



Dra. Paloma Tejero



Dr. Daniel García Paricio



Dr. Vicent Alonso



Dra. Victoria Prada



Dra. Margarita Esteban



Dra. Marta Recio



Dra. Elena Soria

Todos los tratamientos de las especialidades que nosotros llamamos Medicina para la Belleza, tienen como objetivo fundamental mejorar la calidad de vida de los pacientes, porque la salud ya no es solo la ausencia de enfermedad, sino un estado de bienestar o equilibrio donde, además, la prevención tiene un importante papel que destacan todos los especialistas aquí consultados



Cuando la medicina y la belleza van de la mano

MEDICINA ESTÉTICA

La Dra. Paloma Tejero es presidenta de la Asociación de Medicina Estética de Castilla-La Mancha (AMECLM):

La nuestra, es una rama de la Medicina que aplica las técnicas necesarias para la restauración, mantenimiento y promoción de la estética, la salud y el bienestar.

La primera consulta es un acto médico, el más importante, en el que conoceremos todo lo concerniente al paciente para ello hay que realizar una correcta historia clínica, al igual que en cualquier otra especialidad, pero con algunas peculiaridades como el conocer las expectativas de nuestro paciente, qué quiere, qué espera obtener... Una vez realizado ese primer paso, nece-

sitamos hacer una exploración minuciosa tras la que podremos realizar un diagnóstico, sobre el cuál conoceremos parámetros objetivos, como el grado de envejecimiento. Solo en este momento, propondremos el tratamiento necesario y sus alternativas. Explicamos al paciente todo lo que podemos hacer y consensuamos la mejor opción. Es obligado que el paciente firme el documento de consentimiento informado que recoge todo lo que le hemos explicado y en el que manifiesta que lo ha entendido y acepta realizarse el tratamiento.

La Medicina Estética como demanda social

La Medicina Estética, tal y como la concebimos ahora, nace en los años 80. En España, el primer congreso especializado se celebró en 1985 y desde entonces ha tenido una evolución conti-

STYLAGE LIPS PLUS: TRATAMIENTO CORRECTOR PARA LABIOS

Con una demanda cada vez más elevada de los tratamientos médico estéticos, los labios son ya uno de las zonas imprescindibles porque medida que se envejece, el rostro tiende a:

- Adelgazar y perder volumen
- Deshidratarse
- Perder definición y cambia la expresión en la cara
- Asimetría

La particularidad de la zona peribucal es su movilidad, por lo que se le debe prestar especial atención y disponer de productos adecuados para su tratamiento.



STYLAGE LIPS PLUS, de los laboratorios VIVACY y distribuido en España por ORTHO AESTHETIC, es un relleno dérmico inyectable para la zona de los labios a base de ácido hialurónico reticulado que se absorbe de manera natural. Además, se consigue un efecto natural y puede convertirse en una alternativa a la cirugía.

Indicado para:

- Rellenar e hidratar
- Dar volumen
- Remodelar

Su duración puede llegar hasta los 12 meses después de su tratamiento.

Con tecnología de inyección Bi-SOFT® para optimizar el uso del producto y gracias a su ergonomía mejorada, la jeringa ofrece mayor precisión y comodidad para ayudar a los médicos en sus tratamientos estéticos. El 97% de los usuarios mostraron su satisfacción por el sistema.

www.ortho-aesthetic.es

nua, desde ser muy poco solicitada porque no se conocía a ser una demanda social.

Actualmente, el número de hombres y mujeres que requieren tratamientos es cada día mayor, también aumenta el rango de edad y llega, no solo a personas sanas, sino también a personas con comorbilidades, o pacientes con enfermedades crónicas que quieren mejorar su imagen, estar y sentirse bien, mantener el peso

corporal, la calidad de la piel y quieren ser tratados por un médico estético.

