

# Operación selfi. Los filtros del móvil marcan tendencia en medicina estética: ahora queremos parecernos al autorretrato retocado. ¿Es posible?

ROCÍO MENDOZA



**S**i Narciso hubiese vivido en nuestra era no se habría enamorado del reflejo de su rostro en las aguas de la laguna Estigia; lo habría hecho de su selfi. Los filtros que mejoran de forma automática los autorretratos realizados con teléfono móvil lo habrían hecho enloquecer más allá de lo que cuenta el mito. Aunque sin llegar a tal extremo de egolatría, algo parecido empieza a suceder a muchos hombres y mujeres que se gustan más en la imagen de su autorretrato digital retocado que en la que ven en el espejo. Tanto es así que cada vez son más los que acuden a la consulta de estética para pedir que les hagan parecerse a sus selfis. Cirujanos y médicos estéticos constatan que esta moda marca la pauta hoy: los pacientes les muestran el antes y el después de su 'yo' en la pantalla para solicitar ser retocados en la misma línea. Es tendencia y es lícita, pero tiene sus sombras. Además de te-

ner presente que no todo es posible, hay que saber controlar para no caer en la locura narcisista.

Estos populares filtros digitales, de manejo sencillo y gratuitos, eliminan manchas, alisan la piel, tensan el perfil de la mandíbula, afilan la nariz, elevan las cejas y hasta agrandan los ojos. En unos minutos, y con solo pulsar un icono en la pantalla, la faz queda libre de cualquier rastro –incluso rasgo– de imperfección. Como si el tiempo no lo hubiese maltratado a uno.

Petra Vega, presidenta de la Sociedad Española de Medicina Estética, reconoce que esta moda está presente en las aspiraciones de los pacientes, pero le ve un aspecto negativo que, según cree, no todo el mundo termina de entender: «El soporte informático aguanta todo, pero la piel no». Aunque muchas mejoras sí son posibles, hay otras que no son fáciles de conseguir. Por eso cree que con la moda de emular al selfi se corre el peligro de caer en «una mayor frustración ante las falsas expectativas» que la imagen digital genera. «Los usuarios de la medicina estética deben conocer los límites», concluye.

