



## Jorge Planas: “man will live to a thousand”

Jorge Planas:  
“el hombre llegar a vivir mil años”

*Jorge Planas receives us wearing an immaculate white coat and a smile. He opens the door to his office and gestures with his hand for us to enter while he speaks on the phone.*

These are symptoms of his hectic schedule, filled with courses, conferences and hundreds of operations each year, to which one can now add the media success of his new technique of extracting mother cells. Countless certificates and diplomas adorn the walls of his office, confirming that he is one of the most prestigious professionals in his specialisation. Together with photos and plaques with distinguished dedications on the shelf, there is a mixture of art books and medicine journals, as though he is trying to emphasise his opinion about plastic surgery: “It is a very creative profession. You need technique but also an artistic flair. It’s like sculpture but with tissue that changes afterwards: it’s living art”.

*Jorge Planas nos recibe con una immaculada bata blanca y una sonrisa. Abre la puerta de su despacho y hace gestos con la mano para que pasemos mientras habla por teléfono.*

Son los síntomas de lo apretado de su agenda, ya de por sí repleta de cursos, conferencias y cientos de operaciones anuales, a los que ahora se suma el éxito mediático de su nueva técnica de extracción de células madre. En la pared del despacho cuelgan innumerables títulos y diplomas que lo acreditan como uno de los profesionales más prestigiosos en su especialidad. Sobre una estantería, además de fotos y placas con dedicatorias ilustres, se mezclan libros de arte con tomos de medicina, como queriendo subrayar su opinión sobre la cirugía plástica: “Una profesión muy creativa. Necesitas técnica pero también don artístico. Es como una escultura pero con tejidos que sufren cambios posteriores: Arte vivo”.

*"I lived on the floor above. It was just like the garden or the hallway for me. I went down to the clinic and back up again, so it actually formed part of my house"*

Jorge Planas (Barcelona, 1962) is the Medical Director of the Planas clinic in Barcelona. Perhaps encouraged by the environment or his genes - although probably a mixture of the two - he never considered any other profession but that of a plastic surgeon. The hospital has always been his home, literally. "I lived on the floor above. It was just like the garden or the hallway for me. I went down to the clinic and back up again, so it actually formed part of my house". Although he had already visited the operating theatre as a patient when he was six years old, it was three years later when his father invited him to sit in on his first operation. Doctor Planas explains: "You don't understand anything, you simply get an idea about what it is. It is as if your father has a motorbike garage and you don't know how to change the spark plug or the cylinder head - all you see is grease. I saw different kinds of instruments and instead of grease, it was blood". Of course, at that moment he was still a child and he tells us, amidst laughter, that there would always be a moment when he would invariably pass out. "When you operate on the nose, there's a moment when you have to fracture the bone itself with a small utensil and a hammer, so when I was about to faint, the porter would stand behind me to catch me and take me outside".

*"There are now 500 plastic surgeons in Spain and at that time there were only 20, it was almost like a gathering of friends..."*

They are nostalgic memories, associated to his father, the man who started a whole saga, Jaime Planas. "He was visionary. This clinic was formerly a sports club, there was hardly any asphalt, it was all earth. We are talking about the evolution of the clinic and the importance of constantly moving forwards. "When my father built this clinic in 71, he did so with the aim of treating burns victims, congenital malformations, traumatic hands, scars and so on." The differences are vast: "There are now 500 plastic surgeons in Spain and at that time there were only 20, it was almost like a gathering of friends... specialisation didn't exist but aesthetic surgery took shape with techniques invented by these pioneers. Although the techniques were a lot less refined, patients were more thankful, as it was like performing some kind of magic".

We are direct witnesses of the overwhelming contrast between past and present. Through the office window, we can see a new floor being built specifically for laser treatments. And new treatments are not limited to Barcelona: "We have a lot of patients from Madrid and it was inconvenient for them to come five or six times a year, so we opened Planas Day, a day clinic without bedrooms or operating theatres, but with all the pre and post-surgery treatments so that patients do not have to travel. As well as maintenance treatments, we offer botox, laser, dermatology, antiaging... that way the patient only has to travel to Barcelona if they want an operation".

