

En el retail abundan los dispositivos de salud casera: consejos para comprar bien

# Botas masajeadoras ayudan a descansar las piernas hinchadas

Antes de elegir un aparato de este tipo, lea las reseñas de clientes; si le quedan dudas, consulte con un médico.

FRANCISCA ORELLANA

La pandemia, que obligó a pasar tiempo extra sentado frente al computador, impulsó el segmento de los masajeadores corporales o para las piernas que se hinchaban y se sienten cansadas. También, se supone, mejoran la circulación.

“Las botas masajeadoras por compresión de aire previenen este tipo de problemas, ya que mejoran el flujo de sangre desde las piernas hacia el corazón. La diferencia está en que el costo de los dispositivos en los centros de estética es mucho más alto porque estos dispositivos están diseñados para uso comercial”, cuenta Alan Power, director de Nuevos Mercados de la marca Ozu, que vende este sistema que masajea las piernas y pies, aplicando presión y temperatura.

“El calor que generan las botas varía entre 40 y 45°C, actuando de la misma forma en la que actúa una compresa caliente: facilita la dilatación de los vasos sanguíneos para que la sangre fluya mejor. Se recomienda usarlas una vez al día; en casos especiales, consultando con su médico, se pueden usar dos veces al día”, señala Power.

Las botas cuestan \$69.990 en **Vesperstore.cl** (<https://goo.su/13BkFij>) y en multitiendas.

## Evaluación previa

Así como estos masajeadores, cada año aparecen en el retail nuevos dispositivos de salud doméstica que replican en casa el efecto de aparatos profesionales; a veces de marcas no tan conocidas, llegan con la promesa de mejorar la calidad de la piel o prevenir arrugas, reducir la grasa corporal o depilar con radiofrecuencia. Pero antes de gastar, mejor evaluar bien.



RUBEN GARCIA

Lorena Rojas, subgerente comercial de la tienda **Mispa.cl**, sugiere primero asegurarse de que estos dispositivos tengan el respaldo de estudios clínicos. Toda esa información está linkeada, por ejemplo, desde sitios como Amazon. “Mejor que tengan reseñas y comentarios en otros países; aportan confianza y credibilidad, ya que son opiniones de los clientes: por eso es importante que sean reseñas verificadas. Una evaluación de un producto que tenga de 4 a 5 estrellas confirma que la experiencia del cliente es muy buena”, destaca.

La nutricionista Magdalena de Quevedo, directora de la Clínica Acorpus, advierte que ciertos aparatos de medicina casera no son para todo público. Por ejemplo, equipos corporales de cavitación, que

mediante ultrasonido eliminan la grasa localizada. “No se sugieren en pacientes con dislipidemia (niveles altos de colesterol u otros lípidos en la sangre). O las corrientes galvánicas, que no son aptas para pacientes con marcapasos. Muchos de estos equipos necesitan el uso de conductores o cremas para su funcionamiento y la piel tiene características diferentes en cada persona, por eso es importante consultar a tu especialista antes de seleccionar un equipo para tu hogar”.

Beatriz Arteaga, directora de la Escuela de Técnico de Nivel Superior de Enfermería de la Universidad de Las Américas, aconseja preguntarle a un doctor o especialista sobre la utilidad de cada aparato. “Debe tener su rótulo en español para entender lo que dice y saber sus instrucciones de uso, conocer su fabricación y fecha de caducidad”, des-

## Tonificación en el hogar

La **Stop TriPollar** usa radiofrecuencia para mejorar la apariencia de líneas de expresión, arrugas y flacidez facial. “Utiliza la misma tecnología que los centros de estética profesionales, pero adaptada para el uso seguro en el hogar”, promete Lorena Rojas. Cuesta \$139.900 en **Mispa.cl** (<https://goo.su/7BikHl>).

El dispositivo de tonificación facial **Foreo Bear Mini** usa microcorrientes y pulsaciones T Sonic para alisar y reafirmar la piel. Cuesta \$219.990 en **DbS.cl** (<https://goo.su/SiJNE>).

Así lucen las botas masajeadoras, que aplican presión y hasta 45° de calor.

taca. Las instrucciones, recalca, se deben seguir al pie de la letra para lograr los resultados esperados y no dejarlo a criterio personal.

Y por muy conocida que sea la marca, subraya, se debe estar muy alerta en su primer uso, ojalá realizando una prueba de tolerancia de la piel. “Así se minimiza el riesgo. Es bueno usar el dispositivo en una pequeña área del cuerpo, primero para ver la tolerancia y sensibilidad que se tiene. Puede ser en el muslo interno o en el antebrazo, ya que si se genera alguna lesión no será en una zona más estética como la cara, por ejemplo”.

Alan Power, de Ozu, remarca la importancia de la garantía local al comprar un producto de este tipo. “Creo que es clave, ya que hay veces que uno compra productos en el exterior y no se puede aplicar la garantía en Chile”.