

Recomendaciones y falsas creencias sobre cada tipo de depilación

- Es cierto que a los hombre les duele más, pero no que decolorar o depilarse haga más débil el vello.
- Para prevenir la infección de los folículos pilosos de la piel al rasurar con cuchilla se recomienda limpiar con un jabón antiséptico la zona antes y después de la depilación.
- El láser puede tener contraindicaciones, pero en casos muy específicos.
- La piel debe ser protegida del sol durante el proceso de láser y en las siguientes semanas; con la cera ha de esperarse a tomar el sol entre 24 y 48 horas.
- La única crema conocida y cuya eficacia está demostrada científicamente es la eflornitina.
- [Depilación púbica: ¿exenta de riesgos para la salud?](#)

La **depilación** es uno de los capítulos estéticos que mayor protagonismo está tomando en los últimos años. Mujeres y hombres optan por eliminar el vello de diferentes zonas de su cuerpo, especialmente en **fechas veraniegas**.

María Teresa Gutiérrez Salmerón, profesora titular de Dermatología de la [Facultad de Medicina de la Universidad de Granada](#), destaca para [Infosalus](#) que el método de depilación más definitivo y seguro es el realizado **mediante láser** y siempre supervisado por un equipo médico. En cuanto al resto de sistemas para depilar o eliminar la presencia de vello la doctora recomienda la eflornitina para el vello en la cara no grueso ni abundante o bien la cera, y en piernas la cera, la maquinilla de tracción o la cuchilla.

Mitos.. y alguna certeza

La doctora Gutiérrez Salmerón aclara falsas creencias y temas controvertidos en el ámbito de la depilación:

El crecimiento del vello no depende de la Luna: depilarse cuando la Luna está en creciente o menguante no lleva a que el vello aparezca más tarde o más pronto, lo único que interviene en este sentido es el método de depilación utilizado. Si se usa la **cuchilla**, el vello aparece como muy tarde a la semana, con **la cera** y la tracción entre 2 y 4 semanas después y con el **láser médico** tarda unos 2 meses en el caso del vello sobre el que no se haya podido actuar de forma definitiva.

Por decolorar o depilar el vello no sale más fuerte y más grueso : si existe vello en la cara es por razones hormonales derivada de la actividad de los andrógenos, aclara la doctora.

La depilación púbica no favorece el aumento de enfermedades de transmisión sexual: Gutiérrez Salmerón apunta a que la depilación en las zonas genitales resulta más dolorosa debido a que son áreas de piel más sensible. En estas zonas se utiliza la depilación láser como tratamiento en el caso de fístulas perianales y en la hidrosadenitis en la zona púbica y perianal.

A los hombres les duele más : esta creencia es cierta y por este motivo la doctora no recomienda el uso de la cera en la depilación masculina pues los varones tienen **mayor densidad de vello** y más fuerte lo que convierte el método en más doloroso. En el caso de la depilación láser también existe más dolor en los hombres por lo que se proporcionan cremas anestésicas y en mayor cantidad que en el caso de las mujeres.

Cera

La doctora recomienda la versión **en frío para pieles delicadas**, en cara con cuperosis, una manifestación de la rosácea en la que aparecen en la piel del rostro pequeños vasos sanguíneos dilatados, y en piernas con varices. Si la piel es normal y no está sometida a ningún tipo de tratamiento como los retinoides se puede emplear en

cualquiera de sus modalidades.

El láser es un método definitivo y su principal contraindicación es la piel bronceada y oscura. Lo ideal es la piel muy blanca con pelo oscuro. Está especialmente contraindicada en aquellas personas que ya sea por el tratamiento para el **acné** o estar sometidos a una **terapia de rejuvenecimiento** utilicen retinoides orales o tópicos. En estos casos se debe esperar al menos un mes tras dejar el tratamiento.

Rasurado con cuchilla

Es el método que recomienda Gutiérrez Salmerón, ex-vocal de la [Academia Española de Dermatología y Venereología](#), frente a la depilación con cera para las personas que tienen predisposición a la pseudofoliculitis o foliculitis. En estos casos el pelo no rompe la barrera de la epidermis y no sale al exterior sino que se vuelve hacia el interior y causa la **infección del folículo piloso**. Para prevenir esta infección de los folículos pilosos de la piel se recomienda limpiar con un jabón antiséptico antes y después de la depilación.

