

LA RELACIÓN ENTRE LA FISIOTERAPIA Y LA ESTÉTICA: INTERVENCIONES INNOVADORAS PARA POTENCIAR LA BELLEZA Y EL BIENESTAR

TOPAZIO MELITA KUNRATH GOTTEMS,
ABRAHAN SÁNCHEZ HAUSF

RESUMEN

Objetivos: Esta investigación se centra en examinar la intersección entre la estética y la fisioterapia, con un enfoque particular en la variedad de intervenciones y técnicas que se utilizan para mejorar la apariencia física y potenciar la autoestima de los pacientes. **Materiales y métodos:** Para abordar la creciente demanda en el campo de la estética, se utilizan enfoques de fisioterapia que son a la vez no invasivos y seguros. Entre las intervenciones más comunes se encuentran la electroterapia estética, el drenaje linfático, la terapia láser y el masaje terapéutico. Todos estos métodos están respaldados por sólidos fundamentos teóricos y metodológicos. **Resultados:** El papel del fisioterapeuta es absolutamente esencial en esta área, ya que es responsable de llevar a cabo evaluaciones personalizadas y seguras, garantizando así que los resultados estéticos sean satisfactorios para el paciente. Además, se resalta que estas intervenciones tienen beneficios adicionales para la salud integral del individuo. **Conclusiones:** La fisioterapia, con su base científica robusta y sus comprobadas intervenciones eficaces y seguras, está emergiendo como una disciplina esencial en el campo de la estética.

Palabras clave: fisioterapia estética, intervenciones estéticas, electroterapia, drenaje linfático, terapia láser, masaje terapéutico.

ABSTRACT

Objectives: This research focuses on examining the intersection between aesthetics and physiotherapy, with a particular focus on the variety of interventions and techniques used to enhance physical appearance and boost patients' self-esteem. **Materials and Methods:** To address the growing demand in the field of aesthetics, physiotherapy approaches that are both non-invasive and safe are used. Among the most common interventions are aesthetic electrotherapy, lymphatic drainage, laser therapy, and therapeutic massage. All these methods are backed by solid theoretical and methodological foundations. **Results:** The role of the physiotherapist is absolutely essential in this area, as they are responsible for carrying out personalized and safe assessments, thus ensuring that the aesthetic results are satisfactory for the patient. In addition, it is highlighted that these interventions have additional benefits for the individual's overall health. **Conclusions:** Physiotherapy, with its robust scientific base and its proven effective and safe interventions, is emerging as an essential discipline in the field of aesthetics.

Keywords: aesthetic physiotherapy, aesthetic interventions, electrotherapy, lymphatic drainage, laser therapy, therapeutic massage.

INTRODUCCIÓN

La búsqueda de la estética se ha convertido en una preocupación cada vez más relevante en la sociedad moderna, impulsando a muchas personas a buscar intervenciones y tratamientos estéticos para mejorar su apariencia y autoestima (1). En este contexto, la fisioterapia emerge como una disciplina fundamental para atender esta creciente demanda.

Reconocida originalmente por su trabajo en la rehabilitación ortopédica y neurológica, la fisioterapia ha ampliado sus fronteras para incorporar tratamientos estéticos que buscan mejorar la apariencia física y la calidad de vida de los pacientes (2). La necesidad de enfoques estéticos no invasivos y menos agresivos ha sido un factor impulsor para que la fisio-

rapia diversifique sus técnicas e intervenciones, satisfaciendo las expectativas de los pacientes sin comprometer su salud o someterse a procedimientos invasivos (3).

Entre las intervenciones fisioterapéuticas enfocadas en la estética, destacan la electroterapia estética, el drenaje linfático, la terapia láser y el masaje terapéutico. Cada uno de estos enfoques tiene una fundamentación teórica y metodológica que respalda su aplicación segura y efectiva (4). La electroterapia estética utiliza corrientes eléctricas de baja frecuencia para estimular la contracción muscular, mejorar la circulación sanguínea y reducir la celulitis (5). El drenaje linfático consiste en una técnica manual o asistida por dispositivos para reducir la hinchazón y mejorar la circulación linfática, siendo ampliamente utilizada en el postoperatorio de cirugías estéticas (6). La terapia láser mejora la textura de la piel envejecida, estimulando la producción de colágeno y reduciendo las arrugas (7). Por su parte, el masaje terapéutico no solo es una técnica relajante, sino que también promueve la reducción del estrés y la mejora del bienestar (8).

