

**Especial
 CyberDay**

“La radiofrecuencia monopolar no sirve de nada”, advierte la oncóloga y dermatóloga Sara Mir

Tecnoestética casera: qué máquinas funcionan y cuáles son puro marketing

Radiofrecuencias faciales, depiladoras láser y masajeadores abdominales son útiles, pero hay que ser disciplinados en su uso.

ISABEL LAMOLIATTE

Todos los años la doctora Sara Mir -oncóloga, dermatóloga y máster en nutrición- asiste al Congreso Mundial de Medicina Estética y Antienvejecimiento (AMWC por sus siglas en inglés), que se realiza en Mónaco. Va con su marido, el cirujano plástico Eduardo Oyarse, y escucha de primera fuente cuál es la última tecnología para eliminar o atenuar arrugas, rollitos, papadas y cualquier otro signo inequívoco del paso de los años.

En su centro médico (@smir_med) tiene equipos de punta para realizar procedimientos no invasivos. Como la LPG, tecnología francesa que combina un masaje de piel con la remoción de células superficiales muertas, logrando una apariencia más juvenil. O la PlexR, regeneradora de plasma que permite realizar una blefaroplastia no quirúrgica. O la máquina de ultrasonido HIFU, la Tripollar Maximus, la Fast Fit, que funciona como una esculpadora de músculos, o la medidora de vitaminas y minerales Vitastiq.

Hoy la oferta de máquinas caseras de belleza que prometen resultados profesionales es altísima. ¿Cómo elegir bien? “Para que las máquinas no invasivas hagan un efecto real, primero hay que hacer una medición de las vitaminas y minerales para evaluar la capacidad de autoreparación del cuerpo. Por ejemplo, si hay déficit de zinc la reparación de la piel es más lenta y el efecto del bótox dura menos tiempo”, advierte la doctora.

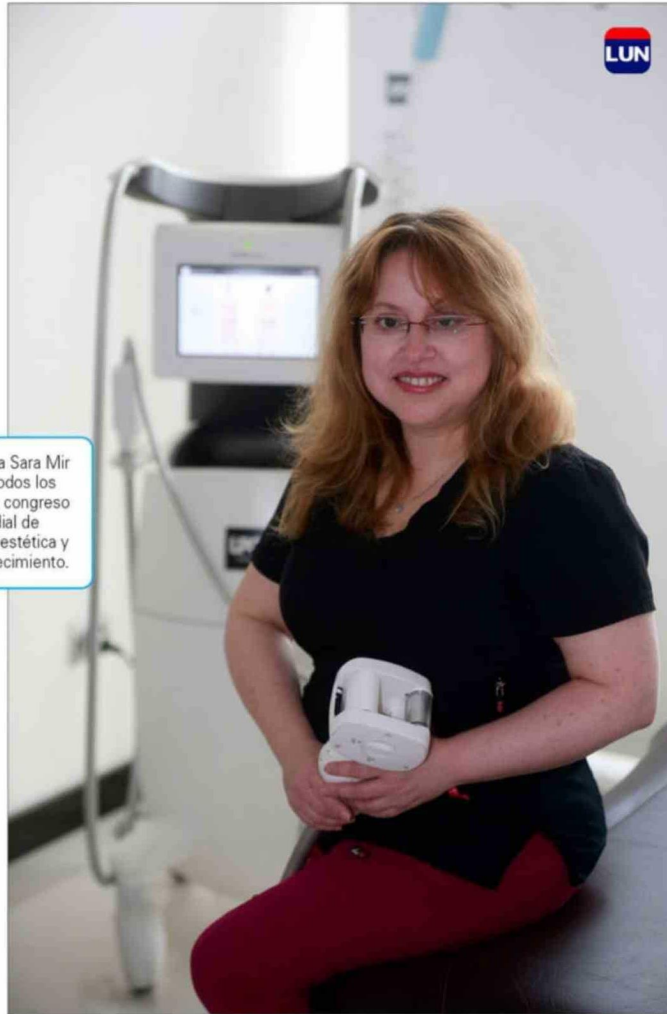
¿Qué certificación deben tener las máquinas para que sean seguras de utilizar?

“Deben tener servicio técnico en el país y certificaciones de la FDA o de la CE (Comunidad Europea) y de la SEC. El gran problema de las máquinas chinas es que, si bien copian a las originales, no sabes si son buenas o malas porque no tienen ningún certificado que las respalde. Tampoco cuentan con servicio técnico ni centros de capacitación, por lo que no es recomendable comprarlas”.

¿Son efectivos los equipos no profesionales?

