

# FACTOR DE CRECIMIENTO PLAQUETARIO

Conocida a nivel médico como Uso de Plasma Rico en Plaquetas (PRP), este novedoso tratamiento actúa en base a la sangre del propio paciente, facilitando la reparación y acortando los tiempos de recuperación en lesiones musculares y de meniscos, y patologías tendinosas, entre otras.

Camilo Azar, médico cirujano, especialista en Traumatología y Ortopedia de Clínica MEDS, destaca que el procedimiento consiste básicamente en extraer sangre del paciente y, mediante un centrifugado, separar aquella sección más rica en plaquetas, la que luego se inyecta en la lesión.

"En desgarros musculares grandes nos han ayudado acortando en un 30% o 35% el tiempo de reparación del músculo", cuenta Azar.

En MEDS se está utilizando desde hace una década, con muy buenos resultados en deportistas de alto rendimiento, y lo habitual es que acompañe a alguna otra terapia. "Es un procedimiento mínimamente invasivo, y no genera daño alguno. Ayuda y además es seguro de usar", destaca el profesional.



CRISTÓBAL SEPÚLVEDA / MEDS



OZONOTERAPIACHILE.CL

# OZONOTERAPIA

No es nueva, pero todavía poco difundida. La ozonoterapia ([www.ozonoterapiachile.cl](http://www.ozonoterapiachile.cl)) es un tratamiento "que infiltra una mezcla de oxígeno con ozono -esta última una molécula altamente energética- en la zona lesionada, en una dosis y frecuencia que dependen del problema que se esté tratando", comenta Isis Alvarado, Médico Cirujano y Ozonoterapista capacitada en Cuba, Argentina y México.

"Se realiza desde hace unos 16 años en Chile y yo la ocupo como complemento a los tratamientos que uso como médico", agrega, destacando que "es una terapia natural, que permite disminuir el uso de fármacos, como antiinflamatorios y analgésicos, y es muy segura, porque tiene muy pocas contraindicaciones y pocos o ningún efecto adverso", agrega.

"Generalmente las lesiones deportivas están asociadas a inflamación y dolor.

Y este cuadro puede volverse crónico. La ozonoterapia modula las respuestas inflamatoria e inmunológica, disminuye el estrés oxidativo y aumenta el metabolismo del oxígeno. Se infiltra la lesión con esta mezcla, que les quieta el dolor y además tiene un efecto reparador", destaca.

Sus contraindicaciones son anemia severa, problemas de tiroides sin control, pacientes graves en insuficiencia renal o cardiopatías. También se excluyen las embarazadas y los lactantes, porque no hay estudios que garanticen su uso seguro en ellos.

"Es una terapia que todavía se está dando a conocer en Chile, pero cuyos resultados son evidentes, porque a la gente se le quita el dolor", concluye la doctora Alvarado, agregando que la ozonoterapia también está disponible en Antofagasta, Viña del Mar, Curicó, Concepción y Osorno.



PHOTOSPORT



CRISTÓBAL SEPÚLVEDA / MEDS

# RECOVERY BOOT

Una bota que alivia. Así podría definirse a la Recovery Boot, que se usa desde hace unos seis meses en Chile y cuyo propósito fundamental es generar drenaje. "Está dividida en cuatro compartimientos y funciona como una especie de bomba. Se empieza a inflar por parte, en forma secuencial, desde el pie hacia arriba, moviendo los líquidos, los que luego va retirando", cuenta Milton Beiza, Kinesiólogo de Clínica MEDS.

"Se usa en pacientes postoperados, que con frecuencia sufren edemas (hinchazón causada por la acumulación de líquido en los tejidos), y complementa el trabajo del masoterapeuta. También para problemas de retención de líquido, muy común entre las mujeres. Y en medicina deportiva sirve, por ejemplo, para tratar el edema posterior a la actividad física intensa, que genera la acumulación de muchas toxinas", agrega.

El dispositivo se programa en tiempo y una determinada presión, por lo que resulta más preciso. Además, es indoloro, portable y manejable. Bajo supervisión médica, se puede llevarlo a un viaje o una competencia, señala el Beiza, quien advierte que se trata de una terapia complementaria, pero con gran potencial.

