

Nº 403 abril 2026
5,95€ Canarias 6,10€
woman.es

EN PORTADA
**PHILIPPINE
LEROY-BEAULIEU**

TRATAMIENTOS
PARA UNA
**MELENA
SANA Y
BONITA**

**ESPECIAL
JOYAS Y
ACCESORIOS**

tendencias
DECO



ESTRATEGIA *anti* MENTÓN

La línea mandibular ha pasado de ser una zona olvidada a convertirse en la última obsesión estética. Su pérdida (y la temida papada) puede deberse a diferentes factores que exigen buen diagnóstico y tratamiento específico.

POR MARTA BONILLA FOTO SARAH KEHOE / TRUNK ARCHIVE

Estirar la piel con los dedos bajo los lóbulos de las orejas es el gesto más común cuando nos miramos al espejo según vamos cumpliendo años. Evidencia de que la pérdida de definición del óvalo es uno de los rasgos que más nos preocupan y envejecen. La mandíbula actúa como un marco y cuando se desdibuja, el rostro pierde armonía: «Una mandíbula definida transmite juventud y equilibrio», dice el doctor Carlos Morales Raya, que reconoce que devolverle su estructura se ha convertido en uno de los tratamientos más demandados en clínicas y centros de estética.

A partir de los 25 años, la producción natural de colágeno se ralentiza y se produce un aumento progresivo de enzimas que lo degradan, «provocado por el estrés oxidativo, la falta de sueño, la inflamación, los rayos UVA y muchos factores derivados del estilo de vida», añade Morales Raya. Y el colágeno, que está presente en casi todos los órganos y tejidos de nuestro cuerpo, actúa como un andamio en la piel, «a menudo lo comparamos con las vigas de un edificio, que proporcionan resistencia. Es esencial para conservar la firmeza y la elasticidad», explica Annie Black, directora científica de Lancôme. «El envejecimiento y las alteraciones anatómicas no se manifiestan igual en todas las personas. En general, a partir de los

35-40 años, se nota el descolgamiento del tercio inferior facial, provocado por la pérdida de colágeno», explica la doctora Beatriz Beltrán.

Pero este proceso fisiológico natural no es lo único que provoca el doble mentón que, cada vez con más frecuencia, aparece de forma prematura. Porque a este se suma el *efecto tech neck*: ligera papada provocada por el uso de móviles y pantallas. En casa, en la calle... vemos gente con la cabeza inclinada hacia sus teléfonos, con el mentón caído. Para corregirlo, hay que empezar por la postura: «Intentar mantenerse erguidas, con los hombros hacia atrás y los omóplatos bajos», dice la facialista Aurelie del Sol, que aconseja una técnica que consiste en colocar la lengua detrás de los dientes, pegándola al paladar lo máximo posible y mantenerla en esa posición todo el tiempo posible, para compactar el mentón.

Hay otras dos causas que suelen provocar el temido doble mentón: acumulación de grasa localizada y retención de líquidos. Y todo sin perder de vista la estructura ósea de cada una: «Es un pilar fundamental, ya que la cara se sostiene sobre el hueso y las alteraciones estructurales condicionan tanto el envejecimiento como la estrategia terapéutica. En pacientes retromentonianos, el envejecimiento suele ser más marcado, con una pérdida precoz de la definición del óvalo al desaparecer el ángulo entre la cara y el cuello. En estos casos, la proyección del mentón con ácido hialurónico es una excelente opción no quirúrgica para mejorar el equilibrio facial. Es una corrección visual. O el uso de neuromoduladores permite afinar el tercio inferior facial y redefinir el óvalo en caso de hipertrofia de los maseteros. La clave del éxito está en identificar el problema predominante (estructura, músculo, grasa o flacidez) y diseñar un tratamiento personalizado», afirma Beltrán.



ÓVALO PERFECTO

De la flacidez provocada por el paso del tiempo a la papada causada por acumulación de grasa o líquidos hay diferentes causas que provocan la pérdida de línea mandibular. Un buen diagnóstico es clave para recuperarla con éxito.