“Tienen una potencia menor a una máquina profesional, por lo que la persona debe ser matea y usarla todos los días. Por ejemplo, las clásicas radiofrecuencia faciales, que trabajan con energía electromag-

La doctora Sara Mir asiste todos los años a un congreso mundial de medicina estética y antienvejecimiento.



DAVID VELÁSQUEZ

24 MESES
 es el tiempo mínimo de cualquier tratamiento capilar para mostrar resultados

nética, tienes que hacerla circular por toda la cara durante 20 a 30 minutos. Si quieres lograr un efecto real de tensado deberías usarla cinco veces al día porque su potencia es bajita”.

La doctora Mir aclara que en Chile no existe mayor control sobre estos equipos; en Estados Unidos y Europa las máquinas son revisadas para determinar qué tipo de radiofrecuencia entregan y en qué potencia. “Cuando actúan con luces rojas LED, es difícil saber si efectivamente la tienen o se trata de una luz roja cualquiera”, ejemplifica.

¿Sirven los cinturones y masajeadores abdominales electroestimuladores?

“Deberían reemplazar un abdominal. Pero deben ser usados como un complemento al entrenamiento físico.

Usando sólo la máquina no vas a lograr el efecto deseado de tener un abdomen esculpido”.

¿Tienen alguna contraindicación?

“No las deben usar mujeres embarazadas, en lactancia, personas con diagnóstico o tratamiento de cáncer: independiente de su potencia, todas actúan haciendo un efecto de drenaje linfático y en caso de un cáncer activo puede expandirlo por todo el cuerpo. Por eso es tan importante la historia clínica del paciente. Gente con heridas, cicatrices o queloides también deben abstenerse”.

Lo mismo ocurre con las botas que se venden para hacer drenaje linfático en la comodidad de una cama, que logran efectos deseados y otros no deseados. “No es recomendable para personas con várices, daños en la piel y sensibilidad en las venas”.

¿Funcionan las depiladoras

láser caseras?

“El tratamiento va a ser mucho más lento, pero sí funcionan. Acá hay que cuidar dos cosas: usarlas con lentes de protección, porque el láser es dañino para los ojos, y evitar exponerse al sol después de la depilación”.

En la larga lista de ofertas que prometen rejuvenecimientos instantáneos, la oncóloga excluye tres productos. “En revitalización celular se habla mucho del semen de salmón. Eso no tiene ninguna acreditación y puede tener riesgos para la gente con alergia a los mariscos y pescados, provocando incluso un shock anafiláctico. La radiofrecuencia monopolar no sirve de nada y la promocionan para reducir celulitis, flacidez y arrugas. El coolsculpting actúa congelando el rollo de grasa, el problema es que en pieles sensibles este congelamiento provoca un efecto de anestesia y el paciente no se da cuenta si se está quemando o no. En Europa y Estados Unidos hay varias advertencias de no usarlo porque puede dejar cicatrices feas”, puntualiza la doctora.

Para el pelo

A nivel de estética de cabello, la joyita del momento es el casco masajeador capilar. Christian Cartagena, médico tricólogo y capilar de la Clínica Hair Recovery (@hairrecovery_chile), advierte que a nivel casero se vende con dos tecnologías: láser y luces LED. “El casco de luces LED vale la mitad, pero su efectividad real es menos de la mitad que el casco láser”, afirma.

¿Qué tanto sirve el casco?

“El casco láser original funciona con diodos láser, estimulando los folículos pilosos y alargando el ciclo del crecimiento y engrosamiento del pelo, que se llama anágeno. Además, aumenta la microcirculación sanguínea en toda la zona, por lo tanto, llega más oxígeno al pelo. Para obtener algún efecto hay que usarlo 20 a 30 minutos al día, día por medio”.

La doctora Sara Mir es cautelosa: “Cualquier tipo de masaje capilar ayuda porque permite que llegue más sangre a la zona y la piel se renueva con mayor rapidez. Pero los tratamientos capilares son con resultados lentos. Con ningún tratamiento vas a notar cambios antes de un año, incluso aunque te hagas un injerto capilar”.

A nivel de secadores, alisadores y cepillos para peinar eléctricos, el doctor Cartagena aclara que actualmente hay distintas tecnologías disponibles, pero la clave es el calor.

“Lo importante es que siempre se use a una temperatura tibia, jamás se debe sentir que el aire está muy caliente. En las planchas, preferir las de titanio y cerámica, que entregan temperatura de manera controlada. Es mejor pagar más por una marca reconocida que comprar un producto chino que no tiene ningún certificado. Todos estos productos deben contar con la certificación SEC”.