# MEDICINA BIOLÓGICA

También conocida como medicina biorreguladora u homotoxicológica, "es una corriente de la llamada medicina alternativa, muy usada en Europa", cuenta el doctor Alejandro Orizola, traumatólogo de Clínica Las Condes y del Hospital José Joaquín Aguirre, médico jefe del Comité Olímpico de Chile y del plantel de fútbol profesional Universidad de Chile, quien la utiliza desde hace una década.

"Funciona en base a regular los procesos y no a suprimirlos, como actúan los medicamentos tradicionales. Estos no operan en contra, sino que modulan el proceso para que se transforme en algo no nocivo para el organismo", explica.

"Conoci esta modalidad durante la visita a un importante club europeo de fútbol, y he encontrado en ella la posibilidad de usar medicamentos de origen natural, fundamentalmente en base a plantas, que tienen los mismos resultados que la medicina alópata, pero que para los deportistas ofrecen las ventajas de no tener ninguna contraindicación, no hay problema de sobredosis, vienen en diversos formatos (oral, inyectable, tabletas, crema) y no provocan doping", destaca.

"Traumeel es un antiinflamatorio bastante bueno y tiene la gracia de que no es tóxico. Es el que más se usa en medicina deportiva, por su efecto antiinflamatorio y analgésico, libre de doping", agrega el profesional, quien ha probado esta terapia "en patologías de medicina interna (tratamiento de resfriados), mejorar inmunidades, dolores crónicos articulares y lesiones crónicas de cartilago, con muy buenos resultados".



LABORATORIO HEEL

NUMEROSAS Y VARIADAS OPCIONES PARA LA SALUD OFRECEN LA CIENCIA Y LA TECNOLOGÍA DE NUESTROS TIEMPOS. AQUÍ, UN PANORAMA DE LO ÚLTIMO EN TRATAMIENTOS DE LESIONES DEPORTIVAS. **Silvana González Mesina**

# PAINMASTER

Es un aparato compuesto por dos electrodos que se pegan alrededor del área afectada por dolor o una lesión y aplica microcorriente para estabilizar los electrones al interior de las células, comenta Carolina Silva, kinesióloga del centro Mi Intimidad. Con el Painmaster el paciente no siente nada, porque trabaja bajo el umbral sensorial. Solo a través de una luz roja se sabe que el dispositivo está funcionando.

Aunque llegó hace dos años a Chile, "la microcorriente se usa desde mucho antes. Uno iba al kinesiólogo para eso. Pero este aparato tiene tan pocas contraindicaciones (personas con marcapasos, embarazadas en los primeros meses de gestación, o usarlo en zonas cercanas al cráneo o a la carótida) que ahora se puede adquirir y llevarlo a casa o a un viaje. Otras ventajas son su pequeño tamaño y la batería, que dura unas 370 horas; es portable y muy liviano. Además, se puede usar en movimiento, incluso mientras se practica deporte", dice la especialista.

"Se utiliza mucho en el tratamiento de lumbago, dolor de codo, síndrome de túnel carpiano, bursitis, artritis reumatoidea, esguinces de tobillo o de rodilla. Y se puede complementar sin problemas con otras terapias de rehabilitación", añade.

"Yo sufrí de problemas a la columna y vivo con dolores. El Painmaster me alivia mucho y además de no invasivo, es súper fácil de usar y lo puedo llevar a todas partes. Si ingresan a [www.painmaster.cl](http://www.painmaster.cl) pueden usar mi código (mama0auto) y obtener un descuento en su compra", dice la modelo y deportista Lucila Vit.



PAINMASTER.CL

“Cuando hay una lesión, los electrones se desordenan, por lo que esta terapia favorece la desaparición del edema, la disminución del dolor, la reducción de la inflamación y la generación de condiciones para reestructurar esa zona”.

# BIOMAGNETISMO

Es una terapia de medicina biorreguladora que utiliza una avanzada tecnología, recientemente traída a Chile por el centro holístico multidisciplinario Biomedics ([www.biomedics.cl](http://www.biomedics.cl)), y que se usa en una amplia gama de dolencias, mediante la regulación de los campos electromagnéticos.

