

DE VANGUARDIA

Gladys Calabrese es especialista en piel. Fundadora del primer centro de dermatología correctiva y estética de Uruguay, aplica técnicas y tratamientos de última generación, siendo referencia en el país. Atenta a las nuevas tendencias, este año introdujo el departamento de **coaching antiaging** a cargo de Valentina D'Alfonso; un encare integral aplicado al rejuvenecimiento en plenitud.

POR N.S. FOTOGRAFÍAS: PABLO RIVARA.

Desde su piso alto en la Torre de los Caudillos, todo se ve diferente. Tal vez la vista amplísima de una Montevideo abierta hasta el límite con el horizonte contribuye a *relax* y a la buena disposición a dejarse mimar. Seguro que quienes lo hayan visitado alguna vez experimentaron esa misma sensación con solo atravesar la puerta. Todo luce impecable. La reciente remodelación de la clínica dice a las claras que apuntó a inspirar calma y modernidad. Quienes trabajan allí conforman un equipo disciplinado y atento, y cada uno transmite idoneidad, conoce las bondades de lo que hace y se entrega a sus pacientes, convencido de lo que está haciendo. No es para menos. Porque detrás de todo está ella.

La doctora Gladys Calabrese es especialista en dermatología desde hace 37 años, y hace veinte que fundó su centro clínico, el primero en Uruguay, dedicado a tratamientos de piel correctivos y estéticos. "Contamos con tecnología de vanguardia para tratar las variadas afecciones y alteraciones pigmentarias, vasculares y tróficas de la piel, tanto facial como corporal", explica, y es así. Por algo su establecimiento se ha convertido en un centro de referencia nacional para la Dermatología Cosmética.

"A lo largo de estos años hemos ido incorporando numerosos sistemas láseres y terapias lumínicas hasta constituir, hoy por hoy, la plataforma láser dermatológica más completa del país", cuenta

en su tono amigable, a sabiendas de su permanente dedicación. Sin embargo destaca generosamente el trabajo de su equipo. "Está integrado por profesionales especializados y personal altamente capacitado", comenta, puntualizando que la dirección organizacional está a cargo de Valentina D'Alfonso, licenciada en Psicología, técnica en Gestión Empresarial, hija y compañera con la que conforma un tándem perfecto.

PAULA habló con ellas, se empapó en lo que se logra con cada uno de sus tratamientos, supo de primera mano sobre sus planes y el desafío que significa incorporar a su quehacer áreas como la salud física, psíquica y emocional, que se relacionan al *wellness*, ese nuevo concepto de medicina integral que apunta al rejuvenecimiento y la longevidad de las personas, en plenitud.

—¿Qué tratamientos o técnicas lleva adelante su clínica?

Dra. Gladys Calabrese. —Desde la dermatología clínica, realizamos el diagnóstico y determinamos el tratamiento médico de las diferentes lesiones y/o dermatosis que afectan la piel, las mucosas, el pelo y las uñas. Desde la dermatología cosmética, apostamos al cuidado, mantenimiento, rejuvenecimiento y corrección de las diversas alteraciones de la piel y sus anexos, a través de un conjunto de terapéuticas seguras, eficaces, independientemente del sexo o la edad, ambulatorias y que no requieren el abandono de la rutina diaria. Son múltiples las técnicas de última generación que manejamos. A lo largo de los años fuimos incorporando sistemas láseres y terapias lumínicas. Entre lo más novedoso, puedo destacar los reconstituyentes de bioestimulación, un

conjunto de procedimientos que buscan activar biológicamente las propias funciones de la piel, como la producción de colágeno, elastina y ácido hialurónico, con el objetivo de lograr una revitalización global de la misma, tanto a nivel facial como corporal. La verdad es que se obtienen resultados sorprendentes. La bioestimulación con plasma rico en plaquetas o factores de crecimiento autólogos —verdaderos mediadores biológicos naturales que se encuentran en todas las células—, regenera y repara el tejido donde actúe. La ozonoterapia médica se presenta como una terapéutica de futuro para la prevención del envejecimiento de la piel, y también para su revitalización y rejuvenecimiento. La radiotermoplastia o radiofrecuencia médica permite en una sola sesión, la remodelación y el tensado de la piel, tanto facial como corporal. La tecnología HIFU —High Intensity Focalized Ultrasound—, es una tecnología única e innovadora que en una aplicación tiene resultados progresivos en cuello y óvalo facial, con elevación de mejillas y cejas, disminución del surco nasogeniano y gran mejoría de la zona periocular. También se puede aplicar en casos de flacidez corporal. En fin, las posibilidades son enormes y día a día se avanza...

