

La pulsera 'holográfica' no mejora el equilibrio

C. PÉREZ-LANZAC - Madrid - 18/05/2010

Por si alguien aún lo dudaba: las pulseras "holográficas" o "del equilibrio" no mejoran el equilibrio. Según un estudio de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad Politécnica de Madrid con 79 voluntarios, las pulseras Power Balance no tienen efecto alguno sobre nuestro equilibrio.

"Los resultados obtenidos nos llevan a concluir que las pulseras Power Balance no presentan ningún efecto sobre el equilibrio no habiéndose observado, tampoco, efecto placebo", dice el director del estudio, Jesús Javier Rojo, médico y profesor de Salud y rendimiento humano.

El estudio empezó hace dos semanas y terminó el viernes pasado. Los voluntarios, estudiantes de la facultad con una media de 23,3 años (dos tercios hombres y un tercio mujeres), tuvieron que realizar dos pruebas de equilibrio: unas veces la hacían con pulsera y otras, sin ella.

El estudio se hizo según el procedimiento "de doble ciego": a la mitad de las pulseras se les quitó el holograma que, supuestamente, le da su poder. Las zonas del holograma fueron cubiertas de manera que ni la persona que estaba realizando la prueba ni el investigador eran consciente de qué pulsera tenía holograma y cuál no.

Diferentes análisis

Las pruebas se han desarrollado sobre una plataforma dinamométrica del Instituto Biomecánico de Valencia. La primera se llama de apoyo monopodal y consiste en sostenerse durante un minuto sobre el pie dominante, con el talón del otro pie sobre el borde superior de la rótula y analizar el desplazamiento del centro de gravedad del sujeto. La segunda se llama de Romberg forzado y consiste en mantenerse firme con un pie delante del otro y los ojos cerrados.

"Una vez terminada la toma de datos se realizó el estudio estadístico para ver si se producía efecto como consecuencia de llevar puesta una pulsera con holograma o si el efecto, de existir, era placebo. Los resultados indican que la pulsera no tiene ningún efecto", concluye Rojo.

Las pulseras Power Balance empezaron a comercializarse en España hace un año y han hecho furor: han vendido entre 300.000 y 350.000 ejemplares. Cuestan una media de 35 euros. Al hilo de su éxito han salido a la venta infinidad de imitaciones. Sus comerciantes dicen que "pueden mejorar" nuestro "equilibrio, fuerza y flexibilidad".