

Guía Del Paciente: Cuidados Antes Y Después De Un Tratamiento De Luz Pulsada Intensiva (IPL)

En **Kuzmar Clinic**, creemos que cada sesión de IPL es una oportunidad para unificar el tono de tu piel, eliminando manchas y rojeces mientras potenciamos su luminosidad y vitalidad. Este tratamiento, basado en la emisión de pulsos de luz controlados, requiere una preparación adecuada y unos cuidados posteriores que aseguren resultados óptimos y una experiencia segura.

Cuidados Pre-Tratamiento: Preparando Tu Piel Para La Luz

El IPL actúa sobre la melanina y la hemoglobina para corregir irregularidades cromáticas. Prepararte adecuadamente ayuda a reducir la irritación y minimizar riesgos.

- **Evita la exposición solar.** Durante las 4 semanas previas, evita el bronceado por sol o cabinas, ya que la piel con color reciente aumenta el riesgo de quemaduras.
- **Evita irritantes cutáneos.** Durante los 3–5 días previos, evita el uso de retinoides, ácidos exfoliantes (AHA/BHA) y cualquier cosmético irritante que pueda sensibilizar tu piel.
- **Suspende anticoagulantes y alcohol.** Evita aspirina, ibuprofeno y suplementos como vitamina E al menos 5–7 días antes. No consumas alcohol 24–48 horas antes para disminuir riesgos vasculares.
- **No realizar otros tratamientos agresivos.** Evita láseres, peelings químicos o depilación en la zona durante los 7 días previos.
- **Acude sin maquillaje.** Presenta la piel limpia y libre de productos cosméticos para permitir que la luz penetre de forma uniforme.
- Informa tu historial clínico Es fundamental comunicar si:
 - Tienes a desarrollar herpes.
 - Tienes alguna enfermedad dermatológica activa.
 - Estás embarazada o en lactancia.
 - **Tomas medicación fotosensibilizante.**

Cuidados Post-Tratamiento: Acompañando La Regeneración

Tras el IPL, es normal que las manchas se oscurezcan temporalmente antes de desaparecer. Durante las primeras horas la piel estará sensible y enrojecida. Estas recomendaciones están diseñadas para protegerla.

- **Evita tocar o frotar la piel.** Durante las primeras 12 horas, evita tocar o aplicar presión sobre la zona tratada.
- **Higiene suave.** Espera entre 8–12 horas para lavar la zona con un limpiador suave, agua tibia y sin frotar.

- **No maquillar la zona durante 24 horas.** Prioriza fórmulas no comedogénicas tras este periodo.
- **Evita calor y sudoración excesiva.** Durante las primeras 48 horas, evita ejercicio intenso, saunas y duchas muy calientes, ya que la elevación de temperatura aumenta la inflamación.
- **No usar productos irritantes durante 5 días.** Evita retinoides, ácidos (AHA/BHA, Vitamina C) y exfoliantes. Utiliza solo productos calmantes recomendados, como ácido hialurónico o centella asiática.
- **Hidrata intensamente.** Usa hidratantes reparadoras varias veces al día, especialmente los primeros 3 días.
- **Protector solar obligatorio SPF50.** Protégela diariamente para evitar nuevas manchas. La fotoprotección es crítica durante los primeros 7-10 días.
- **Evita piscinas y playas.** Durante 72 horas, evita agua de mar o piscinas para disminuir el riesgo de irritación.

Paciencia con los resultados

La mejora en el tono y la textura aparece de forma progresiva:

- **Oscurecimiento inicial de manchas:** 1–3 días.
- **Aclarado y luminosidad:** 7–14 días.
- **Mejoría notable en la textura:** 3–4 semanas.

Tu piel está cambiando: acompáñala con calma y mimo

En **Kuzmar Clinic** estamos comprometidos con que cada tratamiento sea una experiencia transformadora. Sigue estas recomendaciones para garantizar una recuperación suave y potenciar los efectos del IPL.

Referencias

1. Goldberg DJ. Current trends in intense pulsed light. *J Clin Aesthet Dermatol.* 2012;5(6):45-53.
2. Babilas P, Schreml S, Szeimies RM, Landthaler M. Intense pulsed light (IPL): a review. *Lasers Surg Med.* 2010;42(2):93-104. doi:10.1002/lsm.20877
3. Wat H, Wu DC, Rao J, Goldman MP. Application of intense pulsed light in the treatment of dermatologic diseases: a systematic review. *Dermatol Surg.* 2014;40(4):359-377. doi:10.1111/dsu.12424