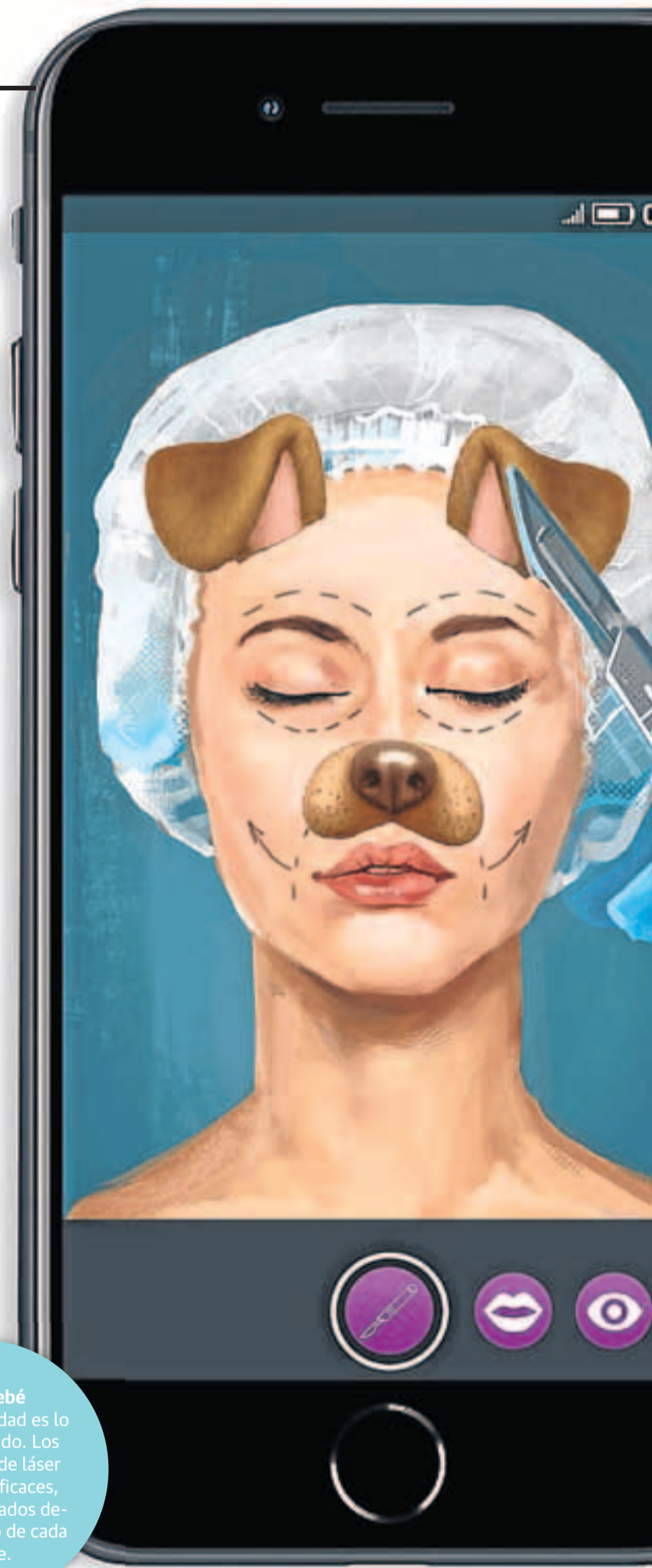
Para ello, nada mejor que aten-

der a los consejos de un profesional. Sergio Fernández Mesa, médico especialista en la materia y vocal de la citada sociedad médica, valora que, en general, muchas modificaciones que hacen estas aplicaciones móviles son «relativamente sencillas» de conseguir y reconoce que los filtros han influido en que se pidan más unos retoques que otros. Por ejemplo: la moda de 'ponerse' labios ha dado paso a la de dar forma al arco de la mandíbula.

No obstante, «el principal cambio que ha impulsado esta moda es que en consulta se trabaje ahora más la piel que nunca», advierte Mesa. Y es que no hay selfi bueno que no deje a su protagonista con una piel de bebé impoluta. El filtro –de intensidad variable– elimina manchas, acné, poros dilatados, sombras en las ojeras y da brillo y esplendor al tono facial. Todo genera un aspecto automático de juventud hasta tal punto que muchos adeptos al retoque hasta piden borrar las arrugas propias de la expre-

## Piel de bebé

Mejorar su calidad es lo más demandado. Los tratamientos de láser son los más eficaces, pero los resultados dependen mucho de cada paciente.



## TENDENCIAS DE LA MEDICINA ESTÉTICA

# 1.000

euros de media al año es lo que se gasta el usuario de tratamientos estéticos. El precio suele ser el argumento principal para no someterse a ellos.

## Mujeres de clase media alta

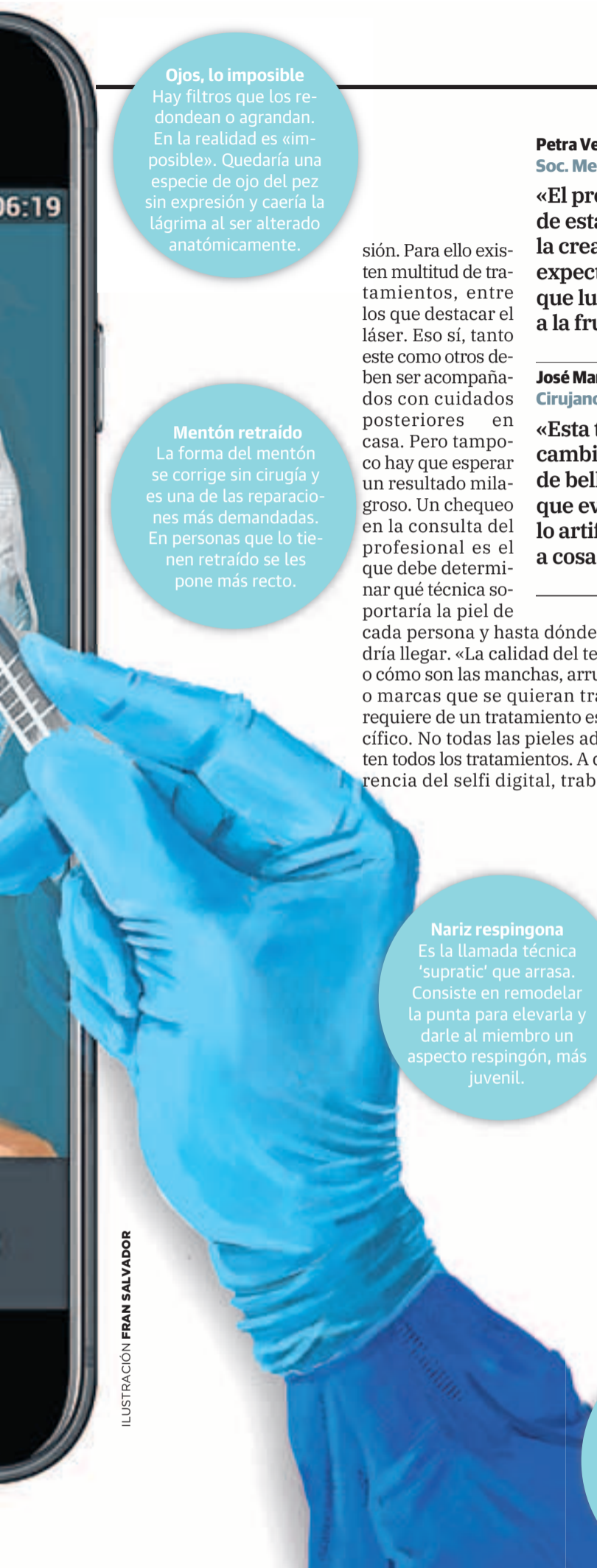
El 73% de los usuarios de medicina estética son mujeres, y un 93% es de clase media alta. Según la última encuesta del sector sobre su penetración en la población, 5 de cada 10 mu-