—Cuando habló del plasma rico en plaquetas, usted hizo referencia al plasma gel. ¿De qué se trata?

G.C. —Es un nuevo relleno. La bioestimulación con plasma rico en plaquetas o factores de crecimiento autólogos es una técnica muy demandada en nuestro centro desde hace ya diez años. Por eso apostamos a más, y comenzamos con plasma gel, un revolucionario producto de relleno natural que se viene utilizando en los grandes centros médicos



Europeos con excelentes resultados. Como todos los materiales de relleno, permite corregir arrugas, surcos, marcas y cicatrices, recuperar formas y volúmenes perdidos, redefinir el contorno facial y corporal. Además, es ideal para labios, ojeras, mejillas y manos. Está dentro de las técnicas biorreparativas con ventajas sobre el ácido hialurónico, ya que entre un 30 a un 35 por ciento del plasma gel se fija al organismo en forma definitiva, estimulando la producción de colágeno natural en el área en que se aplica. Es un relleno totalmente seguro ya que es una sustancia autóloga, se obtiene a partir

del plasma del paciente, por lo que no genera alergias, ni reacciones adversas de ningún tipo. Es un procedimiento médico, manipulado por dermatólogos y personal altamente especializado, con las medidas sanitarias requeridas y los equipos avalados para tal fin. Lo recomendable son dos o tres sesiones con intervalos de cuatro a seis meses entre ellas. Y lo esperable es un efecto de un año tras la última aplicación, con una fijación del treinta por ciento, de forma definitiva.

—El centro trabaja con pacientes de ambos sexos y de edades varia-

¿QUÉ ES QUÉ?

LASERTERAPIA

El Centro Médico Dra. Gladys Calabrese posee la plataforma luminica más completa para tratar todo tipo de manchas, telangiectasias o dilataciones vasculares, angiomas, rosácea, marcas, cicatrices, queloides, tatuajes, acné y sus secuelas, estrías, ojeras, vitiligo, psoriasis, celulitis y micosis ungueal.

RESTITUTIVOS DE BIOESTIMULACIÓN

Se trata de un conjunto de procedimientos a través de los cuales se busca estimular o activar biológicamente las propias funciones de la piel. La bioestimulación con plasma rico en plaquetas o factores de crecimiento autólogos es altamente efectiva. Los factores de crecimiento son verdaderos mediadores biológicos naturales que se encuentran en todas las células, en mayor o menor medida. Se obtienen a través de una pequeña muestra de sangre del propio paciente, por lo cual se trata de un procedimiento absolutamente personalizado, sin contraindicaciones. Su aplicación determina la regeneración o reparación celular específica del tejido donde actúen. Los resultados: una piel más turgente, lozana y luminosa. Los rellenos con plasma gel constituyen otra novedad que por sus características superarán a los de ácido hialurónico. También se obtiene del plasma de la persona a tratar, de manera que no presenta riesgo de alergias.

OZONOTERAPIA MÉDICA

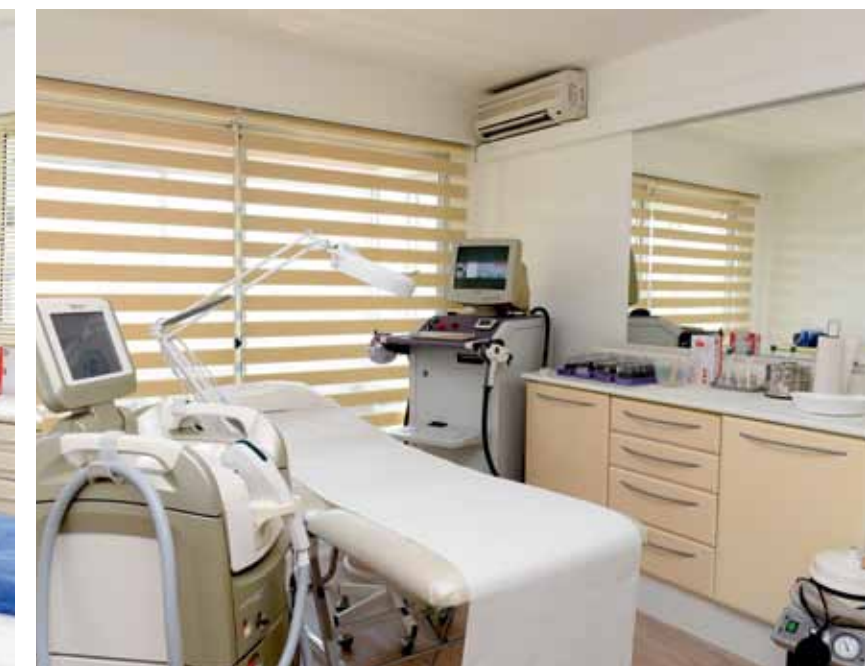
Se trata de la aplicación de gas ozono medicinal en el organismo humano. En piel puede ser aplicado mediante diversas vías: tópica (cremas o aceites), mesoterápica (intradérmica o subcutánea) y sistémica (sueros ozonizados o autovacunas). Oxigenante, energizante, inmunomodulador, analgésico, antiinflamatorio, desinfectante, regenerador, antioxidante y revitalizante, se presenta como un tratamiento de futuro para la prevención del envejecimiento de la piel, la revitalización y el rejuvenecimiento de la misma.

