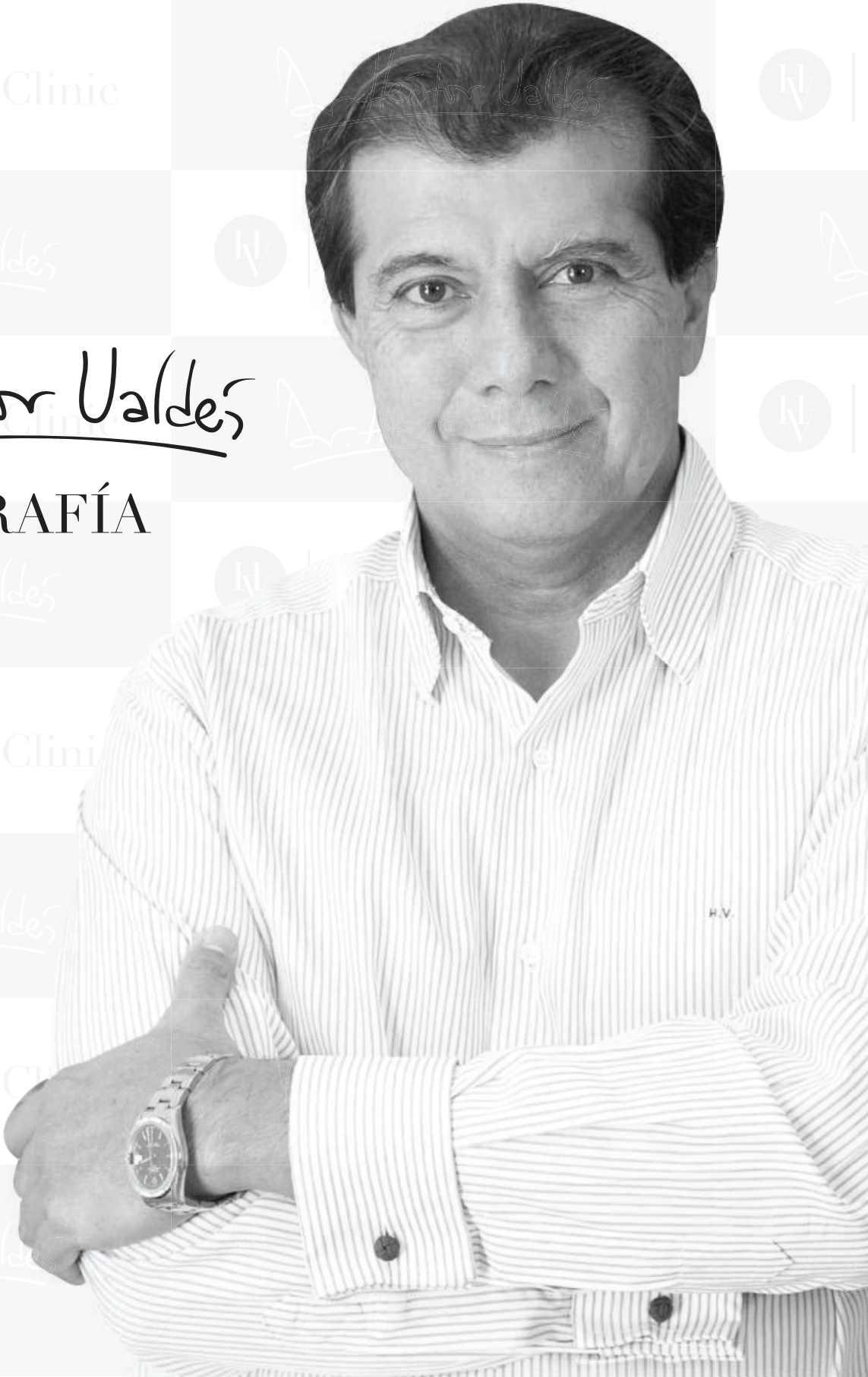




High Care Clinic



Dr. Héctor Valdés

**BIOGRAFÍA**

*Dr. Héctor Valdés*

---

*Chileno nacido el año 1959, curso su educación primaria y secundaria en el colegio San Luis de Antofagasta, por lo que se considera un ciudadano nortino de tomo y lomo.*

*Estudio medicina en la Universidad de Chile en Santiago y se especializó en la Sociedad Brasileira de Cirugía Plástica en Río de Janeiro, Brasil, entre 1983 -1986. Posteriormente realizó un post grado en la Universidad de Manhattan en Nueva York y en New York Cornell Hospital.*

