

# LA BELLEZA ¿IDEAL?

¿Es la simetría sinónimo de belleza?  
¿Existe un ideal de belleza único a través del tiempo? La respuesta a estas dos preguntas es “no”. Entonces, ¿Qué hace que un rostro o cuerpo nos resulte bello? Atención a las siguientes palabras: **asimetría, proporciones y elegancia.**

## UNA CIERTA ASIMETRÍA

Todos los rostros bellos están proporcionados según determinados parámetros, basados en los que postuló Leonardo da Vinci en 1487 sobre los estudios previos de Vitruvio, arquitecto de la antigua Roma. Pero en cuanto a la simetría, “el ser humano no está acostumbrado a ella. Un rostro simétrico es demasiado perfecto, carece de atractivo” apunta el **Dr. Jorge Planas, DIRECTOR MÉDICO DE LA CLÍNICA PLANAS**. Se han hecho diversos experimentos tomando rostros de *celebrities*, dividiendo su cara en dos hemisferios y duplicando uno de ellos para conseguir una cara completamente simétrica. “Todas están mucho más bellas con su asimetría natural”, comenta el **Dr. Planas**.

La asimetría, por tanto, debe existir, aunque a simple vista no será muy evidente. “Cuando vemos a alguien por primera vez, el impacto inicial es lo que determina si su rostro nos resulta atractivo o no. Esto dura unos segundos, pero es determinante. Y aquí, lo que juega un papel decisivo es nuestra percepción, más allá de las proporciones (excepto si la asimetría es excesiva). Después, ya haremos un análisis más profundo de las facciones y esas proporciones”.

## LOS ROSTROS ¿MÁS BELLOS?

Pedimos al **Doctor Jorge Planas** que analice los rostros de algunas de las *celebrities* consideradas popularmente las más bellas.

¿Están sus facciones proporcionadas? ¿Qué más factores influyen en su atractivo?

“**Monica Bellucci** es bella aunque no tiene unas proporciones perfectas: la nariz es quizás un poco ancha, el labio muy grande, pero su rostro es, en general armónico. Y tiene unos bonitos ojos”.

**Sharon Stone**, elegida por la revista *Empire* como una de las cien mujeres más bellas del mundo del espectáculo, “tiene unas proporciones faciales muy equilibradas, aunque sus ojos resultan más bien pequeños en el conjunto del rostro”. Otra de las premiadas históricamente por su físico ha sido y es **Nicole Kidman**, “sin embargo, su nariz es demasiado respingona, los labios muy rectos y el mentón pequeño”, explica el **Dr. Jorge Planas**.

**Emma Watson**, la joven actriz de Harry Potter, fue elegida a principios de 2012 el rostro más bello del mundo del espectáculo, “pero sus facciones ni siquiera son armónicas. Aquí juega un papel importante la belleza dinámica. Los seguidores de una de las sagas cinematográficas más famosas la han visto hasta la saciedad, se han quedado con el atractivo de sus movimientos, quizás con su simpatía. Y la ven más bella. Es como cuando alguien nos cae bien y entonces le vemos más atractivo”, prosigue. Algo parecido sucede con **Jennifer Aniston**, que fue elegida por la revista *Men's Health* el rostro más bello de todos los tiempos: “la nariz no es bonita, la piel no es fina ni sedosa... pero los espectadores la ven próxima, por los papeles que hace en sus comedias, y ahí reside su atractivo. La simpatía y una bonita sonrisa son bellas”. Algo que ha quedado también muy patente en el caso de la actriz de comedias **Meg Ryan**: “tiene un mentón muy afilado, debería ser más redondo. El labio superior es muy fino en comparación con el inferior. Pero su simpatía es su gran arma”.

El arma de **Sarah Jessica Parker** es su estilo: “porque sus rasgos no están proporcionados: su mentón es demasiado alargado. Y su nariz grande con la punta ligeramente inclinada hacia abajo. Sin embargo, sabe sacar mucho partido a su físico”. La ex *Spice Girl* **Victoria Beckham** también ocupa el *top ten* de las más estilasas, algo que

la hace más atractiva, sin embargo “*su nariz es vulgar, con unos orificios demasiado anchos*”.