jes se someten a tratamientos, frente a los 2 de cada 10 hombres. En ambos casos, los datos indican un incremento en la demanda, más moderado en ellos que en ellas. En general, el 35,9% de la población utiliza estos servicios.

# 28-32

años es la edad media a la que hombres y mujeres empiezan a someterse a distintas técnicas y tratamientos de estética. Se observa que «cada vez se

inician antes» en el caso de tratamientos faciales, capilares y corporales. Cuando se analiza el perfil de los usuarios de tratamientos antiedad en particular, la edad media a la que se comienza se sitúa entre los 35 y los 39 años.



**Ojos, lo imposible**  
Hay filtros que los redondean o agrandan. En la realidad es «imposible». Quedaría una especie de ojo del pez sin expresión y caería la lágrima al ser alterado anatómicamente.

**Mentón retraído**  
La forma del mentón se corrige sin cirugía y es una de las reparaciones más demandadas. En personas que lo tienen retraído se les pone más recto.

sión. Para ello existen multitud de tratamientos, entre los que destacar el láser. Eso sí, tanto este como otros deben ser acompañados con cuidados posteriores en casa. Pero tampoco hay que esperar un resultado milagroso. Un chequeo en la consulta del profesional es el que debe determinar qué técnica soportaría la piel de cada persona y hasta dónde podría llegar. «La calidad del tejido o cómo son las manchas, arrugas o marcas que se quieran tratar requiere de un tratamiento específico. No todas las pieles admiten todos los tratamientos. A diferencia del selfi digital, trabaja-

**Nariz respingona**  
Es la llamada técnica 'supratic' que arrasa. Consiste en remodelar la punta para elevarla y darle al miembro un aspecto respingón, más juvenil.

**Mirada limpia**  
Mejorar la piel del párpado, iluminar las ojeras, suavizar las arrugas de expresión o elevar las cejas es posible en el móvil y con tratamientos estéticos.

**Petra Vega**  
Soc. Medicina Estética

**«El problema de esta moda es la creación de falsas expectativas que luego llevan a la frustración»**

**José María Serra-Renom**  
Cirujano catedrático UIC

**«Esta tecnología cambiará el canon de belleza, pero hay que evitar: caer en lo artificial y aspirar a cosas irreales»**

mos con un tejido vivo», advierte Mesa.

Otra de las formas de añadir juventud al rostro es dar forma al mentón y definir el arco la mandíbula. Son dos de las técnicas que se imponen como las preferidas de los pacientes, que también se simulan con los filtros. «Esa angulación de la cara, con un contorno de la

mandíbula definido, se pide mucho porque esto es más importante para verse más rejuvenecido que tocar los labios», asegura el médico. Para lograr la tensión de la parte baja de los carrillos o elevar ligeramente la ceja para restar cansancio a la mirada no sería estrictamente necesaria la intervención quirúrgica. Existen técnicas, como las infiltraciones, que ayudan a remodelar sin necesidad de bisturí.

**Hasta la punta de la nariz**

En este terreno se mueve otra de las intervenciones que se ha puesto de moda: poner la nariz ligeramente respingona. «Antes, este miembro prácticamente solo se podía cambiar con cirugía, pero ahora existe lo que denominamos rinodelación, que utiliza la aplicación de ácido hialurónico, por ejemplo, para moldear», explica. También han cambiado las modas con respecto a las narices que más gustan. Hace unos años lo que más preocupaba —explica el doctor— era la giba que podía afeor el perfil y se per-

seguía la perfección de una nariz recta. Ahora, la prioridad es elevarla por su extremo. Algo que también da un toque juvenil porque, con la edad, la nariz cae.