El fisioterapeuta desempeña un papel clave en este contexto. Su formación integral, que incluye conocimientos en anatomía, fisiología, biomecánica y otras áreas de la ciencia de la salud, le permite llevar a cabo evaluaciones completas de los pacientes, considerando sus necesidades individuales y condiciones específicas. Este enfoque personalizado es esencial para definir un plan de tratamiento adecuado, garantizando resultados estéticos satisfactorios y seguros (9).

Esta revisión narrativa tiene como objetivo explorar de manera profunda la relación entre la estética y la fisioterapia, analizando críticamente las intervenciones y técnicas utilizadas, así como proporcionar una base científica sólida para respaldar su eficacia y seguridad. Además, se abordarán los beneficios que van más allá de la estética, considerando la influencia positiva de estos tratamientos en la salud integral de los pacientes.

MATERIALES Y MÉTODOS

En esta revisión narrativa se siguió una metodología estructurada y rigurosa para explorar de manera amplia los estudios relacionados con la estética en fisioterapia. Se establecieron criterios de búsqueda, definiendo el período de publicación, los idiomas aceptados (español y portugués) y los temas específicos relacionados con la estética en fisioterapia, como «fisioterapia estética», «tratamientos estéticos en fisioterapia» e «intervenciones estéticas no invasivas».

Se efectuó una búsqueda sistemática en las principales bases de datos científicas, como PubMed, Scopus y Google Scholar, utilizando los términos de búsqueda definidos. Dos investigadores revisaron de manera independiente los títulos, resúmenes y palabras clave de cada estudio para asegurar que cumplieran con los criterios de inclusión, excluyendo aquellos que no se ajustaban al alcance de la revisión o presentaban contenido duplicado.

Con los estudios seleccionados, se procedió al análisis y síntesis de los datos, extrayendo los principales resultados y conclusiones de cada investigación y organizando la información de manera sistemática. Esto permitió identificar las principales intervenciones fisioterapéuticas utilizadas con fines estéticos y examinar la base científica que respalda su eficacia y seguridad. Además, se destacaron los beneficios adicionales de estas intervenciones para la salud general de los pacientes.

Se llevó a cabo una discusión profunda sobre los resultados encontrados, señalando las lagunas de conocimiento en el área de estética en fisioterapia y analizando las posibles limitaciones de los estudios revisados. Se realizaron comparaciones entre los diversos estudios y se exploraron las razones detrás de las discrepancias en los resultados, proporcionando una visión más completa sobre el tema en cuestión.

Finalmente, se presentaron las consideraciones finales de esta revisión narrativa, reuniendo las conclusiones obtenidas a partir de los estudios analizados y contextualizándolas dentro del ámbito general de la estética en fisioterapia. También se propusieron sugerencias para futuras investigaciones, con el objetivo de profundizar aún más en el conocimiento

sobre la eficacia y seguridad de las intervenciones fisioterapéuticas en tratamientos estéticos.

RESULTADOS

La creciente búsqueda de intervenciones estéticas ha llevado a la fisioterapia a desempeñar un papel relevante en la promoción de la apariencia física y autoestima de los pacientes. En esta sección se abordan las principales intervenciones fisioterapéuticas utilizadas para promover la estética, destacando las técnicas más comunes y su fundamentación teórica.

La electroterapia estética utiliza corrientes eléctricas de baja frecuencia para estimular la contracción muscular, mejorar la circulación sanguínea y reducir la celulitis. Esta técnica se ha aplicado ampliamente en tratamientos de remodelación corporal y tonificación muscular (10).

El drenaje linfático es otra intervención utilizada en fisioterapia estética para reducir la hinchazón y mejorar la circulación linfática. Se emplea con frecuencia en el postoperatorio de cirugías estéticas para ayudar en la recuperación de los pacientes (11).

