

CAROLINA VALDÉS

De pionera en la estética a referente de la industria

Con más de veinte años de experiencia y una trayectoria que cruza clínica, docencia y escenarios internacionales, Carolina Valdés reflexiona sobre belleza, liderazgo femenino y la importancia de no perder la humildad. ¿Cómo pasó de ser una pionera en la estética a ser hoy un referente indiscutido de la industria?

Hay días que se logran vivir como un paréntesis, una verdadera pausa -en ocasiones luminosa- dentro de la rutina, *ese momento donde el tiempo parece avanzar más lento y todo se ordena* en torno a la belleza, el detalle y la experiencia. Para la doctora Carolina Valdés, la sesión de fotos para la portada de Revista Sarah dedicada a la belleza fue exactamente eso: un instante para mirarse desde otro lugar.

Pero esa imagen sofisticada, que hoy queda capturada en papel, es solo la superficie de una historia construida con años de estudio y disciplina. Cirujana dentista de la Universidad de Chile, Carolina Valdés inició su carrera profesional el 2001 y muy pronto comprendió que su vocación iba más allá: la medicina estética facial mínimamente invasiva se transformó en la gran pasión de su vida, una disciplina que ejerce desde 2009 y que la llevó incluso a presidir la Sociedad de Estética Maxilofacial.

Con especializaciones y certificaciones en más de diez países, es invitada permanente a congresos internacionales como speaker y referente en múltiples técnicas de rejuvenecimiento facial, la Dra. Valdés es hoy una autoridad en su área y así es reconocida por el público, pero también por sus colegas.

EL ARTE DE REJUVENECER SIN PERDER LA IDENTIDAD

¿Cómo te sentiste durante la sesión de fotos?

Maravilloso. Fue como vivir ese día soñado, como princesa por un día. Que te maquillen, te peinen, que te pongan joyas y vestidos mágicos. Fue una jornada larga y cansadora, pero valió totalmente la pena. Fue maravilloso.

Antes de ser la doctora que hoy conocemos, ¿quién era Carolina Valdés?

Una persona de bajo perfil, dentista, muy apasionada de mi profesión, pero siempre con una mirada estética. Creo que estaba destinada a hacer esto. Si hay algo que siempre conservé es la empatía: escuchar, entender qué quiere el otro y acompañarlo. Mis pacientes son de años, conozco sus vidas, sus familias. Muchos se transforman en amistades, yo creo que mi fortaleza es la empatía con mis pacientes.

¿Cuánto tiempo pasó entre titularte y dedicarte de lleno a la estética?

Ejercí cerca de diez años como dentista. Hice posgrados, diplomados, siempre buscando mi norte. En estética dental empecé a notar que ese era mi camino, mis colegas me pedían ayuda con colores, formas, proporciones. Después, casi por destino, acompañé a mi hermana, que es anestesiista, a un curso de estética y la profesora -que fue mi mentora- me dijo que tenía que quedarme trabajando con ella.

Desde ahí no paré más. Nunca más vi un diente.

Entonces ese curso fue el punto de inflexión, ¿de qué trataba?

De toxina botulínica y ácido hialurónico. Ahí comenzó todo y entendí que eso era exactamente lo que quería hacer.

Hoy eres un referente en una industria muy competitiva, ¿qué crees que hace la diferencia?

Creo que netamente la experiencia y la trayectoria ... El boca a boca sigue siendo clave. Lo otro es la actualización constante, viaje, pruebao tratamientos, los estudio, los integro solo si funcionan. Mis pacientes saben que siempre estoy a la vanguardia y que no ofrezco nada que no tenga respaldo.

En un mercado lleno de ofertas, ¿cómo educas a tus pacientes para que no caigan en modas dañinas?

Mi público es mayor de 40 años, personas que investigan, que buscan seguridad y certificación. Ellos no vienen por moda, vienen por resultados naturales. Cuando algo no se ve bien, simplemente digo que no. No me interesa que asocien mi nombre a algo grotesco. Además, el mercado se regula solo: lo barato sale caro y eso lo veo todos los días.

¿Cómo decides qué innovaciones incorporar?

Probándolas primero en mí. Soy mi propio conejillo de indias, siempre con responsabilidad. Si veo resultados reales, lo integro, si no, no. Es la única forma, porque en un paciente no voy a experimentar.

