

# ¿Lifting a los 30?

*La edad no es la indicación*

En pacientes jóvenes, el reto no es identificar qué técnica puede realizarse, sino determinar si existe una indicación quirúrgica real. Marco Romeo plantea una cuestión cada vez más relevante en consulta: cómo intervenir de forma precoz sin sobretratar un rostro que todavía conserva buena estructura y expresión.



**Dr. Marco Romeo**  
Cirujano plástico, estético  
y reconstructivo  
@drmarcoromeo

## 01 | NO TRATAR EL SIGNO: LEER EL ROSTRO

El envejecimiento facial es un proceso tridimensional y progresivo que afecta a diferentes planos:

**Piel** → calidad, elasticidad y capacidad de regeneración  
**Grasa** → atrofia, redistribución y descenso de compartimentos  
**Músculo** → cambios de tono y dinámica  
**Esqueleto** → modificaciones del soporte facial

Por ello, la presencia de una arruga o una mínima pérdida de definición no constituye por sí misma una indicación quirúrgica.

*“No existe una edad universal, existe un momento biológico distinto para cada rostro.”*

## 02 | PREVENCIÓN NO ES CIRUGÍA PRECOZ

En etapas tempranas puede ser razonable intervenir sobre la calidad cutánea, la protección solar o determinados cambios iniciales de volumen.

Pero anticipar el manejo del envejecimiento no significa anticipar necesariamente el lifting.

La indicación quirúrgica debería responder a cambios anatómicos objetivables, expectativas realistas y una relación beneficio-riesgo favorable. El criterio debe preceder a la técnica.

## 03 | EL RIESGO DEL SOBRETRATAMIENTO

Cuanto menor es el cambio anatómico, mayor importancia adquiere la proporcionalidad.

Exceso de volumen → alteración de las proporciones  
Exceso de tensión → apariencia estirada  
Exceso de tratamiento muscular → pérdida de dinámica

El resultado puede ser técnicamente correcto y, sin embargo, estéticamente discordante.

La pérdida rápida de peso añade además un escenario cada vez más frecuente: pacientes jóvenes con una reducción brusca del volumen facial y una percepción acelerada del envejecimiento.

## 04 | ¿CUÁNDO ESTÁ INDICADA LA CIRUGÍA?

La edad cronológica aporta contexto, pero no decide. La valoración debe integrar:

**Anatomía + Soporte + Calidad Tisular + Flacidez + Volumen + Dinámica + Expectativas**

La pregunta no es “¿puedo hacer un lifting a los 30?”, sino:

*“¿Qué alteración anatómica estoy tratando y qué beneficio puedo aportar sin modificar innecesariamente la identidad facial?”*



#### **EL OBJETIVO**

Para Romeo, rejuvenecer no significa devolver al paciente el rostro de hace quince años. Significa optimizar el rostro en su etapa biológica actual, preservando proporción, naturalidad y expresión.

*“No todo lo que se puede hacer conviene hacerlo.”*

En cirugía facial, saber cuándo intervenir es tan importante como saber cuándo no hacerlo.