*"Vivía en el piso de arriba. Para mí era como el jardín o la portería. Bajaba y subía por la clínica, por tanto, formaba parte de mi casa"*

Jorge Planas (Barcelona, 1962) es Director médico de la clínica Planas de Barcelona. Quizá empujado por el entorno o los genes -probablemente por una mezcla de ambos- nunca se planteó ser otra cosa que no fuese cirujano plástico. El hospital ha sido siempre, literalmente, su hogar. "Vivía en el piso de arriba. Para mí era como el jardín o la portería. Bajaba y subía por la clínica, por tanto, formaba parte de mi casa". Aunque él ya había pasado por el quirófano como paciente con seis años, sería tres años más tarde, invitado por su padre, cuando asistiría como espectador a su primera intervención. El doctor Planas explica: "No entiendes nada, simplemente te haces una idea de qué es aquello. Es como si tu padre tiene un taller de motos y no sabes como cambia la bujía o la culata y sólo ves grasa. Yo veía otro tipo de instrumentos y en vez de grasa, sangre". Por supuesto, en aquel momento no dejaba de ser un niño, por lo que comenta, entre risas, que siempre había un instante en el que sistemáticamente se desmayaba: "Cuando se opera la nariz hay un momento en el que tienes que fracturar el hueso propio con un pequeño utensilio y un martillo, entonces, cuando me iba a desmayar, el camillero se ponía detrás para recogerme y llevarme fuera".

*"Ahora somos unos 500 cirujanos plásticos en España y entonces eran 20, casi una reunión de amigos..."*

Son recuerdos nostálgicos, asociados a la figura de su padre, el hombre que inició toda una saga, Jaime Planas. "Fue el visionario. Esta clínica era un club de deportes, apenas había asfalto, todo era tierra". Hablamos sobre la evolución de la clínica y la importancia de seguir avanzando: "Cuando mi padre construyó esta clínica en el año 71 lo hizo pensando en quemados, malformaciones congénitas, manos traumáticas, cicatrices...". Las diferencias son abismales: "Ahora somos unos 500 cirujanos plásticos en España y entonces eran 20, casi una reunión de amigos... no existía ni la especialidad, pero la cirugía estética fue cogiendo cuerpo, inventando técnicas creadas por estos pioneros. Aunque las técnicas estaban mucho menos depuradas, los pacientes se mostraban más agradecidos porque era como realizar magia".

Nosotros somos testigos directos del abrumador contraste entre presente y pasado. Desde la ventana del despacho vemos una nueva planta en construcción para albergar únicamente tratamientos con láser. Y las novedades no se limitan únicamente a Barcelona: "Tenemos muchos pacientes de Madrid, para ellos era una molestia venir cinco o seis veces cada año, así abrimos Planas Day Madrid, una clínica diurna sin habitaciones ni quirófanos pero con todos los tratamientos pre y post cirugía para que el paciente no se tenga que desplazar. Además de mantenimiento ofrecemos: botox, laser, dermatología, antiaging... así el paciente sólo viaja a Barcelona si debe operarse".

Behind his serious image, Jorge Planas shows a sense of humour throughout the entire conversation and sometimes lets out his spontaneous and contagious laugh. On the subject of mother cells treatment, he explains: "We have managed to get the whole process validated so that we can apply it systematically to all our patients. The aim is to store mother cells obtained from the surplus tissue of liposuction operations for life, until needed". The complex process seems simple when he dissects it, applying his surgical skill to speech: "There are mother cells in all the body's tissue but the only areas where it can be easily extracted are in the umbilical cord and in fat. People that undergo liposuction will now have the possibility of processing the fat instead of throwing it away. It is extracted with special equipment which sterilises it and does not damage it, to obtain, isolate and multiply mother cells in the laboratory, freezing them at -180 degrees. In the future they will be used as a curative treatment for many diseases, especially degenerative illnesses." We ask him if a lot of fat is necessary and he replies: "No. Only 200 cm<sup>3</sup> are needed, it is a very small amount that could be taken from a very small area such as the knees".

*"There are mother cells in all the body's tissue but the only areas where it can be easily extracted are in the umbilical cord and in fat"*

We move from the latest advances in medicine to trends. "Aesthetic trends do exist in surgery. For example, in the 70s nose was more turned-up and more dorsum was filed down, now it is more natural and straighter. With regard to breasts, the average size in the 80s was small, whilst in the 90s and up to 2003 or 2004, it was three times the previous size. Now it is more well-balanced". There is a clear relationship between art and his work. "The patterns of beauty change and surgery adapts accordingly. In Brazil at the end of the eighties, women didn't want large breasts whereas now it is the second country in the world in terms of prostheses. The media is constantly changing images and that changes peoples' concept of beauty. There are people that swim against the flow, but the majority accepts it. There are historic trends, in the same way that the beauty of the Renaissance is nothing like the beauty of the 70s."



