

Doctor Planas: "Cada vez puedes conseguir una mejor imagen sin operarte"

✖ Jorge Planas cirugía estética - Sergi Alcàzar

Hablamos con el **doctor Jorge Planas** (Barcelona, 1962), cirujano plástico y director médico de la Clínica Planas de Barcelona y Madrid. Acaba de publicar el libro *Historias y vivencias de un cirujano plástico*.

La historia de tu familia en la cirugía plástica empieza a raíz de las quemaduras que padeció tu padre durante la Guerra Civil...

Efectivamente, mi padre empezó a ejercer de médico sin haber acabado los estudios durante la Guerra Civil, porque faltaban facultativos. Se quemó las manos por culpa de los rayos X que utilizaba cada día para localizar las balas que tenía que extraer a los heridos. A raíz de estas quemaduras le aconsejaron que no se dedicara a la cirugía porque no soportaría los raspados con cepillo que los cirujanos tenemos que hacer antes de cada operación y le tendrían que amputar las manos.

Jorge Planas cirugía estética - Sergi Alcàzar

Mi padre descubrió la cirugía plástica en EE.UU, donde se hizo un injerto de piel el año 1947

Por suerte, tu padre leyó el artículo de un cirujano americano que acababa de descubrir los injertos de piel y vio la luz...

Sí, eso fue el año 1947, unos años después de acabar la guerra. Cogió la maleta y se fue a Estados Unidos para hacerse un injerto de piel en las manos. Quedó tan impresionado con la cirugía plástica que consiguió una beca y decidió quedarse allí una temporada para aprender una especialidad hasta entonces desconocida.

Fue pionero de la cirugía plástica en España y Europa

Y gracias a eso, tu padre, el doctor Jaime Planas, fue pionero de la cirugía plástica en España y en Europa... De hecho, trajo aquí una especialidad que, en aquel momento, no conocíamos...

Cuando volvió de Estados Unidos creó los primeros servicios de cirugía plástica en el Hospital Clínic, en Sant Joan de Déu, en la Vall d'Hebron, en la Clínica Sant Josep... Así nació la red de servicios de cirugía plástica e iba operando en los diferentes hospitales. De hecho, mi padre, junto con otros cirujanos plásticos, inventó la mayoría de las técnicas que existen. ¡Fueron pioneros! Más adelante, el año 1971, fundó la Clínica Planas.

Con 10 años vi cómo mi padre fracturaba los huesos de la nariz de una paciente con un escoplo y un martillo

¿Cómo y cuándo empieza tu pasión por la cirugía plástica, reparadora y estética?

Tenía 10 años cuando mi padre me invitó a entrar en el quirófano para ver una rinoplastia (operación de nariz). Vi cómo fracturaba los huesos de la nariz de una paciente con un escoplo y un martillo. A pesar de la gran cantidad de sangre no me mareé. En sólo media hora, vi un cambio radical del rostro de la paciente, una mujer de unos cuarenta años. Pasó de tener una cara agresiva a tener un aire de Grace Kelly. Quedé tan maravillado por el éxito de la intervención, que ya advertí a mi padre y a su equipo que quería ser testigo de muchas otras operaciones como aquella.

Quedaste tan impresionado que, finalmente, te hiciste cirujano plástico. Explícame alguna de las muchas anécdotas que has vivido durante los 27 años que llevas operando...

Hay personas que ven su físico mal por culpa de un problema psicológico. Sufren dismorfofobia, un trastorno mental que genera una imagen distorsionada del propio cuerpo. Se ven mal cuando, en realidad, están bien. Estos nunca quedarán satisfechos del resultado de una cirugía estética. Por eso no se los tiene que operar nunca jamás. Lo que se tiene que hacer es reconducirlos a un psiquiatra o psicólogo, según el

caso. Te pondré el ejemplo de un hombre joven que vino a la consulta porque estaba convencido de que tenía las orejas salidas cuando, en realidad, las tenía perfectamente bien.

¿Cómo fue?

Llegó a la consulta y me explicó que ya lo habían operado dos veces otros cirujanos pero que seguía viendo fatal sus orejas. Llevaba el pelo largo para esconderlas y me decía que ni así podía salir a la calle porque le daba vergüenza. Le dije que las tenía perfectamente alineadas, incluso demasiado próximas al cráneo. Era evidente que no había ninguna mejora posible por hacer. Él, sin embargo, no quiso entrar en razón. Insistía asegurando que tenía las orejas de soplillo y que parecía un murciélago.