Especialización en los tratamientos

De la misma forma que cada vez llegamos a más pacientes, nuestro arsenal terapéutico ha ido aumentando y adquiriendo un cuerpo de doctrina cada vez mayor, que exige al médico una formación reglada más exhaustiva, incluso yo diría que es mayor la superespecialización dentro de esta área. Trabajamos con más criterio técnico y científico, adaptamos nuestros tratamientos a la Medicina Regenerativa, a conceptos físicos que se aplican en el uso de láseres y fuentes de luz, buscamos materiales que produzcan un aspecto natural y que sean seguros, tenemos conocimientos de ecografía y técnicas de imagen, diagnosticamos, emitimos juicios clínicos y tratamos a nuestros pacientes para conseguir los objetivos buscados.

En nuestra clínica, **los tratamientos más demandados son los faciales**. Estos años que estamos viviendo bajo la pandemia COVID, la demanda de corporales ha disminuido, aunque el **aumento o la reproyección de glúteos**, se va imponiendo.

Si hablamos de incorporaciones tecnológicas, creo que estamos recibiendo aportaciones para mejorar los materiales de relleno, hilos, productos para bioestimulación y, sobre todo, el trabajo basado en **Medicina Regenerativa** con plasmagel, grasa y además, ha sido fundamental el poder controlar y realizar los tratamientos con la ayuda de la ecografía.

Para el tratamiento de las **cicatrices**, conseguimos excelentes resultados combinado técnicas de exfoliación y de reparación con láseres, peelings o IPL combinado con plasma rico en plaquetas y/o grasa o ácido hialurónico.

Medicina regenerativa autóloga

Esta área tiene su mayor expresión en la utilización de *biofillers*, con grasa o con plasma rico en plaquetas y factores de crecimiento. Sabemos que la grasa, no es solo un almacén de energía, sino que es un órgano endocrino y que, además,

es un reservorio de células madre. Aún queda un largo camino por recorrer en el ámbito de la medicina regenerativa y la utilización de células madre en Medicina Estética, al igual que en otros campos de la Medicina, pero cada día es más frecuente su uso en nuestras consultas.

CIRUGÍA PLÁSTICA / RINOPLASTIA ESTRUCTURAL

El Dr. Daniel García Paricio es cirujano plástico y director de la clínica que lleva su nombre (Andorra y Barcelona):

La Rinoplastia Estructural se trata de un cambio de paradigma, ya que de unos años a esta parte ha evolucionado el concepto de esta cirugía. Ya no existe esa idea de quitar y quitar porque, aparte de que estéticamente sigue unos cánones que ya no son actuales, puede dejar secuelas importantes con el paso de los años, además de la retracción de esa cicatriz generada.

Hoy se intentan mantener las estructuras importantes de la nariz. El objetivo es modificar la forma, evidentemente hay que buscar un resultado estético, pero intentando dejar todas las válvulas tal como eran originariamente y que son las que permiten una respiración óptima.

El concepto básico, en lugar de eliminar tejidos, lo que hacemos es añadir tejido, por ejemplo: cogemos cartílago de la misma nariz que

posteriormente utilizaremos en otras zonas para reforzarlas, como si fueran vigas utilizadas para rehabilitar un edificio, zonas estratégicas de la nariz. Este cartílago colocado a modo de injerto permitirá, en el futuro, una forma más estable y duradera. De aquí viene su nombre: ya que se modifica la forma, pero al mismo tiempo, le reforzamos la estructura.

Tecnología con ultrasonidos

En principio el concepto es el mismo, pero en el momento de ejecutar la rinoplastia estructural, añadimos la utilización de un transductor de ultrasonidos que permite cortar, fresar y pulir el hueso con precisión inferior al milímetro y bajo visión directa. Se trata de un bisturí que emite ultrasonidos permitiendo modelar el hueso sin tener que romperlo como se hacía habitualmente mediante el escoplo. Este aparato añade precisión en su fase de remodelación del hueso y unos niveles de inflamación postoperatoria inferiores. Así podemos afirmar que la Rinoplastia Estructural combinada con la remodelación ósea mediante ultrasonidos nos ofrece, a día de hoy, los mejores y más duraderos resultados en la remodelación de la nariz.

Un paso más allá en el campo de la cirugía plástica nasal es la **Rinoplastia Preservativa**. En casos muy seleccionados, alrededor de un 20% de los pacientes, cuando planteamos modificar un dorso con exceso de giba, en lugar de elimi-



Fotos por
cortesía del
Dr. García Paricio

narlo directamente se actúa sobre los cimientos de la nariz, por ejemplo, como se haría con una casa para bajar el tejado que en lugar de eliminar éste, se excava el garaje.

