



La polvera

por **Teresa de la Cierva**

Inicio Sobre el autor Maquillaje **Tratamientos** Pelo Hombres Más categorías ▾



La máquina que realiza 20.000 abdominales (o contracciones en los glúteos) por sesión

Un nuevo procedimiento para generar músculo y quemar grasa visceral



Teresa de la Cierva

el 05 mar, 2019



Recordad este nombre, **EmSculpt**, porque se hablará muchísimo de este aparato capaz de **marcar tableta de chocolate y poner el trasero de pompa** en solo **4 sesiones de 30 minutos**, tanto en **hombres** como en **mujeres**, con una eficacia comprobada en **7 estudios clínicos!!**

¿Cómo lo hace? Utilizando una energía electromagnética focalizada de alta intensidad (HIFEM) que **provoca unas 20.000 contracciones musculares supramáximas** (significa que se realizan al mayor potencial que el músculo puede soportar) en el **abdomen** o de las **nalgas** (de momento solo tiene cabezal para esas dos zonas), con el consiguiente **crecimiento de esos músculos**.



“Durante media hora (por zona), la máquina provoca **contracciones repetitivas en el mismo músculo**, y esto fortalece la musculatura interna”, asegura el **doctor Moisés Amselem**, pionero en tenerla en España. “La onda electromagnética **penetra hasta 7 cm de profundidad** y estimula el músculo produciendo hipertrofia (aumento del diámetro de las células musculares) e hiperplasia (aumento del número de las mismas)”.

“Ante esto **se consigue un volumen y una densidad mayores del músculo**”, añade el **doctor Ricardo Ruiz**, otro de los especialistas que ha incorporado este sistema. “Y **reducir grasa en un 19 % o rebajar el contorno abdominal en 3,8 cm**, según los estudios médicos, realizados durante tres años con más de 200 pacientes”.



¿Reducir grasa? “Si, al interactuar la **contracción** con las células grasas **provoca una degradación de las moléculas grasas** complejas (triglicéridos) **en otras más pequeñas** (glicerol y ácidos grasos libres), más fácilmente **eliminables por el organismo**. Por eso, después de la sesión es recomendable beber agua para que vehiculice esa pérdida de adipocitos”, añade Amselem.

“Ese es el éxito de esta máquina, que **consigue en poquísimas sesiones remodelar tripa y glúteos** y, de paso, **eliminando algo de la grasa localizada**”, cuenta [Carmen Sarmiento](#), directora del único centro en **Sevilla** que lo tiene.



¿Y cual es la **diferencia con los famosos chalecos de estimulación eléctrica** o con las maquinas que había hasta ahora en el mercado? *“Que la contracción muscular no es a nivel superficial, sino de todo el grupo muscular, por lo que la hipertrofia del músculo es mayor”*, me explica [Maribel Yébenes](#), que también ha apostado por la máquina. *“Además este sistema **aumenta la masa muscular de forma inmediata** (consigue un volumen y densidad mayores del músculo) **pero no pretende sustituir al deporte**, sino todo lo contrario, que una vez conseguidos los resultados, se mantengan con ejercicio físico, ya que los músculos tienen memoria. Y además este sistema no tiene las ventajas de endorfinas y cardiovasculares que tiene el deporte”*, apunta **Ricardo Ruiz**.

¿A quién va dirigido? A pacientes que están **en buena forma pero con 2 o 3 kilos de más**, o que están en su peso y **no consiguen deshacerse ni con dietas ni en el gimnasio de los odiados michelines** de la cintura, ni tampoco elevar sus panderos, caídos con el paso del tiempo. *“**No funciona en personas obesas** porque la onda electromagnética penetra hasta 7 cm de profundidad, y **no se debe tener más de 3 centímetros de grasa superficial**, ya que en ese caso no se llegaría hasta el espesor del músculo”*, explica Amselem



Suena tan bien que dan ganas de desconfiar. Pero esta **aprobado por la FDA** (la agencia que regula los alimentos, los medicamentos y los cosméticos en Estados Unidos), y eso ya es una garantía de que cumple lo que dice, porque este organismo **solo aprueba los productos que cuentan con estudios que evidencian** mediante resonancia magnética, TAC, ultrasonidos y pruebas histológicas **que cumplen lo que prometen**.

¿Qué se nota durante y después de la sesión? El tratamiento se recibe **tumbado**, y la sensación es la de una contracción muscular muy intensa, **como si estuvieras metiendo fuertemente la tripa o apretando el culo**. Pero **no duele**, entre otras cosas porque el nivel de la contracción se puede adaptar a la capacidad de aguante de los pacientes. *“Un ligero resultado ya se nota justo después del primer tratamiento pero **hasta cuatro semanas después de la última sesión no son positivos**, y siguen mejorando hasta seis meses después”*, me asegura [Sarmiento](#).

Y, según los estudios antes citados, el nivel de **satisfacción** de los pacientes es del **96%** con sus resultados en **abdomen**, y el **80%** con su efecto en los **glúteos** (yo sin embargo he notado mejores resultados en las nalgas que en la tripa).

¿Por qué solo se recomiendan 4-5 sesiones? *“Porque con cuatro ya se consigue **el 80% de efectividad** y, aunque con 6 sesiones se llega al 92%, el precio es elevado y no compensa”*, indica Amselem. Y para **mantener** el efecto, lo ideal sería repetir **una sesión al año**, y por supuesto, seguir trabajando los abdominales en el gimnasio, como seguramente hacíais antes, con la diferencia que al estar ya desarrollados los músculos, os lucirán más!!!

Dónde:

-En Madrid:

–[CLINICA MOISÉS AMSELEM](#): C/ Antonio Maura 7 Bajo Dcha.

Precio: **1400€, 4 sesiones**.

–[URBAM CLINIC BY DR. MOISÉS AMSELEM](#): Félix Boix

14. Precio: **1400€, 4 sesiones**

–[INSTITUTO MARIBEL YÉBENES](#): Paseo de la Habana, 14.

Precio: **1200€, 5 sesiones** (e incluyen un **facial** de media hora mientras realizas los “ejercicios” de abdomen, y **masaje de espalda** o piernas cuando estás sometido a los de glúteos!!)

–[CLINICA DERMATOLOGICA INTERNACIONAL DOCTOR RICARDO](#)

[RUIZ](#): Marqués de Villamagna, 7. Precio: **1.400, 4 sesiones**

-En Sevilla:

[CARMEN SARMIENTO](#): Calle Marqués de Paradas, 37. Precio: **1200€, 4**

sesiones.

-En Málaga:

[INSTITUTO MARIBEL YÉBENES](#): Paseo de Reding, 39. Precio: **1200€, 5**

sesiones (e incluyen un **facial** de media hora mientras realizas los “ejercicios” de abdomen, y **masaje de espalda** cuando estás sometido a los de glúteos)