ATACAR LA GRASA

Es una de las causas más habituales de aparición de la papada: «Cuando se hace un diagnóstico, es fundamental valorar la presencia de grasa localizada», explica la doctora Beltrán. En estos casos, la **infiltraciones de sustancias lipolíticas** (como el potente cóctel de Belkya, nombre comercial de una sustancia que contiene ácido desoxicólico), **combinadas con inductores de colágeno** o técnicas de tensado, son el protocolo recomendado con más frecuencia por dermatólogos y médico estéticos. La técnica es sencilla: «Se inyecta el producto por la zona a tratar con microinyecciones; se produce una ruptura de las células grasas, que se eliminan después a través de la orina. Los primeros dos o tres días, la papada parece hincharse. Los resultados definitivos se aprecian a partir de las dos semanas», explica la doctora Mar Mira, que apuesta por infiltrar a continuación ácido hialurónico o inductores de colágeno para redefinir la zona. Otra técnica muy utilizada es la **criolipólisis**, «que elimina la grasa con frío controlado», apunta la doctora Beltrán. En pacientes que desean tratamientos menos invasivos, la **aparatoología Adipologie Patus** «lleva años demostrando su eficacia en corporal y en facial nos está funcionando muy bien para reducir la papada provocada por grasa», asegura la esteticista Carmen Navarro. Actúa mediante ultrasonidos focalizados, que alcanzan las capas profundas del tejido conectivo, para desinflamar el tejido graso, reorganizar el colágeno, mejorar la densidad cutánea y la firmeza de la piel. «Compacta los tejidos, y redibuja el óvalo facial», dice Carmen. Se recomiendan 4 sesiones.

Trabajar la MUSCULATURA

Como el cuerpo, el rostro también se *trabaja*. A través de masajes manuales, como el kobido, que alterna movimientos suaves y enérgicos en 16 músculos de rostro y cuello con un resultado lifting inmediato, ideal como efecto flash pero que con constancia se prolonga en el tiempo con un resultado natural. Esta técnica de origen nipón se realiza sola o combinada con tecnología, como el nuevo protocolo Face Tone TBC creado por The Beauty Concept (thebeautyconcept.com) para potenciar la firmeza del rostro. Llegado desde Los Ángeles (cuentan que Margot Robbie y Gwyneth Paltrow, entre otras, son habituales), Face Tone es un equipo de neuroestimulación facial a través de microcorrientes que a través de impulsos suaves reeduca la musculatura facial, estimula la producción de colágeno y elastina, favorece el drenaje y la oxigenación, factores clave para redefinir el óvalo mandibular. Se completa con un masaje kobido y un velo de colágeno. Precio: 390 €/90 min.

Los láseres, que basan su acción en la energía lumínica que genera calor, provocan un efecto tensor, mayor o menor, según su intensidad y agresividad.

ULTRASONIDOS, A EXAMEN

De todas las opciones de aparatología que provocan la retracción y compactación de los tejidos, Ultherapy Prime es el que más éxito cosecha. Con más de 10 años de experiencia y una tecnología mejorada hace poco más de un año, se basa en la acción de los ultrasonidos focalizados en las capas profundas de la piel, que se visualizan a través de una ecografía en tiempo real que garantiza la seguridad: «Nos permite alcanzar altas temperaturas que contraen las fibras de colágeno y elastina existentes, al tiempo que estimulan la producción de nuevas fibras, lo que proporciona un efecto lifting. En los primeros días se produce un efecto flash y a partir de los 3 meses se ven los mejores resultados», nos explica Leticia Carrera, del centro Felicidad Carrera (felicidadcarrera.com), la profesional que más tratamientos Ultherapy realiza en Europa. «Es importante cómo se desarrolla el tratamiento, se usa el cabezal, los vectores... para sacarle el mejor partido. Como casi todos los aparatos, es manodependiente», reconoce la experta. Resultado: natural, progresivo y discreto. A favor: una única sesión al año. En contra: tiene fama de doloroso aunque soportable con anestesia tópica. Precio: 2.000 € aprox.

ALIADOS COSMÉTICOS



Estimular el colágeno

Rénergie Collagen Lift X-tend Lancôme (110 €), combina diferentes formas de colágeno para promover su producción.



Trío de activos

Crema Hyaluron Activ Procedure Avène (52,20 €), con retinal, hialurónico y niacinamida, rellena y actúa sobre el volumen de la piel.



Textura en aceite

Mascarilla Absoluta Premium Lierac (55,90€), en gel aceite y con una fórmula que activa la vitalidad celular.