RADIOTERMOPLASTIA

También llamada radiofrecuencia médica, se la reconoce en el mundo como una tecnología efectiva que permite el tensado de la piel, sea facial como corporal. Se trata de un tratamiento inteligente que da como resultado la progresiva contracción del tejido, debido a la remodelación del colágeno profundo, mientras mantiene la integridad de la epidermis y de las capas más superficiales. Los verdaderos resultados se pueden apreciar a las tres semanas, y continúan durante los cuatro meses posteriores a su aplicación.

TECNOLOGÍA HIFU (HIGH INTENSITY FOCALIZED ULTRASOUND)

Se trata de otra nueva y revolucionaria tecnología médica indicada para tratar la flacidez cutánea. Sus ondas ultrasónicas penetran a 4,5 mm de profundidad, lo que permite trabajar a nivel de la aponeurosis que recubre los músculos (SMAS por sus siglas en inglés), una de las más importantes estructuras de soporte de la piel a nivel facial y corporal. Al generar miles de puntos de microcoagulación térmica (65° en la profundidad del tejido) dicha aponeurosis se compacta y contrae, combatiendo la flacidez sin afectar las capas superficiales. Los resultados totales se verán sucesivamente, hasta los seis meses de la aplicación.



das. ¿Cómo se comporta el público masculino?

G.C. –Creo que a estas alturas el cuidado de la piel y del cuerpo ha dejado de ser patrimonio exclusivo de las mujeres. De hecho, esa preocupación se ha instaurado hoy en el universo de los hombres, diría que con la misma fuerza. El resultado comprobado de las innovadoras terapias aplicadas en el centro ha logrado un incremento considerable de consultas masculinas. Posiblemente el atractivo radique no solo en que las soluciones son eficaces, sino que además los tratamientos son ambulatorios y no invasivos.

–Para ellos, ¿cuáles son sus mayores preocupaciones?

G.C. –A los más jóvenes les preocupa el acné y sus secuelas. Ya a los treinta años consultan por algunas arruguitas y después de los cuarenta, la flacidez es un motivo recurrente, así como la grasa localizada en tronco y abdomen. La caída del cabello es otro tema generalizado, porque no solo están los que quieren prevenirla, sino también los que quieren revitalizar a los bulbos pilosos. Y la depilación médica definitiva es muy requerida, sea para que se luzcan los tatuajes como para lograr un bronceado parejo, o simplemente por prolijidad.

–En general, ¿a partir de qué edad se comienza a notar el envejecimiento de la piel?

G.C. –El paso de los años y el estilo de vida occidental, con una alimentación inadecuada, sedentarismo, malos hábi-

tos, estrés crónico y una mala gestión emocional hacen que el organismo vaya perdiendo la homeostasis –equilibrio en la funcionalidad celular–. De ahí que a partir de los 35 años comiencen a aparecer improntas acumulativas en la piel que se traducen en signos de envejecimiento progresivos.

–¿Se puede hacer algo para ralentizar ese proceso?

G.C. –Justamente, las técnicas que usamos, más las que van apareciendo, y luego de probarlas, introducimos a nuestro menú, actúan como verdaderos aliados. Hoy en día no es exageración decir que en materia de dermatología cosmética hay un arsenal de tratamientos revolucionarios que permiten muy buenos resultados.

–¿Cuál es el siguiente paso?

G.C. –La ciencia logra día a día avances impensados y el conocimiento adquiere dimensiones que alteran la forma de ver las cosas. Tan es así que el concepto de anti-envejecimiento, hasta hace muy poco considerado como algo frívolo limitado a la cosmética y a los tratamientos rejuvenecedores, hoy ha cambiado radicalmente. El término *anti-aging* (anti-envejecimiento) refiere hoy al rejuvenecimiento integral. Quiere decir que cada persona es un todo y por tanto debemos enfocarnos a lograr una salud óptima, en plenitud. De ahí que implementar una unidad de *coaching* aplicado al tema de *anti-aging* significa incorporar un valioso recurso de cara a la consolidación de objetivos relativos al

bienestar en su globalidad, trabajando con la integración del cuerpo, la mente y las emociones. Tal lo que estamos implementando ahora en el centro.

