Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Vello corporal. Métodos de depilación

La pubertad comporta una serie de cambios en el cuerpo. Estos cambios son una parte normal del hacerse adulto.

La aparición de vello corporal en zonas del cuerpo donde antes no lo tenías es algo con lo que tienes que contar. Son las hormonas en acción.

Es posible que quieras empezar a afeitarte algunas zonas donde te crece el vello, pero es algo que debes decidir tú mismo. Hay chicos que prefieren dejarse crecer el bigote y la barba. Algunas chicas deciden no depilarse el vello de las piernas o las axilas. Eres tú quien ha de decidir cómo te sientes más cómodo.

Si te preocupa el vello del labio superior, da un paso atrás cuando te mires al espejo. Así verás que el vello que los demás ven probablemente no es tan llamativo como a ti te parece.

En un pequeño grupo de casos, el exceso de vello en una chica puede ser signo de una enfermedad, como el síndrome de ovario poliquístico. Si eres chica y estás preocupada por tu vello, habla con tu médico.

¿Cuáles son los métodos de depilación?

Hay varios métodos para eliminar el vello:

1. Maquinillas de afeitar. Es rápido y barato. Las cremas y geles para el afeitado suelen ser mejor que el jabón porque facilitan el deslizamiento de la cuchilla sobre la piel. Independientemente de la zona a depilar, ve despacio, ya que puedes cortarte. Un adulto o un hermano mayor pueden ayudarte cuando estés aprendiendo.

El resultado dura sólo 2-3 días y el vello puede irse endureciendo.

2. Cremas depilatorias. También es barato y rápido. Dura 2 o 3 días y también corta el vello en la superficie de la piel. Tienes que tener precaución de no estar demasiado tiempo con la crema puesta porque puede causar irritación.

3. Pinzas de depilar y depilación con hilo. Elimina el vello de raíz. Útil para quitar algún pelo aislado de zonas de la cara.

4. Maquinillas eléctricas de arranque. Requiere una pequeña inversión, aunque es un gasto para muchas veces. Es doloroso, ya que arranca el vello de raíz, pero el resultado te durará más.

5. Cera fría/tibia. Es un poco más doloroso. También es un método más duradero. La cera fría se aplica con bandas sobre la piel, se espera un tiempo y se arrancan a contrapelo. La cera tibia se aplica con una espátula o

roll-on. Primero, se calienta un poco la cera y se extiende. Cuando se enfría, se arranca a contrapelo. También es un método barato.

6. Otros métodos. Existen actualmente otros métodos definitivos de depilación, como la depilación por láser y la electrodepilación. Estos métodos son los más caros. Son recomendables para personas que tienen mucho vello. Para evitar riesgos, debe realizarse en centros especializados por personal médico cualificado.

- Depilación con láser (Alejandrita/Soprano/Diodo): Emiten luz pulsada que capta la melanina del pelo, llegando a la raíz donde se encuentran las células germinativas, que son las causantes del crecimiento del vello, y las destruye/atrofia. Ideal en personas de piel clara y pelo oscuro. Es muy eficaz y duradero, aunque no 100% definitivo. Se requieren varias sesiones.
- Electrodepilación o depilación con calor: Emplea corriente para destruir el folículo piloso. Es definitiva.

No hay una edad determinada para depilarse. Es una decisión individualizada. En los métodos definitivos de depilación, conviene tener un desarrollo puberal completo. Suele alcanzarse en torno a los 16-18 años.

Consulta con tu dermatólogo. Él valorará según el vello y el tipo de piel, el método más eficaz.

También existen productos que actúan decolorando el vello para disimularlo y cremas que actúan suavizando y debilitando el vello. Quizá desees probar alguno de estos métodos antes de recurrir a la depilación o el afeitado.

Descárgate la presentación con los PUNTOS CLAVE:

Fecha de publicación: 22-07-2014
Última fecha de actualización: 03-12-2018

Autor/es:

- María Alfaro González. Pediatra. Hospital Comarcal de Medina del Campo. Medina del Campo (Valladolid)
- Ana María del Río López. Pediatra. Centro de Salud Medina del Campo Rural. Medina del Campo (Valladolid)

BY NC ND