Y en eso de ser tu propio conejillo de indias, ¿qué procedimientos te has realizado?

De todo, amiga (ríe). Exosomas, polinucleótidos, bioestimuladores, toxina cada seis meses, Endolift. Soy muy disciplinada conmigo misma, además, me cuido en alimentación, ejercicio y suplementos.

Aprovechando que nombraste Endolift, sabemos que es una parte central de tu propuesta, ¿qué representa este tratamiento dentro de tu visión de la medicina estética?

Es un tratamiento que cae como anillo al dedo a algo que faltaba mucho, que es la tensión de la piel. Existen un montón de tratamientos para mejorar la calidad de la piel, para que esta piel esté más firme, pero no había algo con un impacto tan real, tan fuerte, tan inmediato. Llegó para suplir esa necesidad que había de lograr como un lifting inmediato sin llegar a un lifting quirúrgico.



Vestido: Rodrigo Valenzuela / Joyas: Timantti

¿Cómo ves hoy la industria de la belleza en Chile?

Más potente que nunca. Antes estábamos atrasados respecto a Europa, hoy estamos al mismo nivel, incluso nos llaman para dar cátedra. Además, Chile mantiene algo muy valioso: una estética más natural, menos artificial, pero completamente a la vanguardia.

DOCENCIA, EXCELENCIA Y VOCACIÓN POR COMPARTIR

Además de su trabajo clínico, la doctora Carolina Valdés ha hecho de la docencia una parte fundamental de su carrera. Nos detalla que dicta clases y cursos en universidades, realiza capacitaciones particulares y colabora activamente con la industria como speaker de distintos laboratorios, rol que la ha llevado a impartir formaciones especializadas en diversas técnicas de medicina estética facial.

¿Cómo logras compatibilizar todas tus versiones? Me imagino que es una agenda muy apretada.

No, es organización, nada más. Tener una buena agenda y, como yo digo, vas armando un tetrís. Creo que siendo organizado uno tiene tiempo para todo. Así logro equilibrar clínica, docencia, familia y vida personal.

En este sentido, ocurre, en ocasiones, que la maternidad y el liderazgo suelen ir acompañados de culpa. ¿Cómo lo vives?

Es difícil. Vengo de una generación llena de culpas. Soy mamá, jefa, organizadora del hogar; además soy divorciada y vivo sola con mis hijos. Aprendí a vivir con esa culpa y a poner límites claros. Los martes y jueves en la tarde son sagrados para mis hijos. Eso no se negocia.

¿Y qué edades tienen tus hijos?

Isidora tiene 15 años e Ignacio tiene 13. Yo tengo una hija mayor; que es médico, Catalina, que tiene 27 años. Pero ella ya no es un problema, ella ya es una ayuda (ríe).

Con todo lo que me cuentas, ¿cómo logras relajarte?

Buena pregunta, porque la verdad es que en toda esta locura me cuesta. Pero mira, me levanto a las 4:45 de la mañana, de 5 a 6 es mi momento: yoga, meditación, ejercicio. Nadie me habla. Ese espacio es clave, es mi momento. Después empieza la locura: levantar a los niños, hacer desayuno, llevarlos al colegio y todo.

Eres muy visible en redes sociales, ¿cómo llevas esa exposición?

La manejo de forma muy positiva y separada de mi familia. Tengo dos Instagram. En el profesional entrego información, datos, experiencias reales. Nunca he tenido comentarios negativos. Creo que transmito algo bueno y real.

¿Tus hijos dimensionan que tienen una "mamá rockstar" del mundo estético?

No me siguen en redes, pero se sienten orgullosos. Cuando me reconocen en la calle o aparezco en la tele se emocionan y eso es lo más lindo.

Si tuvieras que definir tu carrera y tu legado en una frase...

Hoy soy una Carolina Valdés completa y el legado que quiero dejar es la humildad. No creerse superior; compartir el conocimiento y trabajar con generosidad. Eso, para mí, es lo más importante.

“ACOMPañÉ A MI HERMANA, QUE ES ANESTESISTA, A UN CURSO DE ESTÉTICA Y LA PROFESORA -QUE FUE MI MENTORA- ME DIJO QUE TENÍA QUE QUEDARME TRABAJANDO CON ELLA. DESDE AHÍ NO PARÉ MÁS. NUNCA MÁS VI UN DIENTE”.