*Se ha desempeñado como cirujano plástico durante más de 20 años y actualmente divide su tiempo entre Chile y España, donde ha abierto su propia clínica. En ambos países ejerce como cirujano plástico, realizando todo tipo de cirugías estéticas faciales y corporales y también procedimientos menos invasivos relacionados con la belleza.*

*A la fecha ha atendido a más de 16 mil pacientes de 40 nacionalidades de todos los continentes. A su clínica en España llegan pacientes de todas partes del mundo, de Inglaterra, Suiza, Alemania, Bélgica, Austria, Rusia e inclusive India, entre otros.*

*Está casado con una profesional dedicada a la salud con la que han conformado una hermosa familia con 5 hijos.*

**A continuación una entrevista en donde podrán conocer al Dr. Héctor Valdés en Mayor Profundidad.**



High Care Clinic



High Care Clinic



HighCareHV



High Care Clinic



*Dr. Héctor Valdés*

---

**Ya son 30 años de profesión y experiencia en la medicina estética. ¿Qué hechos le gustaría destacar sobre su carrera?**

*Los profesionales en Chile afortunadamente tenemos muy buenos hábitos de estudios, tanto que destacamos en el exterior. A mí me ha sucedido. Me recibí como el primero de mi promoción y esto ha marcado mi carrera.*

*Recién salido de la universidad comencé a trabajar en Antofagasta que es mi ciudad natal. Trabaje dos años en esta linda ciudad nortina, donde la gente me conoce desde mi época de escolar. Luego de esto, decidí apostar y arriesgarlo todo para partir de cero en Santiago, una ciudad grande, donde nadie me ubicaba. Después de tres años, logre consolidarme como un cirujano de prestigio y ser reconocido. A los seis años, estaba a punto de inaugurar mi clínica en Farellones, la cual hasta el día de hoy, es un símbolo de mi especialidad en Chile y Latinoamérica.*

*Otro hito importante de mi carrera ha sido aglutinar a muchos médicos y relacionarlos con la estética y formar la Sociedad Chilena de Medicina Estética. El gran salto de mi carrera fue haberme ido a España para empezar por tercera de cero y siendo un absoluto desconocido.*

*Sin duda, son grandes desafíos que me he planteado en mi vida, pero cuando miro hacia atrás, es muy gratificante y me llenan de orgullo.*



High Care Clinic



High Care Clinic



HighCareHV



High Care Clinic



Dr. Héctor Valdés

---

## **¿Cómo compatibiliza su tiempo entre familia y profesión estando radicado entre Chile y España?**

Compatibilizar el tiempo para mí significa tener muy clara una agenda a largo plazo. Yo me planifico con un año de anticipación. De esta forma puedo ajustar mis tiempos para complementar mis actividades con las de mi familia, como son las vacaciones de mis hijos, el fin del año escolar de ellos, los festivos en España y Chile.

Mi vida se divide entre mi consulta y días de cirugía que tengo en Europa y Santiago, entre los congresos a los que asisto en diversas partes del mundo y mi familia. Es un pequeño puzzle, que bien planificado, se consigue llevar perfectamente. Iberia también es parte de mi vida, es como una habitación más dentro de mis dos hogares (España y Chile). Es un vuelo maravilloso, porque sale a media noche, lo que me permite dormir muy bien, para llegar al día siguiente por la mañana a mi destino. Para que te hagas una idea, hago más vuelo Santiago-Madrid que muchas tripulaciones al año.

Otro ítem que tengo incorporado es la costumbre de duplicar mi armario. Cada vez que compro un par de zapatos, una chaqueta, camisa o pantalón, compro doble para tener uno en mi closet de Chile y otro en el de España. Abrirlo acá o allá es igual, porque tengo las mismas cosas, esto es muy cómodo ya que me permite subirme al avión sin maleta lo que me da la sensación que no estoy viajando. Simplemente es dormir en un sitio y despertarme en otro. Mis casas siempre están abiertas, si bien son dos mundos distintos, me siento a gusto en ambas. Cuando estoy en Europa disfruto mucho de su historia y gastronomía y cuando estoy en Chile disfruto mucho del modernismo. Santiago es una ciudad que está en constante cambio, con nuevas construcciones, nuevos edificios y con una riqueza y crecimiento distinto. La vida entre estos dos continentes es muy entretenida.