Se cortó las orejas con unas tijeras de cocina

Jorge Planas cirugía estética - Sergi Alcázar

¿Se marchó de la consulta sin querer pasar por la unidad de atención psicológica de la clínica?

Sí, se fue sin poder convencerlo de ser derivado hacia la ayuda psicológica. Al cabo de unos días, se cortó las orejas en casa con unas tijeras de cocina. Se cortó la mitad superior de cada oreja en diagonal. Entonces, volvió desesperado a la consulta diciéndome que tenía toda la razón del mundo y que había cometido un disparate. Me preguntó si le podía reconstruir las orejas pero no pudo ser porque no llevó los trozos que se había cortado. Siempre me quedará la pena de no haber conseguido convencer a este paciente de ser derivado a nuestro equipo de psicólogos. Un consejo para los cirujanos jóvenes: es importante saber detectar este tipo de pacientes y conseguir que se pongan en manos del psicólogo. Si no, pueden llegar a ser muy peligrosos. Hace años, un cirujano plástico de Madrid y su enfermera fueron asesinados por un paciente dismorfóbico a pesar de haberlo operado con éxito. Él, sin embargo, no se gustó, volvió a la consulta y los mató.

Una joven de 25 años se quería amputar los pechos para correr el maratón de Nueva York

En el libro, también explicas el caso de una chica que se quería amputar los pechos para correr el maratón de Nueva York...

Sí, una chica de 25 años, de estatura baja y sin sobrepeso con un pecho bastante voluminoso. Vino a la consulta y me empezó diciendo que no estaba contenta con su pecho porque tenía demasiado y le provocaba problemas. Le pregunté, por ejemplo, si padecía dolores de espalda frecuentes y me dijo que no. Entonces me confesó que, en realidad, no quería reducir el tamaño de sus pechos sino que se los amputara para correr el maratón de Nueva York. En este caso, por suerte, la pudimos hacer entrar en razón con la ayuda del gabinete psicológico y nos aseguramos que no buscaría a otros cirujanos para conseguir su objetivo, de lo que, lógicamente, se habría arrepentido después de por vida.

No opero cuando sólo es el marido quien quiere el aumento de pecho de la mujer

Está claro que sólo operas cuando las expectativas de los pacientes son reales. ¿El objetivo es mantener el aspecto atractivo pero natural?

¡Exacto! No opero cuando me hacen peticiones fuera de lugar como las que te he explicado o cuando las expectativas de los pacientes no son reales. Tampoco opero cuando no es el paciente quien pide lo que sea, sino el marido o la madre. Por ejemplo, existe la típica madre que te dice "quiero que mi hija sea modelo y por eso venimos a que le ponga más pecho". Lo primero que hago es hacer salir a la madre de la consulta y preguntar a la hija si realmente quiere un aumento de pecho. Si veo que sólo es la madre quien lo quiere, no las opero. Lo mismo cuando sólo es el marido y no la mujer la que quiere un aumento de pecho.

De hecho, con las operaciones de cirugía estética no sólo cambias la cara sino la vida de las personas...

Mira, te explicaré el caso de un italiano que estaba tan contento con los implantes de pelo que le hicimos que se tatuó el nombre de la clínica y las fechas de las dos intervenciones en el brazo. Nos llamó eufórico diciendo que gracias a las intervenciones le habíamos alegrado la vida y que ligaba mucho más. Dentro del capítulo de reflexiones del libro, explico que no fue el pelo lo que lo ayudó a ligar sino su nueva actitud ante la vida gracias a la autoconfianza que ganó.

Los que se obsesionan demasiado por la imagen no estarán nunca contentos

¡Alerta con las obsesiones! Supongo que existe el típico paciente que se estaría operando cada semana. ¿Dónde está el límite en estos casos?

El límite está en frenar la obsesión. La obsesión es lo único que te da frustración. Hay pacientes que mientras les sacamos los puntos de las orejas, ya te piden que les operes la nariz. ¡Estos no estarán nunca contentos! Se obsesionan demasiado por la imagen. Si estás todo el día buscando la siguiente operación quiere decir que no has conseguido lo que querías y quizás el problema es otro, seguramente tu obsesión por la imagen.