## LA BÚSQUEDA DEL IDEAL DE BELLEZA EN ROSTRO Y CUERPO

El único punto en común de todos aquellos que han buscado la fórmula del ideal de belleza a lo largo de la historia ha sido la certeza de que debía existir una proporción y una armonía. Para Leonardo da Vinci, un rostro guardaba proporción si la distancia desde la barbilla al principio de la nariz era un tercio de la longitud de la cara. En cuanto al cuerpo, por ejemplo, la longitud de los brazos extendidos (envergadura) debía ser igual a la altura, “*regla que por cierto, de todas las mujeres que he podido medir a lo largo de mi carrera, sólo cumple mi mujer... aunque no la elegí por eso*” (risas), explica como anécdota el **Dr. Jorge Planas**. Leonardo también postuló que la altura del hombre debía ser ocho veces la longitud de la cabeza, mientras que para Dureró, debía ser siete. El ombligo debía dividir el cuerpo en dos partes iguales... En 1509, Fray Pacioli de Borgo acuñó el llamado “Número de Oro, Phi, Número Áureo o de la Divina Proporción”, una fórmula matemática para la belleza, una proporción entre dos rectas equivalente a 1,66: toda cara, cuerpo, objeto que la cumpliera sería, necesariamente, armónico y bello. La naturaleza repite el número Phi en estructuras vivientes, en el ADN, en conchas de moluscos... Una proporción que se sigue empleando en la actualidad en arquitectura, ingeniería industrial, en las banderas, las tarjetas de crédito...etc.

*“Al hacer un recorrido por la historia de la humanidad, ya en el Paleolítico, encontramos que el primer icono de la belleza, la Venus de Willendorf, era de proporciones generosas. Después, en el antiguo Egipto, la esbelta Nefertiti, con los ojos maquillados con Khol y el pelo teñido con henna, era el símbolo de la belleza. Con Grecia, el culto a la imagen alcanza la cúspide y se ensalzan unas facciones rectilíneas, un peinado elaborado, una figura estilizada... algo que sigue en pie con el Imperio Romano. En el Renacimiento y, sobre todo, en el Barroco, el patrón de belleza femenina vuelve a retomar las curvas y el volumen, puesto que entonces se pensaba que la delgadez era signo de enfermedad. Luego volvemos otra vez a formas más estilizadas... y así, el patrón*

*va cambiando en un sentido y en otro hasta nuestros días*”, explica el **Dr. Jorge Planas**.

## LOS CÁNONES A PARTIR DEL S.XX

A partir del siglo XX, los cánones de belleza son menos estables en el tiempo: cada pocos años aparece un nuevo modelo estético. Las mujeres modernistas añaden falsos traseros a sus enaguas para acentuar sus atributos; durante los años 20 intentan disimular las curvas para ser como las bailarinas de *charleston*: jóvenes, frescas y llenas de energía. La I Guerra Mundial vuelve a traer a una mujer curvilínea, que marca cintura y pechos. Mientras que en los 60 el pecho vuelve a desaparecer con la estética hippie. Y en los 80 reaparece de nuevo de la mano de la muñeca Barbie. Es el “Supermercado de la Belleza” acuñado por Umberto Eco: cada uno escoge lo que prefiera según la última moda. Las modas se globalizan a través de los medios de comunicación. Sólo basta que un denominado *trendsetter*, un líder que marca tendencia, tenga un determinado físico o vista de determinada manera, para crear un nuevo estilo o canon.

## LOS CÁNONES Y LA CIRUGÍA ESTÉTICA

¿Cómo se traducen estos cambios en la cirugía estética? “*Desde sus inicios en los 80 hasta ahora, ha habido muchas modas distintas. Por ejemplo en el ideal de nariz. En los años 70 las pacientes venían a la consulta y pedían narices respingonas. Se veían narices respingonas por todas partes porque alguna actriz o modelo muy famosa la tendría así. Hoy no es para nada el canon, porque una nariz respingona nos parece operada. Los pacientes suelen venir a la consulta con fotos de la nariz que quieren, pero hay que ver el rostro como un conjunto, y estudiar los ángulos faciales (naso frontal o raíz nasal, naso labial y mentolabial) para que haya una proporción. La nariz debe pasar desapercibida y dejar protagonismo a la mirada y a la sonrisa*”, explica el **Dr. Jorge Planas** haciendo referencia a su libro **CIRUGÍA ESTÉTICA SIN TRAMPA NI CARTÓN**.

