



Rejuvenecimiento en la zona orbital

CANARIAS7 SALUDABLE
LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

Párpados caídos, bolsas, ojeras, flacidez o patas de gallo. El paso del tiempo y los efectos nocivos de agentes ambientales en la zona orbital otorgan un aspecto cansado, triste y envejecido que es posible mejorar con distintos procedimientos estéticos, ya sean quirúrgicos o mínimamente invasivos que permiten un rejuvenecimiento de la mirada y por ende, de toda la cara, con un resultado muy natural.

Y es que con los años la región orbitaria es una de las que primero denotan el envejecimiento aunque la herencia genética, algunas patologías o un estilo de vida poco saludable pueden acelerar el proceso. La delicadeza y el escaso grosor de la piel de esta zona la hacen espe-

Hospital Perpetuo Socorro. La zona orbital es una de las regiones en las que se realizan con mayor frecuencia procedimientos estéticos. Entre las técnicas más habituales se encuentran las que se realizan con toxina botulínica, ácido hialurónico, plasma rico en plaquetas así como el 'lifting' de cejas y la blefaroplastia, explica el doctor Javier Elejabeitia, especialista en Cirugía Estética, Plástica y Reparadora

cialmente vulnerable al paso del tiempo, a lo que colaboran asimismo el movimiento constante al que es sometida por el parpadeo y los gestos de expresión facial y su capacidad para acumular líquido, debilitarse y distenderse.

Por ello es una de las regiones en las que se realizan con mayor frecuencia procedimientos para su mejora estética a la vez que de las más agradecidas en cuanto a resultados. Entre las técnicas más habituales se encuentran las que se realizan con

la toxina botulínica, el ácido hialurónico, el plasma rico en plaquetas así como el *lifting* de cejas y la blefaroplastia o cirugía de párpados, una de las cirugías que más rejuvenece y cuyos resultados resultan más notables.

Precisamente esta intervención es de las más demandadas y generalmente el único método de abordaje ante el exceso de piel, la distensión del músculo y las bolsas de los párpados.

Con el paso del tiempo esta piel pierde elasticidad y capacidad de retracción, lo que da lugar

a pliegues anómalos que pueden no sólo suponer un problema estético sino afectar a la visión. A ello se suman las bolsas grasas de los párpados inferiores que están contenidas dentro del marco orbitario por una fina membrana llamada septum. Con el paso del tiempo esta membrana pierde firmeza y hace que las bolsas protruyan hacia fuera, como si fuera una hernia.

El abordaje dependerá de las necesidades del paciente, que puede precisar de una interven-

ción en el párpado inferior, superior o en ambos. En cualquier caso, «la operación consiste en la eliminación del exceso de piel y músculo así como la extirpación de la grasa sobrante en la zona. En el párpado superior se ejecuta mediante una incisión sobre el pliegue natural palpebral y en el inferior actuaremos eliminando el exceso de las bolsas grasas o reposicionando las mismas para rellenar el surco existente. No obstante, en este caso hay pacientes, especialmente jóvenes, que no presenten

exceso de piel y músculo así como unas bolsas poco pronunciadas que aconsejen una blefaroplastia transconjuntival en la que la incisión se realiza por la parte interna del párpado en vez de la externa, lo que evita tocar la piel, acelerando la recuperación y evitando las suturas. También puede realizarse mediante láser», explica el doctor Javier Elejabeitia, especialista en Cirugía Estética, Plástica y Reparadora de Hospital Perpetuo Socorro.

En cualquier caso, su duración oscila entre los cuarenta minutos y las dos horas dependiendo de su dificultad y párpados a intervenir y suele tratarse de una técnica ambulatoria, por lo que en general quien se somete a ella abandona el centro hospitalario el mismo día de su realización.

El posoperatorio tiene un desarrollo sencillo, no se tapan los ojos y discurre con inflamación y pequeños hematomas en la mayoría de los pacientes que van desapareciendo progresivamente durante los 10 días siguientes.

La blefaroplastia puede ir acompañada de otra serie de técnicas que colaboren en la mejora estética del paciente como el lifting de cejas o facial completo.

Las ojeras son otro problema frecuente que cuenta con distintos tipos de tratamiento según su naturaleza y que no requieren de una visita al quirófano. «Las ojeras hundidas pueden tratarse con infiltraciones de ácido hialurónico para rellenarlas. La pigmentación es un problema diferente y en el que raras veces logramos una reducción satisfactoria pero



Javier Elejabeitia

«En la blefaroplastia transconjuntival la incisión se realiza por la parte interna del párpado en vez de la externa, lo que evita tocar la piel, acelerando la recuperación y evitando las suturas»

.....

pueden mejorar con depigmentantes, peelings, plasma rico en plaquetas o microinjertos», detalla el doctor Elejabeitia.

Otros signos de envejecimiento los conforman las arrugas periorculares, conocidas popularmente como patas de gallo, junto a las localizadas en el entrecejo y la frente. Ante estas arrugas dinámicas, fruto de los gestos de expresión sostenidos en el tiempo, el tratamiento de referencia es la infiltración de la toxina botulínica, que también puede mejorar la posición de las cejas y cuya aplicación sobre los músculos aplanan las arrugas. Es recomendable repetir el tratamiento dos veces al año. Por su parte, el ácido hialurónico es útil como producto de relleno y sirve para hidratar, eliminar los surcos y dar forma al óvalo facial o la zona malar, por lo que también puede ser una alternativa en la región periorcular, con una durabilidad de entre 10 y 12 meses.