Dr. Héctor Valdés

---

**De los requisitos que tiene un paciente en cirugía estética en Europa versus uno en Chile, ¿qué similitudes y diferencias puede destacar? ¿Influye en esto el estilo de vida que llevan según el lugar donde viven?**

Una de las grandes diferencias es la edad. En Europa es muy común ver gente sobre los 65 años realizándose una cirugía plástica. Acá en Chile esto recién está comenzando y tiene que ver con el aumento de las expectativas de vida.

Otra gran diferencia son los volúmenes. En Chile aún existe la cultura de lo exagerado en todo orden de cosas. Basta con ver las porciones de comida que sirven en algunos restaurantes, lo mismo sucede en cirugía estética. Desafortunadamente existe la cultura del exceso, de la abundancia y que en algunos casos puede llegar a lo grotesco. En Europa esto es diametralmente distinto. En la cocina francesa por dar un ejemplo, las raciones son mínimas, pero de gran calidad. A esto es a lo que debemos apuntar. Afortunadamente creo que las chilenas y chilenos van en esta línea, durante los últimos cinco años, se han vuelto más sofisticados y elegantes. Los pacientes que llegan a mi consulta piden cada vez que la cirugía sea menos evidente y los más natural posible.

Respecto del estilo de vida, por supuesto que influye mucho. En general la mujer que trabaja necesita recuperaciones más rápidas, entonces está comenzando a realizarse cirugías estéticas a menor edad. Antes esperaban hasta cumplir los 50, lo que significaba cirugías de mayor envergadura, como una gran papada, exceso de piel en los párpados y mayor flacidez. Hoy no se quiere llegar a esta situación.

Ahora lo que se busca son cambios que se noten lo menos posible, y por esto se realizan cuando recién comienzan aparecer los primeros síntomas de cansancio del rostro.. Esto significa cirugías parciales y más chicas, pero que se repiten cada seis años.

Dr. Héctor Valdés

---

Por otro lado, la reintegración al trabajo es mucho más rápida al igual que el impacto del cambio, pasa más desapercibida, la gente se ve muy bien y sin grandes intervenciones.

En general, la tendencia es a corregir más precozmente el envejecimiento, antes de que se haga demasiado evidente.

### **Sabemos que usted tiene una marcada inclinación por el arte, ¿cómo extrapola esta belleza al cuerpo humano?**

El arte es una expresión de la estética y la búsqueda de la belleza y está en todas las cosas que nos rodea. Está presente en un atardecer, en la naturaleza, en la decoración, en los colores, en cada objeto doméstico que usamos, en fin.

Pero el concepto de belleza ha ido evolucionando con el tiempo, el hombre se ha vuelto más refinado. El hombre primitivo comía con las manos, pero luego fue desarrollando utensilios cada vez más sofisticados. Hoy, una mesa bien puesta, es algo que provoca un placer a la vista y a todos los sentidos. Lo mismo sucede con los objetos que nos rodean. No es lo mismo un vaso de plástico que una hermosa copa de cristal.

En la antigüedad los hombres se pintaban la cara con tierra de colores utilizando extractos y aceites de las plantas, incluso en algunos pueblos se utilizaba tierra con pequeñas partículas de oro para dar cierto brillo a la cara.

Entonces el realzar la belleza es una práctica casi tan antigua como el mismo hombre.

En la época de los sumerios, los egipcios y la antigüedad el tema de estética fue muy importante. Fueron pueblos donde hubo un enorme desarrollo de ella. Después del inicio del cristianismo, se produjo un estancamiento y estuvo bastante apagada. Pero con el renacimiento,

Dr. Héctor Valdés

---

florece nuevamente el culto a la estética y belleza, el realce de los colores, las formas, la pintura, la arquitectura y decoración. Hoy en día, tenemos muchísimos más elementos y herramientas para realzar la belleza y uno de ellos es la medicina estética. Esto ha permitido que el hombre y la mujer disfruten de una apariencia estupenda a los 60, a los 70 e incluso los 80. Hace cien años, tener 70, era sinónimo de ser anciano, de estar retirados de la vida social, de la vida al aire libre. De cierta manera se daba la vida por realizada.

Actualmente una persona de 60, está en la plenitud de su vida y a los 70 también. En esto contribuye todo el avance que ha tenido la medicina y también la rama de la cirugía plástica.

Hoy el foco está en la medicina preventiva. Incluso a los 80 vemos personas realizando las mismas actividades que hacían a los 40, este es el gran triunfo de la medicina.

