

18.6. Piercings y tatuajes (body art)

Piercing es una palabra inglesa que significa «realizar una perforación» en el cuerpo en la que se pone algún tipo de aro u otro objeto. Los **tatuajes** se realizan inyectando un pigmento bajo la piel para hacer un dibujo o escribir un texto en ella.

¿Qué puedes hacer?

- Escoge un profesional cualificado.
- Busca un local especializado y autorizado. Comprueba que cumple las normas básicas de **higiene y esterilidad**.
- Si no es así, pueden transmitir enfermedades como la hepatitis.
- Huye de las gangas y ofertas y exige que abran los envases de los materiales en tu presencia.
- Conviene ir limpio y tranquilo. Es interesante haber presenciado antes cómo se hace un tatuaje o *piercing* en otra persona.

TATUAJES

- **Un tatuaje es para toda la vida.** Ninguna técnica (láser, sal, abrasión) deja la piel como estaba antes. Por si no lo tienes claro, prueba antes con tatuajes temporales (*henna*).
- Cuida tu tatuaje:
 - Sigue las recomendaciones de tu tatuador.
 - Recuerda que tu tatuaje es una herida abierta y hay que cuidarla como tal.
 - Durante 1-2 semanas después de haberlo hecho aplica una pomada antibiótica cada día con las manos bien limpias.
 - Lávalo con jabón de pH neutro sin frotar.
 - Después basta con aplicar una crema hidratante.
 - No tomes el sol directamente.
 - Después basta con aplicar una crema hidratante.
 - Se suele formar una pequeña costra sobre el tatuaje, mejor no quitarla porque el dibujo pierde nitidez.
 - Puedes ducharte, pero evita bañarte durante 2 o 3 semanas hasta que este cicatrizado.

PIERCINGS

- No permitas que utilicen pistola perforadora, su esterilización no es buena.
- Evita ponerte *piercings* en zonas como la boca, los genitales y el pabellón de las orejas (donde haya cartílago),



porque hay más posibilidades de complicaciones, como roturas de dientes, pérdida de sensibilidad o infecciones.

- Tampoco te hagas un *piercing* en el pezón si estás embarazada. Los *piercings* de acero quirúrgico llevan níquel.
- El *piercing* se cierra rápidamente si te quitas el aro antes de que cicatrice.
- Cuida tu *piercing*:
 - Tarda, dependiendo de la zona, entre 6 y 12 semanas en cicatrizar.
 - Remueve suavemente el *piercing* cada día y elimina todas las costras que encuentres con un bastoncillo empapado en agua jabonosa. Enjuágalo bien moviendo el aro debajo del chorro de agua tibia.
 - Mejor ducharse que bañarse.
- En relación con los **piercings orales** (lengua, labios, etc.) debes saber que:
 - Es normal que se hinche la lengua y duela más los primeros días.
 - Es útil chupar hielo picado.
 - El primer mes hay que hacer gárgaras para limpiarlos después de comer, con un enjuague bucal sin alcohol o con agua hervida con sal.
 - Evita el alcohol, el picante, el tabaco, el chicle y el intercambio de saliva (besos y sexo oral) mientras se cura.
 - El aro de plástico va mejor que el de metal para no engancharse la lengua entre los dientes. Si por casualidad te lo tragas, acude al médico, pero no es grave.
- Si te has hecho un **piercing en los genitales**, usa preservativo y evita el sexo oral hasta que se cure.

¿Cuándo consultar a tu médico/a de familia?

- Si se hincha la piel, se enrojece o sale pus.
- Si tienes enfermedades previas de la piel.
- Ante cualquier duda.

¿Dónde obtener más información?

- <https://medlineplus.gov/spanish/piercingandtattoos.html>
- <https://www.hacerfamilia.com/adolescentes/noticia-hijo-quiere-hacerse-piercing-hago-20150324093653.html>
- <https://www.cosasdeeducacion.es/tatuajes-y-piercings-como-hablar-con-adolescentes/>