–¿De qué se trata, de un nuevo departamento?

Lic. Valentina D'Alfonso. –En efecto, es una incorporación muy interesante que enriquece nuestra propuesta. Si bien hasta ahora estuve a cargo de la dirección organizacional de la clínica y estoy muy consustanciada con su funcionamiento, creo que esta nueva área que se agrega a mis responsabilidades, abre la visión que se tiene del paciente, observado a partir de ahora en su totalidad: cuerpo–mente–emoción. En los últimos años, tuve la oportunidad de formarme con la reconocida Psicóloga y Coach Española Carmen Giménez–Cuenca, creadora de un novedoso método al que denominó *Coaching Antiaging*. Tomando como base su metodología anexamos esta unidad que tiene como finalidad la aplicación de herramientas de *coaching* a objetivos relacionados con la obtención de bienestar integral, y en consecuencia con el rejuvenecimiento. Aceptamos el proceso de envejecer, pero entendemos que sus señales acumulativas pueden atenuarse o revertirse cada vez más, dependiendo de la etapa del ciclo evolutivo en la que comencemos a actuar, y de las acciones que decidamos implementar. Hay una diferencia entre la edad cronológica, que es la que corresponde con la fecha de nacimiento

En Centro Médico Dra. Gladys Calabrese se especializan en dar respuestas eficientes a las diferentes alteraciones y patologías de la piel, aportando consejos, cuidados y terapias de vanguardia, necesarios para el mantenimiento, la prevención y el rejuvenecimiento global.

de una persona, y la biológica que es la que refleja la edad real que acusan su piel y el resto de los órganos, incluyendo las funciones que realizan. Esa edad biológica se evidencia en el aspecto exterior de cada individuo y justamente



la piel, por estar tan expuesta, juega un papel decisivo. El paradigma está cambiando, la expectativa de vida se ha alargado y la mayoría de la gente quiere verse atractiva, pero sobre todo sentirse bien y estar saludable. También el concepto de belleza ha ido variando y ya no se buscan esos rostros súper estirados. La opción entonces es valerse de todos estos recursos no invasivos, ambulatorios, sin tiempos de recuperación, que contribuirán a lograr una piel fresca, suave y uniforme.

—¿Cómo funciona?

V.D. —El *coaching* consiste en un proceso de crecimiento personal que acompaña y facilita a la persona el logro de un objetivo concreto. Tiene como propósito elevar su nivel de consciencia y generarle responsabilidad para pasar a la acción. Se entiende que todo lo que le afecta tiene un impacto sobre su salud y su longevidad. Las sesiones de *coaching antiaging* proporcionan el espacio apropiado y seguro para conocer y explorar las opciones disponibles. ¿De qué manera? Ayudando a la persona a clarificar sus ideas, tomar decisiones y así diseñar un plan de acción realista, que encaje con

“Mostramos a nuestros pacientes la importancia de conjugar terapéuticas con tratamientos sistémicos, alimentación saludable, ejercicio físico, equilibrio emocional y cambio de hábitos nocivos. Así se optimizarán los resultados”.
Valentina D’Alfonso.

su estilo de vida. Las sesiones facilitan el enfoque, la estructura y la motivación para llegar a buen término. Hasta no hace mucho, se consideraba a los factores hereditarios como los grandes

determinantes en el proceso de envejecimiento. Sin embargo, hoy se sabe que su influencia no sobrepasa un treinta por ciento. El código genético engloba tendencias o predisposiciones. Luego, cada uno con su estilo de vida, con sus acciones y con la forma en que gestiona su sistema cognitivo-emocional colabora a que esta herencia se manifieste o no. La actitud y el compromiso que asuma cada uno es lo que en definitiva le hará envejecer y/o enfermar en mayor o menor grado.

—¿Qué hay que hacer para lograr una salud óptima?

V.D. —Para conseguir objetivos de salud óptima tenemos que hacer las actividades de nuestra vida cotidiana de manera óptima, lo cual no implica dificultad sino consciencia y naturalidad. Y además, incorporar otras que tal vez no estaban presentes en nuestro día a día. El *coaching* aplicado al *antiaging* supone una herramienta de comunicación muy poderosa, capaz de sacar el mayor potencial de las personas, de ahí que resulte tan útil al momento de dinamizar procesos de aprendizaje tales como cambios y consolidación en el tiempo de nuevos hábitos y comportamientos saludables. □