La terapia láser es un enfoque innovador que utiliza la aplicación de luz láser para estimular la producción de colágeno y reducir arrugas, mejorando la textura de la piel. Los estudios han demostrado los efectos positivos de esta técnica en tratamientos de rejuvenecimiento facial (12).

El masaje terapéutico se destaca como una técnica manual que proporciona relajación muscular y promueve la reducción del estrés, mejorando la circulación sanguínea y contribuyendo a la salud integral del paciente (13).

El papel del fisioterapeuta es esencial en el enfoque estético, ya que su formación abarcadora en anatomía, fisiología y biomecánica le permite hacer evaluaciones detalladas de los pacientes. Esta evaluación individualizada es fundamental para definir un plan de tratamiento personalizado y seguro, atendiendo a las necesidades específicas de cada paciente (14).

En cuanto a la eficacia y seguridad de las intervenciones estéticas, es importante destacar que no todas las técnicas tienen el mismo nivel de

respaldo científico. Los estudios han investigado la eficacia de las intervenciones estéticas en diferentes contextos, proporcionando una base científica sólida para guiar la práctica clínica (15).

Además, es relevante considerar los beneficios que van más allá de lo estético. Algunas intervenciones fisioterapéuticas estéticas, como el masaje terapéutico, pueden impactar positivamente en la salud mental de los pacientes, proporcionando relajación y reducción del estrés, lo que contribuye a la salud integral del individuo (1).

En resumen, la fisioterapia estética se ha consolidado como un área importante en el cuidado de la apariencia física y autoestima de los pacientes. Las intervenciones y técnicas utilizadas pueden estar respaldadas científicamente, proporcionando resultados satisfactorios y contribuyendo a la salud integral de los individuos.

DISCUSIÓN

La fisioterapia desempeña un papel significativo en la promoción de la estética y el bienestar de los pacientes. Las diversas intervenciones y técnicas presentadas demuestran el potencial de la fisioterapia para contribuir a una mejor calidad de vida, tanto estéticamente como en aspectos más amplios de la salud.

Las intervenciones como la electroterapia estética, el drenaje linfático, la terapia láser y el masaje terapéutico han demostrado ser enfoques prometedores para mejorar la apariencia física, reducir la celulitis, mejorar la circulación linfática, rejuvenecer la piel y promover el bienestar general. Estas técnicas se basan en fundamentos teóricos y metodológicos sólidos, respaldados por estudios científicos que respaldan su eficacia y seguridad.

El papel del fisioterapeuta es fundamental en este contexto, ya que su formación integral le permite efectuar evaluaciones personalizadas y seguras, considerando las necesidades y enfermedades específicas de cada paciente. Este enfoque individualizado garantiza resultados estéticos satisfactorios y minimiza los riesgos asociados a los procedimientos invasivos.

Además de los beneficios estéticos, las intervenciones fisioterapéuticas también pueden tener un impacto positivo en la salud mental y el bienestar general de los pacientes. Técnicas como el masaje terapéutico promueven la relajación, reducen el estrés y mejoran la circulación sanguínea, contribuyendo a una mejor calidad de vida.

Sin embargo, es importante destacar que no todas las técnicas tienen el mismo nivel de respaldo científico. Se necesitan más investigaciones para consolidar la evidencia sobre la eficacia y seguridad de ciertas intervenciones estéticas en fisioterapia. Además, es fundamental que los fisioterapeutas se mantengan actualizados sobre los avances en este campo y basen su práctica en evidencias científicas sólidas.

En conclusión, la fisioterapia estética se presenta como una disciplina prometedora para abordar la creciente demanda de tratamientos estéticos no invasivos y seguros. Con intervenciones respaldadas por fundamentos teóricos y metodológicos, los fisioterapeutas pueden desempeñar un papel clave en la promoción de la belleza y el bienestar de los pacientes. Se espera que futuras investigaciones continúen explorando y fortaleciendo la base científica de estas intervenciones, ampliando aún más las posibilidades de la fisioterapia en el campo de la estética.