Jorge Planas cirugía estética - Sergi Alcázar

Cada vez puedes conseguir una mejor imagen sin operarte

La industria cosmética cada vez destina más dinero a investigar nuevas técnicas para frenar el envejecimiento. De hecho, no pasamos por el quirófano hasta que no fracasan los recursos que tenemos para cuidar el cuerpo...

La cirugía estética tiene menos de 100 años y la medicina estética todavía es más joven, sólo tiene 20 o 30 años. Actualmente, sin embargo, la medicina estética está consiguiendo resultados muy buenos que retrasan la cirugía, sobre todo de envejecimiento. Por ejemplo, el lifting o la blefaroplastia (cirugía de los párpados). Tenemos más de 20 láseres diferentes (para corregir las arrugas, para las arañas vasculares, para

los diferentes tipos de tatuaje, para las manchas del sol...). Cada vez puedes conseguir una mejor imagen sin operarte gracias a los avances en técnicas no quirúrgicas como el bótox, hilos tensores, peelings, infiltraciones, ácido hialurónico, mesoterapia, radiofrecuencia corporal y facial... Todo eso para tratar el envejecimiento. Evidentemente para arreglar una nariz o para un aumento de pecho tienes que pasar por el quirófano.

¡Con cuatro gotas de bótox y dos minutos hacemos milagros!

¡Los tratamientos con bótox tienen una demanda brutal!

Sí, porque es milagroso. No es un relleno como el ácido hialurónico que utilizamos para borrar una arruga. Con el bótox conseguimos rejuvenecerte en un momento porque te relaja la musculatura de toda la cara, haces subir un poco las cejas consiguiendo una mirada mucho más joven... Todo eso y mucho más lo conseguimos con sólo cuatro gotas y dos minutos. Consigues un resultado magnífico en un abrir y cerrar de ojos. Por eso la gente se engancha al bótox.

¡Pero no es de por vida eso! ¡Tienes que hacer un mantenimiento!

Sí, dos veces al año.

¡Un tratamiento con bótox cuesta 300 o 400 euros!

Sacamos grasa de los muslos o la barriga y la ponemos en el pecho o en los glúteos

¿Cuáles son las operaciones más habituales en esta época del año?

A la que sale el primer rayo de sol, se multiplican por dos las intervenciones para eliminar grasa corporal, sobre todo las liposucciones, ahora también conocidas como lipoesculturas. Consiste en sacar la grasa de allí donde sobra y la puedes poner en otros sitios donde falte, como el pecho o los glúteos. En esta época, también se disparan mucho los aumentos y reducciones de pecho. Piensa que una de cada tres intervenciones que hacemos en total son de pecho. Las operaciones faciales, en cambio, se hacen de manera más repartida durante todo el año porque la cara nos la vemos cada día en el espejo. Ahora buscan arreglar las partes del cuerpo que sólo se enseñan en verano.

Jorge Planas cirugía estética - Sergi Alcàzar

Se disparan las lipoesculturas y los aumentos y reducciones de pecho

Mayoritariamente se operan las mujeres aunque cada vez hay más hombres que pasan por el quirófano...

Actualmente, el 75% de las intervenciones de cirugía estética se hacen a mujeres y el 25% a hombres. Hace sólo tres años, el 88% se hacían a mujeres y sólo el 12% a hombres.

¿En el caso de las mujeres, el aumento de pecho es la operación con más demanda y se puede hacer con prótesis o con grasa?

Para hacerlo con grasa, hace falta que tengan en exceso en otra parte del cuerpo, normalmente en los muslos o en el abdomen. Lo hacemos inyectando la grasa sin necesidad de realizar ningún corte. Es mucho más recomendable que los implantes de prótesis porque no hay complicaciones de posibles contracturas capsulares. Piensa que, con el paso de los años, los implantes se pueden endurecer o romper y, a veces, se tienen que cambiar. Todo eso, si lo haces con grasa no pasa y, además, el tacto y la caída del pecho es mucho más natural.

Infiltrando grasa sólo puedes aumentar una talla de pecho

¿Por lo tanto, recomiendas mil veces más hacer el aumento mamario con grasa que implantando una prótesis?

