

LA DEPILACIÓN



Si os habéis fijado en los corredores, tanto de carretera como de mountain bike, podréis comprobar que todos tienen las piernas depiladas y quizás os preguntéis por qué. La depilación es una costumbre muy arraigada en el ciclismo de carretera, que se ha "exportado" al mundo del mountain bike con la aparición de carreras y equipos profesionales.

Los corredores tienen unas razones muy específicas para depilarse, pero para el común de los mortales ciclistas que se da una vuelta los fines de semana le dará igual mostrar sus pobladas piernas. Además se expondría a las risas de sus compañeros que, evidentemente no se han leído este artículo. Aquí os diremos las razones que hay para hacerlo, y los métodos más comunes para ello.

¿Y ezo pa' qué? (3 razones y media para depilarse)

Hay algunas razones que deberíais conocer antes de tomar la decisión. Si os sentís identificados con alguna de ellas, adelante, pero si os da igual, es mejor que no os compliquéis la vida y que sigáis como siempre.

Es más higiénico. El sudor y la porquería no se acumulan en las piernas, con lo que la piel podrá "respirar" mejor.

Es más seguro. En caso de caída y su consiguiente herida, la zona estará libre de pelos y se podrá desinfectar mucho mejor. Ni que decir tiene que la herida cicatrizará con menos riesgos de infección y será más fácil colocar apósitos y esparadrapos que al retirarlos no nos hagan gritar de dolor.

Es más limpio en los masajes. Esto va sobre todo por las personas que tengan un masajista, aunque pequeñas lesiones musculares como sobrecargas en los cuádriceps o los gemelos, pueden hacer que nosotros mismos nos administremos alguna crema anti-inflamatoria, que se concentrará en los pelos haciendo un amasijo poco agradable. Además, la crema penetrará mejor si estamos depilados.

Es más estético. Esta es la media razón más. Todo es cuestión de acostumbrarse y sobre todo cuestión de gustos, pero una pierna depilada es mucho más estética que una peluda (¿a que no os gusta vuestra novia o mujer con las axilas sin depilar?)

Cómo depilarse

Fundamentalmente existen dos métodos para la depilación: los que arrancan el pelo incluida la raíz y los que sólo cortan el pelo dejando la raíz dentro de la piel.

El primer grupo es el más "doloroso", aunque hace que el pelo tarde más en crecer. Se puede hacer tanto con cera como con máquinas eléctricas (estilo epilady), y lo mejor en estos casos es preguntar a las chicas cómo lo hacen, ya que ellas son las que más acostumbradas están a ello. También podemos ir a una peluquería y por unos 12 euros evitarnos complicaciones (aunque no el dolor).

El segundo incluye las cremas (poco recomendables dado el grosor del pelo del hombre) o la cuchilla de afeitarse tradicional: en la ducha, y con agua caliente nos damos crema de afeitarse en las piernas y suavemente comenzamos el rasurado, tomando precaución en las zonas próximas a las rodillas (tanto por delante como por detrás).

Cuando hayamos terminado, sea por el método que sea, es conveniente echarse un poco de after shave, que desinfectará la zona y evitará irritaciones molestas. Los problemas que mayormente surgen, tanto en la cera como en la cuchilla, es que los pelos crezcan por debajo de la piel, o se infecten. En estos casos lo mejor es armarse con un alfiler que previamente habremos desinfectado con alcohol e ir sacando los pelos a la superficie. Si la raíz del pelo está infectado lo extraeremos con unas pinzas y desinfectaremos la zona con agua oxigenada para favorecer la recuperación de la epidermis.

Si solemos montar los fines de semana, es conveniente depilarse a media semana, para que los poros se cierren y no tengamos irritaciones con el sudor. En invierno la estética y la porquería no intervienen mucho, pero nadie está exento de una caída o de un tirón.