

## Entrevista a Dra. Pilar Esteras

*Médico de familia en el ICS (Institut Català de la Salut) especialista en Medicina estética y antiaging*

**La Dra. Pilar Esteras ejerce como Médico de familia en el ICS (Institut Català de la Salut) y como especialista en Medicina estética y antiaging.**

**Su experiencia profesional en estos campos le permite reflexionar sobre este presente que no nos da tregua, sobre los nuevos estilos asistenciales dentro de la medicina entendida como una columna del modelo biopsicosocial.**

**La pericia acumulada por los profesionales asistenciales en primera línea, como es el caso de la Dra. Esteras, resulta una fuente inagotable de información y permite a los responsables políticos y de las gerencias, reorganizar la prestación de los servicios.**

**La Dra. Esteras emana tranquilidad y seguridad profesional, transmite seguridad y cercanía, es fácil verla paseando con una deliciosa cuatro patas, una setter de nombre Linda.**

**Gracias por aceptar la entrevista. ¿Cómo en los últimos años ha cambiado el ejercicio de la medicina para alguien que como usted está en primera línea?**

La sociedad en que vivimos en la actualidad, recibe y absorbe una gran cantidad de información. Este fenómeno social influye en el comportamiento y en la forma de actuar modificando las tendencias y las expectativas de la población.

En el ámbito de la medicina, los profesionales gracias a los sistemas de información, acceden con más facilidad a los avances en terapéutica médica, protocolos de actuación, guías de práctica clínica y evidencia científica. El paciente que nos consulta, es un paciente más informado por los medios de comunicación, prensa, televisión, internet y son actores activos de su salud.

Esta realidad nos debe hacer reflexionar que la tecnología no puede suplir un pilar esencial que está basado en la relación y en el vínculo que el médico establece con el paciente, generando lazos de confianza y empatía, que facilitan la mejoría y evolución de la enfermedad.

**Parece que hay una conciencia de la necesidad de cuidarse (hacer deporte, comer bien –señalo que comer bien no significa comer caro-, descansar cada día en-**



© P.E.

**tre 6 o 7 horas, etcétera...) pero ¿nos cuidamos realmente más? O todo forma parte de esta retórica que alumbra lo que se debe hacer pero que muere justo en la falta de acción.**

Estamos ante un fenómeno social que ha generado con gran intensidad la necesidad del cuidado a través de la alimentación, de la práctica de deporte y de las disciplinas como yoga o meditación. En definitiva adoptar estilos de vida saludables. Pero no hemos de olvidar otra escena que está viviendo esta sociedad y que consiste en un ritmo de vida acelerado, afectado por largas jornadas laborales, crisis económicas, cuya característica principal es la falta de tiempo, generando estados de stress crónico y ansiedad. Realidades que vemos diariamente en nuestras consultas. Y esta conciencia generadora de auto cuidados, la sociedad la ha asumido como necesidad y la ha incorporado paulatinamente en sus vidas con el fin de paliar este mal.

**¿Qué piensa cuando escucha a los políticos, los recién llegados y los que ya llevan zapatos gastados en ese mundo, que hay que crear nuevos recursos mientras el día a día nos devuelve, en muchos casos, no podemos generalizar, una muy mala utilización de los recursos disponibles?**

Debemos formar e informar a la población del buen uso de la sanidad, del acceso racional de los servicios sanitarios ya que son recursos limitados y en especial, en situaciones de crisis económicas en donde las autoridades sanitarias desarrollan planes de actuación para la gestión de dichos recursos con el objetivo de optimizarlos sin merma de calidad asistencial.

Disponemos de un buen sistema sanitario, con una amplia cobertura asistencial y buenos profesionales.



La formación en el ámbito de la salud y temas relacionados con ella, debería iniciarse en el periodo escolar.

**¿Por qué cuando parece que más nos cuidamos, las estadísticas sobre actividad sanitaria en atención primaria y especializada no hacen más que aumentar?**

Hay diferentes factores que influyen en este hecho. El primero y principal es el incremento de la población envejecida, más frágil ante la enfermedad y más vulnerable ante consecuencias sociales que la senectud conlleva intrínsecamente; población que requiere de mayor asistencia sanitaria, tanto por parte de atención primaria como de los especialistas y atención social.

El resto de la población en general, acuden a su médico como persona de confianza que le orientará tanto para curar una dolencia, como para prevenir una enfermedad o aconsejarle en la forma actuar en temas de salud en general.

**¿Por qué cree que la prevención tiene tan poco éxito entre los servicios sanitarios?**

Tenemos la idea que la prevención tiene poco éxito porque tal vez sea menos conocida y que la población acude estrictamente a las consultas por patologías agudas, que en sí mismo es verdad, pero los organismos competentes en materia de sanidad, elaboran planes de salud en materia de prevención y confeccionan campañas sanitarias en este sentido, que serán puestas en marcha por los centros sanitarios y unidades especializadas.

**8 ¿Cómo cree que se puede reducir el incumplimiento terapéutico?**

La población afectada por patologías crónicas son las más sensibles al incumplimiento terapéutico y como consecuencia precisan de mayor número de visitas médicas y de ingresos hospitalarios.