Los especialistas del sector constatan así que los gustos están cambiando. Incluso hay quienes atisban un cambio en el canon de belleza promovido por la tecnología. José María Serra-Renom, cirujano y catedrático de la Universidad Internacional de Cataluña, es pionero de la cirugía estética en España y ha podido testar esta evolución. «No diría tanto que vamos hacia una belleza más artificial o 'plastificada', pero estos 'inputs' externos de imágenes pasadas por el mismo patrón que recibe la persona constantemente redefinirán su concepto de belleza», reflexiona desde su consulta en Barcelona.

Este médico, que reclama sobre todo la concepción de las intervenciones estéticas como un proceso médico —algo que a veces se olvida—, ve la parte positiva y la negativa a la moda de las pantallas. «Nos ayuda a reafirmarnos con nuestra imagen, nos sirve de conexión entre lo que ven los demás de mí y lo que yo veo», apunta. Lo malo es «caer en lo antinatural y aspirar a resultados irreales».

En este mundo existen malas experiencias y para evitarlas, todos coinciden en la importancia de «saber decir no» a los pacientes. En cirugía, por supuesto, pero también en tratamientos estéticos. Fernández Mesa cree que debería ser obligada una sesión previa para detectar posibles anomalías psicológicas en la conversación. «Cuando ves que una persona no se reconoce (por ejemplo dice que tiene una nariz horrible a todas luces normal) ya sabes que no debes tratarlo».

¿Tanto poder tiene estos fil-

**Sergio Fernández Mesa**  
Médico estético

**«La influencia del selfi ha cambiado las preferencias: ahora se trabaja más la piel y el arco de la mandíbula»**

**Natalia Ortega**  
Psicóloga clínica

**«Al compararte todo el rato, puedes caer en la sobreexigencia continua y esta hace que nunca estés satisfecho contigo»**

tros? Natalia Ortega, psicóloga, aporta la visión que le da atender sobre todo a niños y adolescentes en consulta. «La publicación en redes sociales de tu mejor imagen y que te den 'likes' genera tantísimo bienestar a corto plazo que se cae en la trampa sin dudarlo. En esa recompensa inmediata se basa el éxito de las redes sociales», explica. Así, no le resulta raro ver en su entorno personal y profesional a gente muy joven obsesionada con sus rasgos. «Hace unas décadas no preocupaba tanto», cree.

**Comparación constante**

Ahora, la exposición continua y la valoración constante —propia y ajena— pueden afectarnos. «Estar en continua competitividad y sobreexigencia con uno mismo puede llegar a provocar distorsiones del concepto que uno tiene de sí. Este bucle puede sumirnos en un estado en el que no estamos nunca satisfechos», reflexiona esta psicóloga, quien recuerda la importancia, sobre todo en adolescentes, de no prohibir móviles, redes o selfis, sino instruir. La base para prevenir estados obsesivos, insiste, es tener fuerte la autoestima. «Para sacar de la obsesión a quien ha caído hay que hacerle ver las cosas reales que ha logrado en la vida, que sea capaz de objetivar los pasos que da, sus cualidades y aptitudes y centrarlas en el plano real, y no en la imagen irreal que puedan vender de sí mismos».

Mejorar la autoestima era, precisamente, la razón de un alto porcentaje de usuarios de medicina estética, según la última encuesta del sector. Sentirse mejor es lícito, claro está. «El autocuidado es muy importante y entronca con la salud», recuerda Ortega. Pero, como en todo, en la medida está la virtud.

**Entre la naturalidad y la autoestima**

La motivación para hacerse tratamientos de estética cambia cuando se trata de hombres y de mujeres. Estas últimas lo hacen «para verse bien» (53%) y para conservar

un aspecto natural y mejorar la calidad de la piel. De hecho, a este objetivo va dirigida la mayoría de tratamientos contratados. Por contra, los hombres quieren «mejorar su autoestima y sentirse mejor consigo mismos».

**45%**

es el porcentaje de usuarios de medicina estética que acuden a centros especializados para realizarse tratamientos capilares, una tendencia al alza.

**Fotodepilación, inyectables y láser**

La fotodepilación sigue siendo el tratamiento rey cuando se habla del cuerpo; si se analizan los tratamientos faciales, los más demandados son los hilos (tensan la expresión y

eliminan arrugas), 'peelings', eliminación de manchas, radiofrecuencia, inyectables y micropigmentación. Los hombres solicitan más el fotorrejuvenecimiento junto a tratamientos para eliminar las marcas de acné y las manchas.

ILUSTRACIÓN FRAN SALVADOR