Sí, el único problema es que con la grasa sólo puedes aumentar una talla de pecho. Si quieres un aumento mayor, sólo tienes la opción de ponerte prótesis. Si inyectamos grasa, el mismo día se van a casa y al día siguiente ya pueden hacer vida casi normal. En cambio, si hacemos implante, tienen que ingresar y necesitan una semana para recuperarse antes de volver a trabajar.

¡Hablemos de precios! ¡Un aumento mamario, por ejemplo, cuesta unos 7.000 euros!

Sí, aproximadamente éste es el precio.

Se disparan entre un 20 y un 30% los aumentos de glúteos

También se disparan los aumentos de glúteos...

Los últimos años se han incrementado entre un 20 y un 30%, sobre todo entre las mujeres de entre 20 y 40 años. Se lo hacen, sobre todo, las mujeres sudamericanas pero cada vez es más habitual con gente de aquí. El aumento de glúteos se puede hacer con prótesis o con grasa del mismo paciente.

¿Cuáles son las intervenciones más habituales de los hombres?

Párpados, implantes de pelo y eliminar grasa del abdomen.

¿En qué consiste la cirugía de los párpados?

Hablamos de la blefaroplastia para arreglar los párpados superiores o inferiores. También se pueden operar todos a la vez. La mayoría vienen para eliminar las ojeras. Si no sobra piel, podemos extraer la grasa desde dentro, sin hacer ningún corte y, por lo tanto, no queda ninguna cicatriz. El postoperatorio es muy rápido. Sólo está hinchado 3 o 4 días y enseguida puedes volver a trabajar. Si tenemos que eliminar piel, hacemos un pequeño corte y la recuperación también es muy rápida.

La blefaroplastia cuesta unos 3.000 euros y en torno a 4.500 si nos arreglamos los párpados superiores e inferiores a la vez.

La cirugía de los párpados es la más habitual entre los hombres

La segunda intervención más habitual entre los hombres es el implante de pelo. ¿Cuáles son las últimas técnicas?

Hay dos: la fue (Follicular Unit Extraction) que consiste en rapar toda la cabeza y sacar el pelo de uno en uno de la parte de atrás e implantarlo en la parte superior. La otra opción es sacar una tira de pelo, cortarlos e implantarlos de uno en uno.

¿Ya no pasa aquello de que queda el pelo agrupado como si fuera la cabeza de una muñeca?

¡Nooooo! Eso sucedía en los años 80 cuando se implantaban en grupos de entre 12 y 15 unidades.

Implantar pelo cuesta entre 7.000 y 8.000 euros.

Hay pacientes que vienen a la consulta con fotos de modelos

¿Por franjas de edad, cuáles son las intervenciones más habituales?

Hasta los 30 años, lo más habitual entre las mujeres son las liposucciones o lipoesculturas y el aumento de pecho. Entre los hombres, la liposucción de abdomen y las rinoplastias.

Entre los 30 y los 50 años, las intervenciones más habituales son la de los párpados, elevación mamaria y abdominoplastia (tensar la piel del abdomen y reconstruir la musculatura).

A partir de los 50, hasta ahora han destacado sobre todo los líftings aunque, gracias al avance en técnicas médicas que comentábamos antes, cada vez se retrasan más. Actualmente, en muchos casos, ya no hacen falta hasta partir de los 60 años.

¿Explícame en qué consiste la reducción de abdomen?

En el caso de los hombres, normalmente sólo consiste en sacar grasa. A las mujeres, si han tenido hijos y la musculatura está distendida y sobra piel, les hacemos un corte, eliminamos la piel sobrante y reconstruimos la pared abdominal, la musculatura.

¿Requiere hospitalización?

Si sólo sacamos grasa, no. Si hacemos lipectomía o abdominoplastia que implica cortar para estirar y sacar la piel, tienes que ingresar un par de días.

¿Hay muchos pacientes que van a tu consulta con fotos de modelos?

Algunos lo hacen. En estos casos, lo analizo y valoro si se puede conseguir o no. Lo que no puedes es acabarte pareciendo a aquella persona. Sí que se puede conseguir el volumen de pecho o la forma de una nariz determinada. Siempre explicamos y mostramos fotos donde pueden ver muy bien cómo quedarán después de la intervención.