

Cómo cuidar tu tattoo

Aquí tienes una guía de cinco pasos sencillos pero detallados para garantizar una correcta cicatrización de un tatuaje recién hecho:

1. Mantener la protección inicial

Una vez finalizado el tatuaje, la zona debe quedar cubierta con un film transparente o un apósito dérmico específico. Este vendaje actúa como una barrera crucial contra las bacterias del entorno mientras la piel está más vulnerable. El tiempo que debe mantenerse varía según el material utilizado; el film tradicional suele retirarse entre las 2 y 24 horas siguientes, mientras que los apósitos de poliuretano pueden dejarse varios días.

2. Lavar con agua tibia y jabón neutro

Antes de tocar el tatuaje, es imprescindible lavarse bien las manos. Retira el apósito con cuidado y lava la zona tatuada usando agua tibia y jabón neutro (sin perfumes, colorantes ni alcohol). Utiliza únicamente las yemas de los dedos realizando movimientos circulares muy suaves para retirar los restos de sangre, plasma y exceso de tinta. Bajo ninguna circunstancia se deben usar esponjas o paños ásperos, ya que pueden dañar la herida y albergar bacterias.

3. Secar a toquecitos y aplicar una capa fina de crema

Para secar el tatuaje, lo más higiénico es utilizar papel de cocina absorbente. Aplícalo dando suaves toques sobre la piel, sin arrastrar ni frotar, o simplemente deja que se seque al aire libre durante unos minutos. Una vez que la piel esté completamente seca, aplica una capa muy fina de crema cicatrizante específica para tatuajes (o la recomendada por el fabricante). La clave es que la piel quede hidratada pero sin exceso de producto, ya que los poros necesitan respirar para cicatrizar correctamente.

4. Mantener la rutina y evitar inmersiones prolongadas

El proceso de lavado e hidratación debe repetirse de 2 a 3 veces al día durante las primeras dos a tres semanas. Durante todo este periodo de curación, está terminantemente prohibido sumergir el tatuaje en agua. Esto significa que se deben evitar piscinas, jacuzzis, el mar, bañeras y saunas. Las duchas diarias están permitidas y son necesarias, pero deben ser breves para que el tatuaje no se reblandezca.

5. Proteger del sol y no rascar ni arrancar las pieles

A los pocos días, es normal que el tatuaje comience a pelarse, forme pequeñas costras y provoque bastante picor. Es fundamental no rascarse ni arrancar las costras, ya que esto puede extraer la tinta y dejar cicatrices o parches blancos en el diseño. Para aliviar el picor, se pueden dar ligeras palmadas en la zona o lavar e hidratar nuevamente. Además, el tatuaje debe mantenerse completamente alejado de la exposición solar directa durante la cicatrización; una vez curado, usar protector solar de factor alto es vital para mantener los colores vivos con el paso de los años.

Cómo cuidar tu Piercing

Aquí tienes una guía de cinco pasos sencillos pero detallados para garantizar una correcta cicatrización de un piercing recién hecho:

1. Higiene estricta antes de cualquier contacto

La regla de oro para cualquier perforación es no tocarla nunca con las manos sucias. Antes de realizar cualquier limpieza, cura o simplemente apartar el pelo, es obligatorio lavarse las manos a conciencia con agua tibia y jabón. Las manos transportan multitud de bacterias que pueden infectar fácilmente la herida fresca, por lo que este paso previo es absolutamente innegociable.

2. Limpieza exclusiva con suero fisiológico

La limpieza debe realizarse entre dos y tres veces al día utilizando únicamente suero fisiológico (solución salina estéril). Se puede aplicar directamente en forma de spray o empapando una gasa estéril para ablandar posibles costras. Están completamente contraindicados el alcohol, el agua oxigenada, el yodo o las pomadas cicatrizantes, ya que son productos demasiado agresivos que queman el tejido nuevo, retrasan la cicatrización y pueden irritar severamente la perforación.

3. Secado minucioso y sin residuos

Dejar la zona húmeda favorece la proliferación de bacterias y la aparición de granulomas (pequeños bultos de tejido). Después de cada limpieza con suero, o tras salir de la ducha diaria, es vital secar muy bien el piercing. Para ello, utiliza una gasa estéril o un bastoncillo de algodón compacto, secando a base de suaves toques. Nunca utilices toallas de tela de baño o discos desmaquillantes, ya que acumulan bacterias y pueden soltar fibras que se enreden en la joya.

4. No girar, mover ni jugar con la joya

Existe un mito muy extendido que dice que hay que mover el pendiente para que no se pegue a la piel. No se debe girar ni mover la joya bajo ningún concepto. Al hacerlo, se desgarran los tejidos internos que el cuerpo está formando para crear el conducto cicatrizado (fístula), lo que reinicia el proceso de curación, prolonga la inflamación y aumenta el riesgo de infección.

5. Evitar presiones, inmersiones y cosméticos

Durante los primeros meses de cicatrización, es fundamental no dormir sobre el piercing para evitar presiones continuas que puedan desviar el ángulo de la perforación o causar inflamación crónica. Al igual que ocurre con los tatuajes, está prohibido sumergir la perforación en piscinas, mar, bañeras o jacuzzis. Además, se debe mantener un perímetro de seguridad para que no caigan sobre la zona productos químicos como maquillaje, tintes de pelo, lacas, cremas corporales o perfumes.