Con vitaminas

Ampolla Skin Complex Advanced MartiDerm (75 €/30 u), con vitaminas y proteum 89, revitaliza, rejuvenece la piel y trata la firmeza.



Máscara de microfibra

Collagen Boost Sheet Mask Pixi (11,50 €/3 u), de microfibra con péptidos y colágeno vegetal, rellena y refuerza la elasticidad.

¿Lifting o MINILIFTING?

«Sin duda alguna, el lifting facial y de cuello es uno de los procedimientos cuya demanda más está aumentando, sobre todo por la efectividad, naturalidad y durabilidad de los resultados cuando se ejecuta por manos expertas», nos dice el doctor Gómez Bravo (clinicagomezbravo.com), miembro de Institución Gournay, que agrupa clínicas y médicos de referencia en nuestro país. Un incremen-

to que la Asociación Española de Cirugía Plástica cifra en torno al 19,6% en los últimos 4 años, provocado también por el auge de los minilifts. En ambos casos se trata de una cirugía y tiene que haber un levantamiento de musculatura y ligamentos, ya que no se trata solo de un estiramiento de la piel, sino del plano profundo. Pero desde luego, es una cuestión de expectativas, con el mini vas a notar el óvalo, la zona de la papada y la parte superior del cuello más recogida, pero no con los resultados de un lifting tradicional, que actúa sobre todo el rostro.

En casos de flacidez pronunciada, volumen y pérdida de la línea mandibular, el doctor Gómez Bravo aconseja el lifting cervical: «Uno con anclaje directo, cicatrices imperceptibles, resultados naturales y recuperaciones cada vez más rápidas, entre 3 y 4 semanas». ¿A qué edad lo aconseja? «Depende de la paciente, pero si antes la tendencia era realizar otros procedimientos para retrasar el momento de operarse, ahora se lleva a cabo el procedimiento indicado independientemente de la edad».

CALOR AMIGO

La radiofrecuencia no es algo nuevo, pero su evolución constante y que sea una tecnología para provocar el tensado de la piel la ha convertido en un tratamiento habitual para la elevación de pómulos, reducción de arrugas y recuperación del óvalo facial perdido por la flacidez. Su tecnología parte de **calentar las capas profundas** de la dermis a través de una corriente eléctrica que estimula el colágeno y la elastina y reafirma progresivamente la piel. Mono, bi o tripolar, fraccionada... Hay equipos que la combinan con otras tecnologías, fundamentalmente ultrasonidos focalizados de alta intensidad.

Thermage FLX es la versión más avanzada de este famoso equipo y requiere una única sesión al año. «Actúa en la dermis profunda y el calor provoca una contracción de los septos fibrosos que producen un estiramiento, lo que repercute en una mayor definición del contorno facial y con el tiempo genera colágeno de calidad», explica Miriam Yébenes, del centro Maribel Yébenes (maribelyebenes.com), quien asegura que es un tratamiento manodependiente: «Los resultados varían según cómo se realice».

Otra potente radiofrecuencia, en este caso fraccionada y con microagujas, es **Morpheus 8**. «Estimula la producción de colágeno, mejora la textura de la piel y trabaja incluso la grasa», comenta la doctora Flavia Bonina, que establece un protocolo previo al tratamiento con crema anestésica y relajación, para reducir el dolor. Aun así, su principal contra es que resulta un tratamiento doloroso. Según los casos, se aconsejan en torno a 3 sesiones.

«Antes, la tendencia era retrasar el lifting con otros métodos. Ahora se lleva a cabo independientemente de la edad».

Doctor Gómez Bravo (Gournay)



Acción intensiva

Fibro6 Booster Reviderm (199 €), estimula el metabolismo celular y los fibroblastos para crear colágeno y elastina.



Prevención

Hyaluron Filler Firming Serum Eucerin (40 €), con ácido hialurónico concentrado, previene la aparición de arrugas y pérdida de firmeza.



Con exosomas

Tec-Exosome Cream PD RN+HA Germaine de Capuccini (95 €), con mensajeros inteligentes que activan la renovación y el colágeno.



Efecto global

Micro Serum Anti-Age Global Yves Rocher (69,90 €) con 40.000 micropartículas y acción sobre 10 signos de envejecimiento.



Mayor densidad

Serum Lifting XL Virtudes Estética (49,90 €), con argininerine, que proporciona un efecto tensor inmediato y fórmula lifting.