Tras su imagen seria, Jorge Planas demuestra sentido del humor durante toda la conversación y de vez en cuando deja escapar su risa, espontánea, contagiosa. Sobre el tratamiento con células madre nos explica: "Hemos conseguido que se validara todo el proceso para que se pudiera hacer de forma sistemática en todos los pacientes. El objetivo es almacenar de todas las células madre obtenidas del tejido sobrante de una liposucción". El proceso, complejo, parece sencillo cuando él, con habilidad quirúrgica trasladado a lenguaje, lo disecciona: "Hay células madre en todos los tejidos del organismo pero, fáciles de extraer, sólo en el cordón umbilical y en la grasa. La gente que ahora se hace una liposucción tendrá la posibilidad, en vez de desechar la grasa, de procesarla. Se extrae con un equipo especial con la que queda estéril y no se traumatiza para con la que queda estéril y no se traumatiza para con la que queda estéril y no se traumatiza para con la que queda estéril y no se traumatiza para luego obtener, aislar y multiplicar las células madre en laboratorio, congelándolas a -180 grados. El día de mañana se utilizarán como tratamiento curativo para muchas enfermedades, sobre todo degenerativas." Le preguntamos si es necesaria mucha grasa y responde: "No. Sólo se necesitan 200 cm<sup>3</sup>, una cantidad muy baja que podría salir, por ejemplo, de las rodillas, una zona muy pequeña".

*"Hay células madre en todos los tejidos del organismo pero, fáciles de extraer, sólo en el cordón umbilical y en la grasa"*

Pasamos de los últimos avances en medicina a las tendencias. "Las tendencias estéticas existen en cirugía. Por ejemplo, la nariz de los años 70 era más respingona y se limaba más dorso, ahora es más natural, más recta. En los pechos, el volumen medio de los 80 era pequeño, en los 90 y hasta el 2003 o 2004 era tres veces el volumen anterior. Ahora está más equilibrado". Se evidencia la relación entre arte y la labor que desarrolla. "Cambian los patrones de belleza y por lo tanto la cirugía. En Brasil a finales de los ochenta las mujeres no querían pecho voluminoso y hoy, en cambio, es el segundo país del mundo que más prótesis utiliza. Los medios de comunicación varían constantemente las imágenes que ofrecen y eso altera el concepto de belleza. Aunque hay gente que va a contracorriente, la mayoría lo acepta. Son corrientes históricas, al igual que la belleza del renacimiento no tiene nada que ver con la de los 70."





*"The change is physical but it is all in the mind. If a woman has a large nose and a small chest, she can be just as happy as someone who decides to operate to change it."*

Throughout the conversation, it is increasingly apparent that he puts the patient's health far above the results. We talk about the protocol of his clinic, which prevents people under the age of 23 from having an operation without undergoing a prior examination. Jorge Planas highlights the plastic surgeon's role as a psychologist: "A 20 year old has not reached the same level of maturity as a 25 year old. Sometimes patients' expectations are not real, sometimes they have been informed incorrectly by the media, or they haven't sufficiently processed all the details. They are young girls and boys who need to be made to understand that it's for life." Not everyone needs to be operated on, that depends on peoples' personality. "The change is physical but it is all in the mind. If a woman has a large nose and a small chest, she can be just as happy as someone who decides to operate to change it. We operate on the body but the satisfaction mechanism is in the mind". Jorge Planas now recognises that surgery can sometimes work miracles on people's behaviour, completely changing their personality. "I have worked with a lot of young girls who have gained confidence and whose parents have told me "we have been able to go to the beach for the first time", or "now she speaks during dinner, before she didn't speak at all", so the change does not only affect her but all of her family as well".

The flipside are the pathologies associated to plastic surgery. His expression hardens when he says: "If a mind does not work properly, it doesn't matter how many positive signals are sent, it will never be enough. The most serious illness is dysmorphophobia, an obsessive neurosis that causes a phobia towards your own body. In these cases, whatever you do, you will never like your body. And that is bad, because God made the first change but the second is the responsibility of the surgeon!" He lowers his voice to explain: "a person suffering from dysmorphophobia actually murdered the surgeon Vázquez Añoñ in Madrid!". He is referring to an event that occurred in 1977, when the famous surgeon and two nurses were killed. There are other cases when patients are advised not to operate, but they are more difficult to distinguish "you have to find out whether they are going to operate for themselves or for their husband or wife... if they are going to operate to save a marriage and they eventually break up, what are they going to do with prostheses that they don't really want?", doctor Planas stresses that "Sometimes they might say "no, my husband will decide on the size", but the question is "do they really want to do this?" You have to make a lot of inquiries."

