a los que más preocupa en este sentido, ya que temen que puedan asociar este aspecto con una falta de productividad en el trabajo.

La cara de cansancio se traduce principalmente en la inflamación y el descolgamiento de los párpados, tanto del superior como del inferior, así como la pérdida de definición del contorno del óvalo facial y los pómulos.

Para corregir la zona de los ojos se aconseja una blefaroplastia global, una novedosa técnica que permite, además de eliminar el exceso de grasa y piel, restituir aquello que se ha perdido, ya sea la grasa del contorno ocular, la inclinación del ojo o la altura de la ceja.

Para redefinir el contorno del óvalo facial, la radiofrecuencia es la mejor apuesta, sin



**El estrés, la contaminación y el sol, entre otros factores, producen cambios en nuestro rostro que afectan a nuestros rasgos**

pasar por quirófano. Este tratamiento no invasivo permite estimular la formación del colágeno a partir de la generación de un campo eléctrico que genera calor. Lo que consigue mejorar la calidad de la piel y su firmeza.

**ARRUGAS DE ENFADO** Si, el ceño fruncido es un signo de malhumor, estrés, irritabilidad o disgusto. Como también lo son las arrugas de la frente, el código de barras o las arrugas que aparecen alrededor de las aletas nasales de tanto enconger la nariz como expresión de enojo o asco.

Sin duda, para las arrugas del entrecejo y la frente, el botox es la mejor opción. Estas microinyecciones ayudan a relajar la frente y evitar que las arrugas se pronuncien más. El resultado es un aspecto más relajado y rejuvenecido del rostro, sin perder la expresividad. La sesión dura unos 20 o 30 minutos y el efecto entre 6 y 8 meses.

**BORRANDO LA TRISTEZA** Si las arrugas de malhumor es más habitual en los varones, la expresión de tristeza suele darse más en mujeres. Sus características más habituales: arrugas alrededor de los ojos, descenso de la cola de la ceja, del párpado inferior y del canto de los ojos, caída de la línea de los labios, aparición de las llamadas arrugas de marioneta.

La blefaroplastia global vuelve a ser la técnica quirúrgica ideal para todo lo que rodea la zona de los ojos. En el caso de las arrugas de marioneta, los rellenos faciales suelen ser la mejor solución.

Estos pueden ser permanentes o reabsorbibles, y están destinados a disminuir las arrugas más profundas como las que rodean la boca.

**ASPECTO SALUDABLE** La falta de uniformidad en el tono de la piel, de luminosidad o de turgencia nos dan un aspecto enfermizo. La piel sin manchas y "jugosa" es un signo de salud y, por supuesto, de juventud. En estos casos la medicina estética cuenta con cuatro grandes bazas: el láser y los peelings médicos, que permiten eliminar las manchas del cutis dando una mayor uniformidad a la piel y devolviéndole un aspecto más saludable. La mesoterapia facial Cóctel de Vitaminas que consiste en microinyecciones superficiales de distintos principios activos que se combinan según las necesidades de cada paciente. Este tipo de mesoterapia estimula la hidratación de las capas más internas de la piel y la formación de colágeno y elastina, con lo que se consigue una piel mucho más turgente, fresca y luminosa, otorgando un aspecto sano y rejuvenecido.

El PRP (Plasma Rico en Plaquetas) es uno de los tratamientos más avanzados que hay en rejuvenecimiento facial. Para realizar este tratamiento, primero se realiza una extracción de sangre del propio paciente, de la que se obtendrá el plasma rico en plaquetas, que después de un proceso se inyectarán, mediante microinyecciones, en el rostro del paciente. Las plaquetas liberan los factores de crecimiento que se encargan, principalmente, de estimular la regeneración celular, aumentar la formación de nuevos vasos sanguíneos y producir nuevo tejido. De esta manera, se consigue un efecto reparador que se traduce en una piel más luminosa, más firme y con menos arrugas.



**El PRP (Plasma Rico en Plaquetas) es uno de los tratamientos más avanzados en rejuvenecimiento facial**