De esta forma tenemos tres nuevas líneas por donde está avanzando la rinoplastia: la rinoplastia estructural, el ultrasonido y la preservación.

Tratamiento postcirugía

El taponamiento de la nariz se realiza mediante unas férulas de silicona con unos tubos que permitirán respirar al paciente, a diferencia de los taponamientos clásicos con gasas orilladas u otros sistemas.

Inmediatamente después de acabar la cirugía y ya en la sala de reanimación, le colocamos al paciente una máscara con un circuito cerrado de agua fría a 15º, que continuará llevando en la habitación y, posteriormente, en el domicilio durante 3 ó 4 días. Este sistema reducirá de manera significativa la inflamación, los hematomas e incluso el dolor.

DERMATOLOGÍA

El Dr. Vicent Alonso es miembro del Grupo Español de Dermatología Estética y Terapéutica (GEDET) de la AEDV, director del Instituto Dermatológico Dr. Alonso y director del Servicio de Dermatología del Hospital Vithas (Valencia):

El paciente que acude a la consulta de dermatología estética es alguien preocupado por la salud de su piel y con aspiraciones de mejorar su aspecto de forma natural. El dermatólogo no concibe la belleza sin una piel saludable y cuidada. Con esos principios y sus conocimientos inherentes a la especialidad, realiza múltiples técnicas estéticas infiltrativas, quirúrgicas y tecnológicas.

Manchas vasculares y Rosácea

Recibimos a muchos pacientes con manchas vasculares congénitas. Los dos tipos más frecuentes son los hemangiomas y las malformaciones vasculares. Los primeros son tumores benignos de crecimiento rápido que aparecen en las primeras semanas y meses de vida. Aunque suelen involucionar con los años, disponemos de armas terapéuticas muy eficaces, como los betabloqueantes tópicos y sistémicos y los láseres vasculares. Por otra parte, las malformaciones vasculares son de diferentes subtipos. Están presentes al nacimiento y no desaparecen con la edad. Por ello es muy habitual que acaben en una consulta dermatológica para que las tratemos con diferentes láseres vasculares, incluyendo luz pulsada, láser de colorante pulsado, laser Nd YAG, laser CO₂, etc.

Fotos por cortesía del Dr. Vicent Alonso



La **rosácea**, es una enfermedad inflamatoria cutánea muy frecuente que afecta a nivel facial a hombres y algo más a mujeres. Suele aparecer en más de un 80% de casos entre los 30 y los 50 años. Los pacientes sufren enrojecimiento centro facial transitorio o permanente que se agrava con determinadas circunstancias, lesiones inflamatorias pápulo-pustulosas, incluso en algunos casos engrosamiento de la piel a nivel nasal -rinofima- o afectación ocular. Es muy habitual que además de otros tratamientos, los dermatólogos asociemos láser vascular para mejorar la sintomatología y el aspecto de la piel de los pacientes con rosácea, mejorando su calidad de vida que suele estar afectada.

Verrugas y Fibromas

Las verrugas son lesiones infecciosas causadas por una infección del virus del papiloma humano. Son muy frecuentes en la infancia aunque aparecen también en adultos. Los dermatólogos utilizamos multitud de técnicas para eliminarlas, ya que en algunos casos, son muy recidivantes: crioterapia, sustancias queratolíticas, infiltración de sustancias como la bleomicina o láseres ablativos (erbio y CO₂) o vasculares (colorante pulsado y neodimio yag). Un avance tecnológico prometedor y muy eficaz que usamos para casos



rebeldes, es el tratamiento mediante nanopulsos eléctricos, aplicados directamente sobre las lesiones mediante un novedoso dispositivo que, además, permite tratar otros tumores benignos sin secuelas estéticas.