La formación del paciente y el apoyo de las instituciones sanitarias son los mecanismos que pueden ayudar a solucionar este problema.

La formación del paciente es de gran importancia y ha de pasar por los profesionales sanitarios para incrementar el conocimiento por parte del enfermo de su patología, del tratamiento que ha de seguir, de los beneficios potenciales ante la terapia prescrita y las repercusiones negativas que esto puede conllevar ante la falta de adherencia.

**9 Otro problema, la automedicación, con las consecuencias que ello supone, ¿falta información institucional para evitarla?**

El médico es la figura principal en la prescripción farmacéutica, tras efectuar el diagnóstico de la enfermedad y valorar el tratamiento, optando por el más adecuado dentro de las diferentes posibilidades terapéuticas de las que dispone.

Nuevamente la formación nos brinda la posibilidad de evitarla.

**Me gustaría que, nos explicara la diferencia entre la cirugía plástica y la medicina estética.**

“Ambas constan de procedimientos médicos que mediante la aplicación de diferentes técnicas promocionan y mantienen la belleza y la estética.

La cirugía plástica tiene dos vertientes, una cirugía plástica no estética cuya finalidad es la reparación y corrección de

las deformidades que pueden estar originadas por la acción de accidentes, enfermedades o derivados de quemaduras de alto grado y una cirugía plástica estética, que aplica un arsenal técnico para combatir la fealdad y los signos externos de la vejez o que la propia fisiología normal ha deformado por la edad o los cánones de belleza estéticos de la época. Ambas requieren que el paciente reciba anestesia e ingreso hospitalario.

La cirugía plástica reparadora, históricamente es más antigua y existen datos de su existencia, en las pinturas de las cavernas de Francia y España, en la época de Mesopotamia, así como en papiros egipcios o en las obras de Hipócrates, Galeno, Celso y Avicena hasta nuestros días. Detallan técnicas quirúrgicas de esta disciplina médica.

La medicina estética nunca utiliza técnicas de cirugía ni requieren anestesia general como ocurre en la cirugía plástica. Sus fines son la restauración, mantenimiento y promoción de la estética y la belleza. Se utilizan prácticas médicas de pequeño intervencionismo, en donde se aplica anestesia tópica o local y en régimen ambulatorio.

La medicina estética y la cirugía plástica, tienen como objetivo común mejorar el aspecto físico y la belleza natural de la persona. Ambos gracias a los avances científicos utilizan métodos más seguros y más experimentados. En medicina estética utilizamos técnicas no invasivas, con productos tecnológicamente bien desarrollados y que ayudan a la base fisiológica del organismo a retardar los efectos del envejecimiento respetando sus estructuras.

**¿Qué tipo de pacientes acude a su consulta? ¿De qué edad? ¿Por qué motivos? ¿Qué buscan?**

El perfil de paciente que consulta en medicina estética ha cambiado. En mi práctica médica solicitan tratamiento mujeres jóvenes que desean prevenir las primeras arrugas, adolescentes con signos incipientes de celulitis y que mediante mesoterapia homeopática reducen el avance de este proceso y mujer adulta que no desea transformar su fisonomía pero si mostrar un aspecto físico saludable, relajado, combatiendo la flacidez y el deterioro propio del paso del tiempo. El hombre ha entrado en el mundo de cuidado de su aspecto físico con normalidad y agrado.

Mi filosofía dentro de la medicina estética radica en el cuidado y mantenimiento integral de la persona, respetando su edad biológica. Coherencia y cautela son premisas importantes a tener en cuenta en el momento de realizar terapias antiaging. Informar y aconsejar exhaustivamente sobre la terapia apropiada son claves para lograr la satisfacción del paciente y del profesional.

**¿Cómo explicaría esta obsesión cada vez más patente por simular una juventud que el cuerpo interno desmiente?**

La búsqueda de la belleza y la estética ha sido un constante en la sociedad desde hace siglos, ya que el concepto de belleza se define como aquella característica que a través de una experiencia sensorial, proporciona una sensación de placer, bienestar o un sentimiento de satisfacción.

Esta búsqueda de belleza del individuo ha derivado hoy en día a tratamientos médicos para resolver problemas estéticos, mantener la juventud y nuestro aspecto físico.

Belleza se equipara a juventud, a bienestar físico y psíquico y la facilidad de acceso a profesionales que pueden ayudar a conseguir estos anhelos, junto con los avances de la medicina en estos aspectos hace que la población incorpore dentro de sus prioridades el cuidado del cuerpo.

***Estamos en las fiestas de Navidad ¿Qué le pide a los Reyes Magos?***

Salud.

***Muchas gracias y le deseo un muy buen año 2016.***

Para más información:

Dra. Pilar Esteras  
Medicina estética y antiaging.

Avenida Diagonal 389 Entresuelo 1ª  
Barcelona 08008  
TF: 93 4161011

Correo-e: < [pilaresteras@hotmail.es](mailto:pilaresteras@hotmail.es) >