El envejecimiento es el deterioro de los tejidos y la verdad es que todo lo que pueda hacerse para mejorar esta situación con armonía, discreción y elegancia es tremendamente enriquecedor para el bienestar de la sociedad y las personas. Los recién nacidos ya apuntan a una expectativa de vida por sobre los 100 años.

Biológicamente el organismo está preparado para superar esta cifra y obviamente el plan es disfrutarlo en todas las edades de la manera más completa posible.



High Care Clinic



High Care Clinic



HighCareHV



High Care Clinic



Dr. Héctor Valdés

---

**El ser humano se enfrenta a lograr un equilibrio entre la belleza interna y externa. ¿Cuál es la manera más sana en la que las personas pueden acercarse a este objetivo?**

Lo importante en cirugía estética es lograr un cuerpo y un rostro especial y particular, con que la persona se sienta a gusto. Un rostro y un cuerpo único. Simplemente se busca corregir pequeñas imperfecciones para resaltar grandes cosas.

A veces solo se necesitan algunos retoques, como corregir un pequeño exceso de piel en la zona de los ojos, una papada que esta fuera de sitio, un busto muy caída por el embarazo y la lactancia, una cintura que ha perdido su coquetería o unas caderas que han perdido su forma. La idea con la cirugía plástica es no buscar exageraciones, sino hacer cambios lo más sutiles posibles.

**El dicho popular dice "la belleza está en los ojos de quien mira", ¿existe un estereotipo de belleza definida?**

Pienso que todas las personas son bellas y atractivas. Solo que existen algunas que no saben cómo sacarse partido.

Hay narices que pueden ser grandes pero que dan belleza y personalidad a un rostro. Por ejemplo; no me imagino a Gerard Depardieu con una nariz chica o distinta. Lo mismo con Hugh Grant que con esos párpados caídos, tiene una belleza especial y es muy atractivo para las mujeres.

No todas las cejas tienen que ser altas y perfectas, ni todas las narices tienen que ser finas y respingadas.



Dr. Héctor Valdés

---

**Usted ha realizado numerosas intervenciones, hay alguna en especial que le falte realizar y le gustaría hacerlo en el futuro?**

Hay personas que sueñan con ser más altas. Lamentablemente aún no se reúnen todas las condiciones técnicas ni de resultados quirúrgicos como para realmente conseguir resultados definitivos y de largo plazo, sin complicaciones y sin cicatrices en la zona donde se intervenga.

En la medida que mejoren las intervenciones de los tejidos y puedan hacerse incisiones con cicatrices de forma invisibles - todo esto asociado a una cirugía traumatológica, ortopédica y elongación muscular- podría ser algo factible de realizar en el futuro. Sin embargo, lograr cambios radicales, es decir, hacer crecer a una persona de un 1.40 metro a 1.80 metro, es improbable, pero si se podría pensar en 10 o 15 centímetros que es el sueño de muchos.

**¿Qué proyectos tiene por delante tanto en España como en Chile?**

Uno de mis grandes proyectos es poder montar una estupenda escuela de cirugía estética y de la cual nos pudiéramos sentir orgullosos, así como sucede con otras especialidades, como es el caso de la pediatría en Chile que atrae a médicos de muchos sitios del mundo especialmente de Latinoamérica.

Creo que en Chile perfectamente se podrían dar las condiciones para tener una fantástica escuela de cirugía plástica. Además de dar prestigio al país, podría ser un aporte para la mano de obra de la industria relacionada con la fabricación de herramientas, de utensilios, instrumental, insumos, e industria de los cosméticos nacional.

Aparte de esto, siempre me están tentando con instalarme con más clínicas. Tengo ofertas para explorar clínicas en Medio Oriente y en Rusia. Pero la verdad, es que manos existen solo dos y familia solo una, entonces es muy difícil compatibilizar todos los sueños que uno tiene. Algunos, intentaremos de concretarlos en la medida de lo razonable,

Dr. Héctor Valdés

---

pero el principal sueño afortunadamente lo tengo cumplido. Me siento tremendamente orgulloso de representar como cirujano plástico a mi país fuera de Chile. Me siento tremendamente reconocido al ver que pacientes ingleses, suizos, belgas, rusos, alemanes vengan a mi consulta en España pudiendo preferir a otros especialistas de tremenda categoría en Europa o Estados Unidos. Este fue un sueño que tenía de universitario y que hoy se ha hecho realidad.



High Care Clinic

 High Care Clinic

 HighCareHV

 High Care Clinic