En el campo de los **tumores benignos** es donde nos encontramos los acrocordones y fibromas péndulo de la piel, derivados de tejido fibroso y que suelen localizarse en cuello, axilas, ingles, aunque no de forma exclusiva. Generalmente los tratamos de forma quirúrgica y usando dispositivos láser, como el láser CO₂ para evitar secuelas estéticas.

GINECOLOGÍA REGENERATIVA Y FUNCIONAL

La Dra. Victoria Prada es ginecóloga y una de las especialistas fundadoras de la Clínica Gynenova (Castellón):

Cuando hablábamos hoy de cuidados para la mujer ya incluimos también los cuidados a nivel genital porque las mujeres los piden, no solo cuando tienen un problema (incontinencia urinaria, disfunción sexual, molestias locales), sino para prevenir futuros trastornos y mejorar la autoestima. Si a ello añadimos el hecho de que muchas cirugías se pueden evitar o postergar gracias a los tratamientos de Ginecología Regenerativa y Funcional, no hay duda de que estamos ante un campo de la medicina apasionante y prometedor.

Además, la atención en la consulta ginecológica dedica una buena parte del tiempo a hablar de la vida sexual de la mujer, de cómo se siente con su cuerpo y de qué puede hacer para mejorar.

Tratamientos

Algunos de ellos ya estaban implementados en la práctica diaria, pero los llevaban a cabo especialistas de otras áreas de la medicina, por ejemplo, citaremos el plasma autólogo rico en factores de crecimiento, la toxina botulínica, el ácido hialurónico (tanto para hidratación como para relleno), los hilos tensores y el uso de grasa autóloga.

Otro grupo de tratamientos son los englobados bajo el epígrafe de dispositivos basados

en la energía como el láser, la radiofrecuencia, las ondas de choque, la terapia con LEDs, HIFU, las ondas electromagnéticas de alta intensidad (HIFEM).

Y podemos decir que todas las mujeres pueden ser candidatas para estos tratamientos porque son no invasivos ni molestos, se pueden realizar en la propia consulta y su beneficio, para mejorar el aspecto y la función de los órganos a los que se aplican, es indiscutible. Las mujeres que más lo necesitan son aquellas que han pasado un embarazo, en la menopausia y las que desean mejorar su vida sexual.

Los problemas que se suelen tratar en la consulta de Ginecología Regenerativa son la hiperlaxitud vaginal, el síndrome genitourinario de la menopausia, la incontinencia urinaria de esfuerzo, el dolor pélvico crónico, el vaginismo, dispareunia (dolor a la penetración), vulvodinia, hipersudoración, cicatrices tras los partos o las cirugías, falta de volumen en labios mayores, el aclaramiento de la piel de los genitales y, con el láser de CO₂ se puede realizar la corrección de hipertrofia de labios menores y la cirugía vulvar, además de reparar problemas en la glándula de Bartholino, quistes o verrugas, entre otros.

CÁNCER

En 2022 se registrarán 280.100 nuevos casos de cáncer en España, así de contundente se mostró la **Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM)** en la presentación de su informe anual. El aumento poblacional, el envejecimiento, la excesiva exposición al sol, tabaco, alcohol, contaminación, obesidad o el sedentarismo son factores de riesgo que hacen que aumente esta enfermedad.

Sin embargo, la prevención y la detección precoz hacen, también, que la supervivencia y la curación estén en alza. Por eso curar y cuidar van íntimamente unidas para mitigar los efectos que esta enfermedad produce

MEDICINA ESTÉTICA

La Dra. Margarita Esteban es médico estético, vicepresidenta de GEMEON y directora de la clínica que lleva su nombre (Bilbao):

Durante la evolución del cáncer, se presentan un sin número de cambios a nivel físico, emocional y social que producen toda una serie de necesidades, tanto en el paciente como en su familia. Muchos pacientes no comunican sus preocupaciones a sus oncólogos y cuando comparten sus necesidades, a menudo, omiten aspectos psicosociales importantes. Varios factores contribuyen a esta dificultad: creen que el dolor, la pena, la ira y el sufrimiento son inevitables. Otros piensan que los médicos no desean tratar tales aspectos.