Rodolfo Lüttges, fundador de Biomedics, explica que "la máquina funciona sobre la base de ondas electromagnéticas. Y lo que hacemos con ellas es 'resetear' el organismo. Le volvemos a entregar la información correcta para que priorice sus mecanismos de autorregulación y autorregeneración. No es la onda la que cura, sino promueve que el organismo se ordene a sí mismo, se regule más eficientemente y se regenere más rápido. Dependiendo del caso, se combina o no con otras disciplinas, como la psicología, la nutrición, kinesiólogía y medicina tradicional".

"En el área del deporte propicia una regeneración más rápida, pero no solo trata la lesión, también equilibra el organismo de manera integral, por ejemplo con programas de ondas cerebrales y tratamientos anti-estrés", dice Lüttges.

Su principal uso está en el manejo del dolor, sea en lesiones crónicas o agudas, y su duración depende del organismo del paciente y de factores como el tiempo que ha padecido la dolencia y su edad, pero la idea es que dentro de la primeras cinco sesiones ya se note un cambio positivo.

"El diagnóstico mide trece sistemas del organismo y 555 estructuras individuales, pero desde el punto de vista funcional energético. Entrega diagramas tridimensionales que muestran dónde hay desbalance y con cuánta eficiencia el organismo está intentando regularlo. Por eso hay que observar su evolución en el tiempo. Mide también otras cosas bien interesantes, como la energía vital del individuo y su sistema inmunológico. Pero no etiqueta enfermedades; detecta desequilibrios que pueden desembocar en síntomas o trastornos", advierte.

Una de las deportistas más importantes de nuestro país, la lanzadora de bala Natalia Ducó, conoce bien esta terapia. "Llegué gracias a mi psicólogo, Antonio Estévez, quien trabaja acá. Yo tenía un problema grave en el hombro, pero mejoré del dolor y la inflamación, y realmente ayuda a regenerar de manera más rápida, cosas que con otras terapias no pude conseguir. Eso se traduce en más posibilidades de entrenar y, por consecuencia, en mejores resultados. A la vez, lo uso para equilibrarme como persona, energéticamente, de cualquier tipo de desbalance; por ejemplo, de sueño, cansancio, estrés o estado de ánimo. Los mejores deportistas del mundo lo están usando", destaca la medallista sudamericana.



PHOTOSPORT

“La máquina funciona sobre la base de ondas electromagnéticas. Y lo que hacemos con ellas es 'resetear' el organismo”.



# CÁMARA HIPERBÁRICA

Claus Behn, fisiólogo de la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile y de la Mutual de Seguridad CCHC, explica que "el oxígeno, que viaja hasta las células, permite liberar y hacer útil la energía o combustible del cuerpo humano. Igual que en un asado, cuando amontona la energía en forma de carbón. Mientras no ventile, no se va a encender la llama y la energía no se podrá liberar ni aprovechar".

Para garantizar la llegada de oxígeno a todas células disponemos de métodos accesorios de transporte, que son los pulmones y la sangre. Si alguno de ellos se obstruye, o cuando se sufre intoxicación con monóxido de carbono, la sangre no transporta suficiente oxígeno y se ayuda al paciente con la cámara hiperbárica, aumentando la presión externa para movilizar el oxígeno y difundirlo por todo el cuerpo.

No obstante, Behn advierte que "el oxígeno es tóxico cuando se aplica en exceso y también cuando falta. Este es un método que se debe usar únicamente para tratar a personas enfermas".

"Hay algunos deportistas irresponsables que aprovechan este método para entrenar en forma más intensa, porque efectivamente les llega más oxígeno y disponen de más energía para practicar. Sin embargo, ese exceso es tóxico para el pulmón y para el cerebro. También puede producir arritmias; vale decir, paro cardíaco", enfatiza.

"Aplicarlo a un sujeto sano solo para mejorar el rendimiento es riesgoso, porque se puede transformar a una persona sana en una persona enferma y eso no se condice con la ética médica. El riesgo es mayor que la potencial utilidad. La oxigenación hiperbárica es un instrumento muy delicado, como un bisturí. Y un bisturí no se usa en personas sanas. Aunque la persona insista", afirma.

En contraste, señala, "el tratamiento hipobárico baja la presión en un recinto cerrado y simula una condición de altura. Se puede evaluar la tolerancia individual que tienen, por ejemplo, los mineros y los futbolistas que deben trabajar a gran altura. Ahí sí se justifica, pensando en prevenir un mal mayor. Pero como un examen, no como un tratamiento".