There are thousands of people with very low self esteem that don't want to operate because they are scared. For those people, he recommends reading the first chapter of his book called Cirugía estética sin trampa ni cartón (Aesthetic Surgery without a catch). He lists the three main fears, firstly "Anaesthesia, because we want to have absolute control in our lives and we are not in control when anaesthetised - and we are afraid of being anaesthetised and never waking up again, but we cannot be better off or safer than in the hands of specialists, with all the equipment and medicine ready for anything that could happen". For the second fear, it is necessary to have a good chat with the patient. It is called fear of "How I will look". The final fear is "What will they say". According to Planas, "they are people who have been assigned the role of serving others and don't take care of themselves".

"El cambio es físico pero todo está en la mente. Si una mujer tiene una nariz muy grande y un pecho pequeño, puede ser igual de feliz que cualquiera que decida operarse."

A lo largo de la conversación, cada vez se hace más evidente que para él la salud del paciente está muy por encima de los resultados. Hablamos sobre el protocolo de su clínica que impide que jóvenes menores de 23 años se operen sin haber pasado un examen previo. Jorge Planas resalta la faceta de psicólogo de un cirujano plástico: "El grado de madurez de una persona no es el mismo con 20 años que con 25. A veces las expectativas de un paciente no son reales, en ocasiones informados incorrectamente por los medios de comunicación, o porque no han procesado suficientemente todos los detalles. Son chicas y chicos jóvenes a los cuales les tienes que hacer entender que el cambio es para toda la vida". No todo el mundo debe pasar por el quirófano, depende de la personalidad: "El cambio es físico pero todo está en la mente. Si una mujer tiene una nariz muy grande y un pecho pequeño, puede ser igual de feliz que cualquiera que decida operarse para solucionarlo: Operamos el cuerpo pero el mecanismo de satisfacción es mental". Ahora, Jorge Planas reconoce que, en ocasiones, la cirugía puede obrar milagros respecto al comportamiento, modificando por completo la personalidad. "He operado a muchas chicas jóvenes que ganaban confianza y los padres me decían "por primera vez hemos podido ir a la playa", o "ahora habla durante las comidas, antes no hablaba nada" de forma que el cambio no sólo le ha afectado a ella sino a toda la familia".

La otra cara de la moneda son las patologías asociadas a la cirugía plástica. El gesto se endurece cuando afirma: "Si una mente no funciona bien, por mucho que se envíen efectos positivos nunca será suficiente. La enfermedad más grave es la dismorfofobia, una neurosis obsesiva que crea una fobia hacia tu propio cuerpo. En estos casos, se haga lo que se haga no gustará. Si no te das cuenta de que estás ante un dismorfofóbico y lo operas, has cometido un gran error por muy buen resultado que consigas, ya que el paciente nunca quedará satisfecho ¡Y esto es malo, porque en su mente el primer cambio lo hizo Dios, pero el segundo es responsabilidad del cirujano!. Bajando la voz explica: "un dismorfofóbico llegó a asesinar al cirujano Vázquez Añoñ en Madrid!". He haciendo referencia a un hecho producido en 1977, en el que, además del celebre cirujano, fallecieron dos enfermeras. Existen otras ocasiones en las que no se aconseja operar, pero son más difíciles de distinguir "debes averiguar si se operan por ellos mismos o por el marido o la mujer... si se operan para salvar un matrimonio y al final la pareja se rompe qué hacen con unas prótesis que realmente no quieren?" el doctor Planas recalca "A veces te pueden decir "no, el volumen ya lo decidirá mi marido", pero, la pregunta es ¿usted realmente quiere hacerlo? Tienes que indagar mucho."