Aunque la percepción de la imagen corporal es subjetiva, los cambios que experimentan los

pacientes en tratamiento oncológico tienen un impacto tan fuerte que, con frecuencia, deterioran su calidad de vida. Es habitual que expresen el temor a la pérdida del cabello como su principal preocupación.

El abordaje del paciente oncológico es multidisciplinar para conseguir un “enfoque holístico de la enfermedad” y, la Medicina Estética, debe ocupar su puesto dentro de esta atención, con el objetivo de fomentar el autocuidado para mejorar su imagen y recuperar la confianza y autoestima necesarias para afrontar la enfermedad con positividad.

Etapas y tratamientos médico estéticos

En cuanto a la prevención: nuestra especialidad debe ser importante a la hora de eliminar malos hábitos en los pacientes sanos, además es fundamental el papel que juega a la hora del diagnóstico precoz, ya que la historia clínica y la

exploración de un paciente que acude a hacerse un tratamiento estético nos informa acerca de una patología subyacente. Así, por ejemplo, hay que destacar la importancia de la exploración de la piel y de las manchas.

Durante el tratamiento: El cuidado de la piel; el cabello y cuero cabelludo, cuando va a perderse debido a la quimioterapia o radioterapia; tratamiento de las uñas, ya que se ven afectadas en muchos casos; las mucosas...

Después del tratamiento: una vez finalizado, y siempre de acuerdo con el oncólogo, podemos realizar los procedimientos médico estéticos adecuados, con especial énfasis, salvar los cambios de volumen corporal y a tratar los efectos secundarios de la cirugía, como pueden ser cicatrices, dehiscencias y otras alteraciones cutáneas, entre otros. Por supuesto es importante el procurar el rejuvenecimiento de la piel.

En cuanto a los **tratamientos que podemos aplicar**, si el oncólogo no ve inconveniente, pueden hacerse prácticamente todos, siempre y cuando no sean agresivos. Es fundamental tener en cuenta las defensas del paciente y, debería ser una condición para realizarlo, que la analítica sanguínea esté dentro de unos valores normales.

Se pueden hacer **peelings superficiales** y podemos tratar las hiperpigmentaciones y el envejecimiento de la piel. Lo mismo si hablamos de **IPL** y **radiofrecuencia** facial.

Si el paciente nos consulta por envejecimiento o por pérdida de volúmenes faciales, podríamos utilizar los **implantes de relleno** habituales como el **ácido hialurónico**, la **hidroxiapatita cálcica** o la **policaprolactona**. En cuanto a los **hilos de suspensión** pueden ser utilizados normalmente.

En los **tratamientos corporales** pueden llevarse a cabo distintas técnicas para devolver la estructura corporal perdida: masaje, drenaje linfático -fundamental si existe linfedema- o del tipo mesoterapia, vacuumterapia...

La aparatología permitida o contraindicada para usar en pacientes oncológicos debe ser supervisada por un médico. Su utilización siempre dependerá del estado de la piel del paciente, del tipo de aparato en función de su

agresividad, permitida o no según el paciente.

GINECOLOGÍA ESTÉTICA, REGENERATIVA Y FUNCIONAL

La Dra. Marta Recio es ginecóloga y sexóloga, trabaja en la Policlínica Nuestra Señora del Rosario (Ibiza):

Sabemos que la tasa de incidencia del cáncer ha aumentado un 10% en mujeres en la última década, pero las tasas de mortalidad se han estabilizado, mejorando mucho la supervivencia de las pacientes.

Sin embargo, cuando una paciente supera un cáncer, parece que la sociedad no le permite intentar recuperar su calidad de vida. Además, entre los profesionales que tratamos a estas mujeres, algunos evitan hablar de ciertos efectos secundarios de los tratamientos, sobre todo los que afectan a la esfera sexual o la belleza y no dan pie a que la paciente pueda expresar sus inquietudes o necesidades.