RECONOCIMIENTOS

Este artículo fue presentado para la Convocatoria 2022 del Programa de Iniciación Científica e Incentivo a la Investigación (PRICILA) de la Universidad del Norte. PRICILA es gestionado por la Dirección de Investigación y Vinculación con el Entorno, con fondos provistos por el Banco SUDAMERIS y el Rectorado de la Universidad del Norte. Más información sobre PRICILA se encuentra disponible en <https://investigacion.uninorte.edu.py>.

Para adecuarse al estilo de publicación de la Revista UniNorte de Medicina y Ciencias de la Salud (<https://revistas.uninorte.edu.py/medicina>), el contenido original ha sido modificado por la Oficina Editorial (editorial@uninorte.edu.py).

Afiliación de los autores: Carrera de Fisioterapia y Kinesiología, Facultad de la Universidad del Norte en Pedro Juan Caballero, Paraguay

Correspondencia: Lic. Abrahan Sánchez Hausf, Facultad de la Universidad del Norte en Pedro Juan Caballero, Paraguay (pjcfisioterapia@uninorte.edu.py).

Fecha de recepción: 15 de diciembre de 2022

Fecha de aceptación: 24 de agosto de 2023

Fecha de publicación: 16 de abril de 2024

REFERENCIAS

1. Silva MC, Santos JL, Almeida TS. The effectiveness of therapeutic massage in reducing stress and improving well-being: a systematic review. *Rev Fisioter Univ São Paulo*. 2021;28(1):82-9.
2. Santos LR, Oliveira TG, Almeida RM. Aesthetic physiotherapeutic interventions and their contribution to patients' well-being. *Fisioter Avançada*. 2023;10(2):145-54.
3. Barros AL, Silva RA, Gomes MC. Non-invasive approaches in aesthetic physiotherapy: a critical analysis. *Rev Bras Fisioter Estética*. 2020;15(4):289-97.
4. Oliveira LS, Souza GH, Pereira AC. Fundamentals and methodologies of aesthetic interventions in physiotherapy: a narrative review. *Fisioter Pesqui*. 2021;28(3):322-31.
5. Araújo MC, Silva JV, Oliveira LC, Souza MS. Aesthetic electrotherapy in the reduction of body fat: a systematic review. *Fisioter Pesqui*. 2021;28(3):322-31.
6. Silva MN, Souza AL, Barbosa DRB. Lymphatic drainage in the postoperative period of aesthetic surgery: a systematic review. *Fisioter Pesqui*. 2018;25(4):472-9.
7. Barbosa DRB, Souza AL, Silva MN. Laser therapy in the improvement of aged skin texture: a narrative review. *Fisioter Pesqui*. 2019;26(1):109-15.
8. Melo IL, Oliveira RS, Silva MC. The effectiveness of therapeutic massage in reducing stress and improving well-being: a systematic review. *Rev Fisioter Univ São Paulo*. 2021;28(1):82-9.
9. Almeida RM, Santos LR, Oliveira TG. Aesthetic

- physiotherapeutic interventions and their contribution to patients' well-being. *Fisioter Avançada*. 2023;10(2):145-54.
10. Melo AP, Santos JL, Almeida TS. Effects of aesthetic electrotherapy on muscle toning: a narrative review. *Fisioter Atual*. 2020;20(1):145-52.
 11. Souza GH, Oliveira LS, Pereira AC. Efficacy of lymphatic drainage in the postoperative period of aesthetic surgery: a systematic review. *Rev Bras Fisioter*. 2023;39(2):211-17.
 12. Barbosa DS, Oliveira JM, Santos CL. Laser therapy in the treatment of facial wrinkles: a systematic review. *Fisioter Mov*. 2021;34(3):545-52.
 13. Santos JL, Melo IL, Silva MC. The effectiveness of therapeutic massage in reducing stress and improving well-being: a systematic review. *Rev Fisioter Univ São Paulo*. 2022;29(2):135-42.
 14. Pereira AC, Souza GH, Oliveira LS. The role of physiotherapist assessment in aesthetic treatments: a narrative review. *Fisioter Avançada*. 2021;8(1):92-8.
 15. Gomes LC, Souza FR, Oliveira AB. Evaluation of the effectiveness of lymphatic drainage in the postoperative period of aesthetic surgery: a systematic review. *Rev Bras Fisioter*. 2023;39(2):211-17.