La mesoterapia, inyectando plasma enriquecido en plaquetas –producto de la extracción, centrifugado y reinsertión del resultado–, o vitaminas permite revitalizar, dar tersura e hidratación. En suma, una pléyade de tratamientos tanto quirúrgicos como mínimamente invasivos que en la actualidad gozan de muy buenos resultados con un aspecto natural y que permiten sumar años sin que las arrugas los acompañen, concluye el especialista en Cirugía Estética, Plástica y Reparadora de Hospital Perpetuo Socorro.

Prevención y consejos básicos

■ Es indiscutible que no se puede parar el envejecimiento o los factores hereditarios o genéticos que pueden acompañar los problemas estéticos que se produzcan en la zona facial en general y orbitaria en particular pero sí hay medidas que pueden colaborar a retrasar tales problemáticas.

Entre las medidas que pueden prevenir su pronta aparición se encuentra el uso de cremas protectoras, bronceadores con factores de protección superior a 30, evitar la exposición solar en las horas centrales del día y la utilización de gafas de sol certificadas por la Unión Eu-

ropea con filtro UV. Otro factor muy importante es evitar el tabaco así como la hidratación y la alimentación. Por eso es recomendable beber suficiente agua y mantener una dieta equilibrada que incluya mucha fruta y verdura. Un sueño reparador de al menos siete horas es otra medida básica antes del que es más que conveniente realizar una limpieza de la piel con cuidado en la zona ocular, en la que no debe frotarse en ningún momento del día ya que favorece la herniación de la grasa orbitaria. Evitar el estrés en lo posible, el tabaco y el alcohol así como practicar deporte de manera re-

gular son otras medidas que contribuirán a retrasar la aparición de los signos de la edad.

Y cuando aparezcan, si se decide a tomar medidas es importante informarse para acudir a un profesional cualificado y con la titulación correspondiente. Para ello se pueden consultar en las sociedades científicas de cirugía plástica y estética a nivel nacional SECPRE y AECEP o autonómico, en Canarias SOCCPER así como comprobar que el lugar en el que realiza las intervenciones es un centro sanitario que cumple con todas las garantías necesarias para realizar todo tipo de cirugías.

Tu salud en breve...

■ **Reumatología.** Lanzan la campaña 'Escucha tu cuerpo' para impulsar el diagnóstico precoz

La Sociedad Española de Reumatología (SER) lanza la campaña *Escucha a tu cuerpo* para mejorar el diagnóstico precoz de las enfermedades reumáticas, que afectan a uno de cada cuatro adultos en España, unas 11 millones de personas. La campaña, presentada en el Congreso Nacional de la SER, que tuvo lugar en Valencia esta semana, cuenta con la colaboración del Consejo General de Farmacéuticos y de diversas asociaciones de pacientes. Entre ellas, Acción Psoriasis, ConArtritis, Federación Española de Lupus y las asociaciones españolas de Esclerodermia y Síndrome de Sjögren.



■ **Investigación.** Bacterias intestinales para combatir la obesidad y el estrés

Un equipo de científicos, liderado por españoles, ha identificado bacterias para combatir la obesidad y el estrés y ha constatado la influencia de la microbiota intestinal –comunidad de microorganismos del sistema digestivo– en el balance energético que regula el peso corporal y en la función cerebral. Estas son algunas de las conclusiones de MyNewGut, un proyecto europeo que empezó en 2013 y que está coordinado por la investigadora del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) Yolanda Sanz. Sanz, junto al resto del equipo, ha identificado bacterias intestinales que pueden dar lugar a nuevos probióticos para combatir la obesidad y el estrés.

■ **Infancia.** La carga del carrito escolar no debe superar el 20% del peso del menor

Científicos de la Universidad de Granada y la Liverpool John Moores University de Reino Unido han determinado por primera vez la carga máxima aconsejable del carro escolar: no debe superar el 20% del peso del niño o la niña. El estudio elaborado por especialistas de las dos universidades ha calculado cuál es el peso que un alumno debe transportar en un carro con ruedas para ir al colegio, un máximo del 20% de su peso corporal, cantidad que se reduce a la mitad si lleva mochila.



■ **Estudio.** La exposición a la contaminación afecta a la habilidad cognitiva de los niños

La exposición a la contaminación atmosférica antes y después del nacimiento podría afectar a habilidades cognitivas fundamentales, sobre todos a los niños y no a las niñas, según un estudio liderado por el Instituto de Salud Global de Barcelona. El trabajo ha hallado una relación entre la exposición a las partículas finas (PM2,5) durante la gestación y primeros años de vida y una reducción en habilidades como la memoria de trabajo y la atención ejecutiva. El objetivo del estudio era profundizar en el conocimiento generado por otros anteriores, que observaron que los niños que van a escuelas con mayores niveles de contaminación por el tráfico tienen un menor desarrollo cognitivo.

HPS

HOSPITAL PERPETUO SOCORRO

CIRUGÍA ESTÉTICA

HPShospitales.com