Problemas a solucionar

Si revisamos las estadísticas, entre los 4 cánceres más frecuentes en la mujer, encontramos el cáncer de mama y el cáncer de cuello uterino (cérvix), ambos muy relacionados con la esfera sexual y todos los tratamientos que se utilizan contra el cáncer van a dañar de una forma u otra su salud vulvo-vaginal, calidad de vida, la sexualidad y el propio bienestar íntimo:

- **Cirugía:** deja cicatrices en un órgano directamente relacionado con la feminidad.
- **Radioterapia pélvica:** produce una fibrosis tan importante que puede impedir definitivamente la vida sexual.
- **Terapia antihormonal:** ocasiona una menopausia precoz en muchas mujeres o va a empeorar los síntomas de la misma, como la atrofia genital, favoreciendo así la dispareunia.
- **Quimioterapia:** afecta a todas las esferas de la vida de la mujer.

Por ello, y teniendo en cuenta que la terapia hormonal clásica estará prohibida en las mujeres con cánceres hormonodependientes (como

en el cáncer de mama), la Ginecología Estética, Regenerativa y Funcional se ha abierto campo en este proceso, ofreciendo tratamientos que potencian la bioestimulación del propio tejido dañado, facilitando la autoreparación y recuperación de la función perdida.

Tratamientos

La **radiofrecuencia** o el **láser vaginal** aumentan la vascularización sanguínea y favorecen la regeneración del colágeno y la elastina, mejorando la sequedad vaginal, la dispareunia y el disconfort, además de tratar o prevenir la incontinencia de orina. La combinación de estos tratamientos con otros, como el **plasma rico en plaquetas** o el **ácido hialurónico**, pueden potenciar la acción regenerativa y la hidratación cuando la atrofia es muy intensa o, junto con la **carboxiterapia** que, además, puede ser muy beneficiosa cuando existen cicatrices.

Por otro lado, no podemos olvidar que los genitales externos pueden verse más envejecidos y con flacidez, lo que puede afectar a la autoestima sexual. Por ello, el asociar a las anteriores técnicas el uso de rellenos como el ácido hialurónico o la lipotransferencia clásica, o los nuevos tratamientos más avanzados como el Nanofat o Microfat o los hilos tensores, pueden ayudar a mejorar su imagen y armonía genital.

NUTRICIÓN

La Dra. Elena Soria es médico nutricionista de Clínica Menorca:

Si nos alimentáramos correctamente desde

niños, nuestras células estarían programadas para que vivamos aproximadamente 140 años. El **Dr. Thierry Hertogue**, autoridad reconocida internacionalmente en medicina para revertir el envejecimiento, apoya la idea de que el envejecimiento se debe principalmente a la deficiencia progresiva de hormonas, agravadas por deficiencias nutricionales y un estilo de vida deficiente.

Los alimentos pueden prevenir y hasta curar el deterioro celular. Son necesarios todos los nutrientes y todos los grupos de alimentos para vivir, realizando una combinación perfecta que nos asegure la alcalinización en cada ingesta, esto se puede conseguir introduciendo las verduras en cada comida.

El grupo de alimentos más importante por su composición en **fitonutrientes** (capsaicinas, saponinas, betalaínas, índoles, triterpenos, órgano sulfurados..., cada uno con una peculiaridad o particularidad) que son esenciales para prevenir y curar. Hay que comer muchas verduras y muy variadas, evitar dulces (caldo de cultivo de las células neoplásicas o malignas), proteínas, hidratos de carbono y grasas las justas, consiguiendo proteínas de alto valor biológico, hidratos de carbono de absorción lenta y evitar productos refinados y consumir grasas ricas en **omega 3** (pescados azules).

Alimentación durante la quimio y la radioterapia

La dieta líquida favorece la mayor destrucción de células malignas. El día de antes del tratamiento no habría que tomar ningún alimento sólido, preferiblemente solo agua, caldos de verduras o infusiones, con ello limitamos los efectos adversos de muchos tipos de quimioterapia o radioterapia y habrá más efectividad sobre las células neoplásicas (a falta de nutrientes, éstas van a captar más y mejor el tratamiento quimioterápico, y por tanto va a ser mayor su destrucción).

Sacar el máximo partido a los nutrientes y evitar los tóxicos:

- Para preservar todos sus nutrientes no habría que cocinarlos a temperaturas altas: no freír.
- No hay que envolver los alimentos en plástico, es mejor conservarlos en recipientes de PP (Polipropileno) o en cristal.