La doctora recomienda el **jabón de povidona yodado**, una forma de betadine en pastilla, y emplear un guante de crin para exfoliar la piel y aplicar después de todo ello una crema bactericida recomendada por el dermatólogo.

Maquinillas de tracción

Las maquinillas de tracción **arrancan el vello de raíz** y aunque su uso está muy extendido es aconsejable que no se empleen en axilas e ingles. "Su uso en estas partes del cuerpo puede interferir con el funcionamiento normal de las glándulas sudoríparas y dar lugar a episodios de hidrosadenitis", explica la doctora. En estos casos se produce una infección de las glándulas sudoríparas que puede ser de leve a grave y llegar a dejar cicatrices en la piel.

Fotodepilación y depilación láser

La fotodepilación se realiza con un tipo de energía policromática a través de la utilización de distintos cabezales que consiguen distintas longitudes de onda. Se emplea no sólo en depilación sino también en otros tratamientos dermatológicos. En depilación, la **fotodepilación es menos eficaz que el láser** ya que éste tiene una diana más directa, la melanina.

El láser emplea una luz monocromática y en distintas longitudes de onda según sean sus objetivos de tratamiento. "Es un **método definitivo** y su principal contraindicación es la piel bronceada y oscura. Lo ideal es la piel muy blanca con pelo oscuro", explica la dermatóloga.

En cada sesión se actúa sobre el **20% del vello**, en una fase de su desarrollo en la que hay una mayor continuidad entre melanina en el bulbo piloso y en el inicio del vello, sobre el resto se va actuando en sucesivas sesiones. Esto se debe a que el pelo tiene un ciclo de desarrollo que dura alrededor de **unos 3 meses** y si se encuentra en la fase de reposo en la que no existe pelo el tratamiento con láser no consigue la misma intensidad. De ahí que sean necesarias entre **5 y 8 sesiones** para eliminar el vello de forma definitiva de la zona a depilar.

En cuanto a las **contraindicaciones del láser**, la doctora explica que no se puede aplicar cuando existen determinadas patologías que producen fotosensibilidad, cuando se emplean tratamientos con retinoides, existe psoriasis o vitíligo. En el caso de estos trastornos crónicos de la piel, psoriasis y vitíligo, se podría producir una reactivación de la afección.

Gutiérrez Salmerón tampoco aconseja aplicar el láser cuando existen **lunares displásicos** con posibilidades de generar melanoma. De igual forma, la doctora desaconseja esta técnica de depilado si existen infecciones herpéticas de repetición y, aunque no es peligroso durante el embarazo, es preferible no realizar ningún procedimiento médico en esta circunstancia. En el caso del láser se considera un tratamiento que ha de ser supervisado por un médico ya que supone realizar un historial clínico a la persona y estudiar las características individuales de su piel. "La supervisión médica encarece en gran medida el proceso pero también lo hace más

seguro y eficaz", afirma Gutiérrez Salmerón.

Crema inhibidoras

Según señala Gutiérrez Salmerón, los tratamientos comercializados para retrasar el crecimiento del vello no se han probado científicamente por lo que no dejan de ser procedimientos estético-cosméticos **sin prueba científica**. La única crema conocida y cuya eficacia está demostrada científicamente es la eflornitina, explica la doctora. La aplicación de esta crema está indicada en el rostro e inhibe el crecimiento del vello al actuar sobre su metabolismo. Para comenzar con el tratamiento se debe depilar primero el pelo para después aplicar la crema mañana y noche.

Cuánto esperar para tomar el sol

Con la depilación láser se pueden producir microedemas o pequeñas elevaciones de la piel que pueden producir pequeñas rojeces, por lo que Gutiérrez Salmerón aconseja la aplicación de algún preparado de aloe vera, que refresca y es antiinflamatorio. La piel debe ser protegida del sol durante el proceso y en las siguientes semanas. Si todo es normal, lo mejor es esperar entre 24 y 48 horas para tomar el sol cuando se ha hecho **la cera**, ya que la depilación no deja de ser una agresión para los melanocitos, los elementos de la piel encargados de bloquear los rayos ultravioletas, y se pueden producir hiperpigmentaciones e inflamaciones.

Más fotos relacionadas

by Kalooga

- Más de una decena de signos que indican que llevas demasiado mirando una pantalla
- Perdonar, un acto que es bueno para el corazón, el colesterol, el sueño o el dolor
- Pesadillas: ¿a qué edad comienza el ser humano a tenerlas?