Existen miles de personas que desearían pasar por el quirófano, pero no lo hacen por miedo. A ellas le recomienda el primer capítulo de su libro Cirugía estética sin trampa ni cartón. Enumera los tres principales miedos, en primer lugar "La anestesia, porque queremos tener absoluto control en nuestras vidas y dormidos no podemos ejercerlo. Tememos dormir y no despertar, pero en realidad no podemos estar mejor ni más tranquilos que con el control de especialistas, aparatología y medicación para cualquier eventualidad", para el segundo miedo es necesario un buen diálogo con el paciente, es el llamado temor a "Cómo quedare" y por último el miedo a "Qué dirán", según Planas: "Son personas que ya tienen asignado un rol de servidores de los demás sin ocuparse de ellos mismos".



Jorge Planas and GPM

Although plastic surgery is sometimes associated with frivolity, the Jaime Planas foundation collaborates voluntarily in different projects, including the Africa project they carry out with AMREF in the sub-Saharan area. Jorge Planas talks about his strong commitment and about GPM's cooperation through Club Aurum, which will donate part of the next event's proceedings to this project: "Specialists travel by plane to carry out the operations. The follow-up is carried out there, and we can also train surgeons on site so that they can replace the specialist in the future."

To end our meeting, we talk about the leitmotiv of our magazine, "dreams that are yet to be fulfilled". Jorge Planas says: "Professionally, it would be having a highly specialised clinic with supraspecialist plastic surgeons that only carry out one or two types of operation. Continue the courses and teaching, the research and work into antiageing".

We explain that it seems paradoxical that a plastic surgeon would put so much emphasis on antiageing. Wouldn't it have a negative impact on your business? "We are surgeons but being a doctor comes first" - he quickly answers without forgetting his manners. "When I started I saw that I was fixing things on the outside, improving the wear of time outside but inside, the cells continued their process of ageing".

That is when Jorge Planas confesses his ultimate dream to us: "Antiageing is preventive medicine that allows a person to start looking after themselves at the age of thirty or forty and with a good diet, dietary supplements, sport, etc., can stop ageing of cells. Regenerative medicine will not stop ageing, it will make the cells return to an earlier state..." he surprises and with a look of puzzlement, we ask if he thinks this will really be possible. "Of course I think it's possible! It will enable us to live a thousand years, perhaps not our generation, but mankind will see man living up to a thousand years, that is for sure... My dream is to be in time to be able to use this medicine."

[www.clinicaplanas.com](http://www.clinicaplanas.com)

Jorge Planas y GPM

Aunque la cirugía plástica en ocasiones se asocia a la frivolidad, la fundación Jaime Planas, colabora de forma desinteresada en diferentes proyectos en el que destaca Africa que llevan a cabo junto a AMREF en la zona subsahariana. Jorge Planas habla de su fuerte compromiso y de la cooperación con GPM, a través de su club Aurum, que destinará parte de la recaudación del próximo evento para esta labor: "Los especialistas se desplazan en avión para realizar las intervenciones. El seguimiento se hace allí mismo y además podemos entrenar a cirujanos del lugar para que en el futuro pueda sustituir al especializado."

Para finalizar nuestro encuentro, hablamos sobre el leitmotiv de nuestra revista, los sueños que aun quedan por cumplir, Jorge Planas dice: "Profesionalmente, mantener una clínica altamente especializada, con cirujanos plásticos que sean supreespecialistas, que realicen una intervención o dos en concreto. Mantener los cursos y la docencia, la investigación y el antiageing".

Le explicamos que nos resulta paradójico que un cirujano plástico haga tanto hincapié en el antiageing, ¿no repercutir negativamente en su propio beneficio? "¡Antes de cirujanos somos médicos!" -salta como un resorte, sin perder las buenas formas. "Cuando empuje vea que arrebata por fuera, mejorando el paso del tiempo exterior, pero por dentro las células siguen su proceso de envejecimiento".

En este momento, Jorge Planas nos confiesa su máximo sueño: "El antiageing es medicina preventiva que permite a una persona que empieza a cuidarse con treinta o cuarenta años, y con buena alimentación, complementos dietéticos, deporte... conseguir desacelerar este envejecimiento celular. La medicina regenerativa no sólo frenará el envejecimiento, sino que hará retroceder en el tiempo el tejido celular, regenerar tejidos dañados..." sorprendidos y con cara de perplejidad preguntamos si realmente cree que eso será posible: "¡Claro que creo que es posible! Esto hará que podamos vivir mil años, quizá nuestra generación no, pero, que la humanidad verá al hombre vivir mil años, es seguro... Mi sueño es llegar a tiempo para poder hacer uso de esta medicina."

[www.clinicaplanas.com](http://www.clinicaplanas.com)