

MANUEL HERNÁNDEZ

La piel flácida, la cara "chupada", las ojeras y los surcos más marcados, las arrugas más evidentes y la piel "como envejecida".

Estas son algunas de las consecuencias que pueden experimentar quienes utilizan medicamentos para bajar de peso, como Ozempic y Saxenda.

Este fenómeno se conoce como "cara de Ozempic". Aunque no es un término médico, sino más bien un calificativo que surgió en Hollywood y redes sociales, los especialistas han notado estos rasgos en sus pacientes, especialmente en aquellos con una pérdida de peso drástica.

Tanto Ozempic como otros medicamentos que se usan para bajar de peso son esenciales para algunas personas, ya que las ayudan a recuperar un peso adecuado y así evitar distintas enfermedades y problemas musculoesqueléticos.

Sin embargo, los expertos enfatizan que en cierto casos, al perder mucho peso de forma violenta, se puede perder también demasiada grasa en el rostro.

Marcelo Lefimil, dermatólogo de Clínica Santa María, explica que es un "efecto adverso" del medicamento y que ocurre porque, "al generar una pérdida de grasa importante, que ocurre no solo en el abdomen, sino que en otras partes del cuerpo, afecta la grasa que está en la cara y que nos sirve como soporte de la piel".

Por eso, detalla, "empeoran la flacidez y las arrugas, porque el tejido de la dermis ya no tiene soporte y da este aspecto mucho más envejecido".

Coincide Javier Vega, diabetólogo de UC Christus, quien aclara que estos medicamentos "tienen un efecto en disminuir lo que es la grasa visceral", y enfatiza que las personas con mayor exceso de peso también tienen exceso de grasa en la cara: "Eso hace que por la pérdida del peso se vean más enflaquecidos y se les noten más los surcos óseos que tiene una persona".

Por su parte, Carolina Salisbury, secretaria de la Sociedad Chilena de Cirugía Plástica, explica que esto ocurre porque "la fibrina, la elastina, el colágeno de la cara, no acompañan este vacío de grasa tan rápido a nivel de todos los planos profundos de la cara y la piel". ¿La consecuencia? "Los pacientes quedan con estas caras como desinfladas y caídas", detalla.

Como ya no hay grasa, o muy poca, la piel se cae y se marcan más las arrugas

Las bajas de peso drásticas por medicamentos también tienen efectos faciales: la llamada "cara de Ozempic"

Es más frecuente en pacientes que se automedican, y si bien puede resolverse con tratamientos estéticos, los especialistas recomiendan la asesoría médica para evitar esta y otras consecuencias.



indica este medicamento, "se hace un seguimiento y una supervisión respecto a la pauta de alimentación, porque efectivamente hay pacientes que tienen mayores efectos en inhibición del apetito o en generar saciedad precoz. Y en esos casos, el equipo, principalmente la nutricionista, va supervisando esa pérdida de peso y dosificando los medicamentos, o incluso baja la dosis".

Salisbury también es enfática en la necesidad de utilizar el medicamento solo bajo supervisión médica, ya que, al ser creados originalmente para tratamientos como la resistencia de insulina y distintas alteraciones de la glicemia, "uno tiene que saber muy bien cuándo los ocupa. Y hoy por hoy, está demasiada alta su demanda; el que quiere va y lo toma, y se cree que esto no tiene efectos secundarios, pero hay un mundo detrás (de efectos) que debemos estar observando".

Otros efectos pueden ser pancreatitis, problemas a la vista, hipoglucemia, problemas en la vesícula y reacciones alérgicas graves.

Tratamiento

¿Se puede hacer algo para reposicionar la piel? Lefimil aclara que si los pacientes ya presentan cambios faciales, "usar crema hidratante ya no es suficiente para recuperar ese tejido y el volumen. Ahí, muchas veces ya hay que hacer tratamiento con sustancias de relleno para recuperar todo el tejido que se perdió".

Salisbury coincide, y plantea que hay varias alternativas para revertir la flaci-

Cuando se aplican sin supervisión médica, ciertos fármacos para bajar de peso actúan de forma muy violenta, lo que puede llevar a que la cara pierda soporte. Los tratamientos para resolver esta caída facial, que puede ocurrir en ambos sexos, incluyen rellenos, como el ácido hialurónico, bioestimuladores y *lifting* faciales.

Lefimil precisa que el efecto "es mucho más intenso mientras más severa sea esta pérdida de peso".

¿Es prevenible?

Los especialistas aclaran que esto no ocurre en todos los pacientes y asegu-

ran que la automedicación aumenta la probabilidad de quedar con "cara de Ozempic".

Lozana Salinas, diabetóloga y nutricionista de la Clínica U. de los Andes, explica que estas consecuencias responden "a las bajas de peso abruptas, no supervisadas, mayores que la recomendación

médica que efectivamente va a hacer perder grasa a nivel de todo el cuerpo. Y probablemente, en ciertas circunstancias, también puede haber otros factores, como un grado de deshidratación, que hacen que se presenten estos cambios en la cara".

La especialista agrega que, cuando se

FREERIX / CREATIVE COMMONS

Sol y deshidratación provocan la "cara de corredor"

Los corredores también pueden experimentar consecuencias en su rostro. Ya sea por la baja de peso, la falta de agua, la exposición al sol y los cambios de temperatura.

Salisbury explica que algunos corredores "también tienen caras que están como desinfladas, que perdieron volumen del tercio medio". En este caso, le llaman "cara de corredor".

Lefimil detalla que esto ocurre especialmente en aquellas personas que son maratonistas, "que corren muchos, muchos kilómetros, y tienen un porcentaje de grasa muy bajo".

Sin embargo, el especialista aclara que "muchas veces, a la pérdida de grasa, también se suman signos de daño solar, ya que las personas que corren muchas veces lo hacen expuestas al sol sin la protección adecuada". En estos casos, también puede tratarse la flacidez con procedimientos estéticos.

Sin embargo, los especialistas reiteran los beneficios del ejercicio y explican que la hidratación adecuada, utilizar protector solar y gorro son buenas opciones para proteger la cara. Además, se sugiere evitar ejercitarse al aire libre en las horas de mayor radiación solar.

dez: "Uno son los rellenos, otro son los bioestimuladores, o un *facelift* o un *lifting* facial, y volver la cara al lugar original que tenía". Eso sí, dice que, como estos medicamentos "están de moda" en pacientes de 30 a 40 años, entonces, "si bajas 10, 12 kilos, en tres meses, a esas personas tampoco les puedes ofrecer un *lifting*, porque son muy jóvenes, pero se pueden ofrecer tratamientos menos invasivos para que recuperen la firmeza de la piel".

Pese a todo eso, Vega aclara que este fenómeno "tendría una repercusión más bien estética que clínica, porque no hay ninguna repercusión médica importante o que genere algún daño a largo o mediano plazo". Al contrario, recalca que la baja de peso permite reducir el riesgo de enfermedades asociadas a la obesidad.

Sin embargo, Salinas explica que esto puede afectar la autoestima de las personas, por lo que "el tema estético se considera dentro de la calidad de vida y el impacto en la salud psicológica y social de estos pacientes".