A veces, una moda, incluso puede cambiar el concepto de belleza de todo un país entero: “*A finales de los 80, cuando estuve en Brasil realizando parte de mi formación, venían pacientes a*

la consulta con una 85 de pecho que pedían que se lo redujera porque se veían como auténticas “vacas”, decían. En Brasil se llevaba una mujer con trasero, pero sin pecho. 15 años después, Brasil se convirtió en el segundo país del mundo en número de prótesis mamarias implantadas. ¿Qué pasó para que cambiase el concepto de belleza de todo un país en tan poco tiempo? Series de televisión como “Los vigilantes de la playa”, cuyas protagonistas lucían grandes pechos recorrieron todo el mundo. Bastó con eso y con que alguna modelo o actriz famosa brasileña se pusiera pecho para que todo el país siguiera esa moda”.

“Al final, con la globalización de la moda, de las tendencias y de la belleza, todo el mundo sueña con tener lo que no tiene”, define el **Dr. Jorge Planas** en su “Síndrome del Viajero”: “el ser humano encuentra bello lo que es normal. Nadie quiere sentirse diferente a lo que tiene cerca. Por eso, los israelíes que viven en Jerusalén no se operan la nariz, porque allí todo el mundo posee una nariz grande. Sin embargo, se van a vivir a Nueva York, y al año, se la operan para empuñecerla”.

Esta sucesión de cambios estéticos es inevitable salvo algunas excepciones. Es el caso del cabaret *Crazy Horse*. Alain Bernardin, al fundarlo en París en 1951, impuso su estricto canon-estético: las bailarinas debían medir entre 1,68 y 1,72 metros; la distancia entre los pezones tenía que ser de 21 centímetros, y de 13 entre el pubis y el ombligo. Sin esas características, una bailarina no podía ni puede, a día de hoy, entrar a trabajar en ese cabaret.

### LAS BASES DEL IDEAL DE BELLEZA. EL COLOR DE OJOS NO ES LO MÁS IMPORTANTE

No existe un ideal de belleza, queda claro. Pero sí unas características básicas para que un rostro nos resulte bello. Según el **Dr. Jorge Planas**, “un rostro bello ha de tener unas proporciones faciales casi óptimas, pero, como hemos dicho, con alguna asimetría. La piel debe ser radiante, tersa, sin manchas ni arañas vasculares ni poros visibles. Ha de tener una bonita sonrisa. Una dentadura cuidada y unos labios proporcionados con el resto de las facciones. Pueden ser unos labios finos y ser bonitos en el conjunto de un rostro. El cabello ha de estar brillante, cuidado, tener volumen. Y en cuanto a los ojos, el color es lo de menos”. Un estudio de la Universidad de Regensburg, en

Alemania, tira por tierra el mito de que los ojos azules son los más bonitos (el tópico de que una persona rubia con ojos azules es siempre más guapa). Lo que importa de los ojos es su forma, la piel que los rodea y que la esclerótica (blanco del ojo) sea blanca y brillante. Todas estas características nos remiten a la juventud y a la salud. Y si además, la pupila es grande, esto también es signo de juventud y lozanía, incluso de sensualidad. ¿Y cómo ha de ser un cuerpo bello? “Hoy priman los cuerpos estilizados, que no delgados en extremo, porque, al contrario de lo que se pensaba antes, ser esbelto suele ir acompañado de una buena salud. Y al igual que el rostro, que sean proporcionados. Si se es muy delgada, no quedará bien un pecho muy grande”.

¿Quién sería un ideal de belleza para el **Dr. Jorge Planas**? “Si yo tuviera que poner rostro a lo que más se acerca a mi ideal de belleza, ese rostro sería el de **Grace Kelly**. Porque reúne las características básicas de armonía antes mencionadas. Y sobre todo, porque era elegante, en sus movimientos, en su pose. Y la elegancia es bella. Otro ideal sería el de **Cindy Crawford**, bella tanto por su rostro como por su cuerpo. Más actuales son las imágenes de **Carlota Casiraghi** o **Natalia Vodianova**. La hija de Carolina de Mónaco, que casualmente también es nieta de la antes mencionada Grace Kelly -de casta le viene al galgo-, destaca por su belleza fresca y proporcionada. Es difícil encontrar unos labios carnosos que estén en concordancia con el resto del rostro. Pero en su caso así es gracias a la redondez de todas sus facciones que casan perfectamente con los labios. A quien también destacaría por su apariencia fresca y limpia es a la modelo **Natalia Vodianova**, cuya piel es espectacular. Una belleza que gana en persona por la elegancia de sus movimientos y por su dulzura al hablar -doy fe porque la conozco personalmente-. Sólo te diré que en una ocasión me pidió un favor difícil de cumplir, pero ante semejante encanto ¡no me pude negar!” (risas). En resumen: “la belleza ideal tiene que ver con lo que se ve, lo que no se ve, y también con lo que se siente”.