

Guía del Paciente: Cuidados antes y después de un tratamiento con Ácido Hialurónico

En **Kuzmar Clinic**, creemos que el verdadero lujo es la confianza que sientes en tu propia piel. Nuestros tratamientos con ácido hialurónico son una inversión en tu bienestar y una experiencia de autocuidado diseñada para realzar tu belleza de manera auténtica. Para garantizar los mejores resultados y una transformación emocional completa, hemos preparado esta guía de recomendaciones esenciales basadas en la evidencia científica.

Cuidados Pre-Tratamiento: Preparando la Confianza

El cuidado comienza antes del tratamiento. Preparar la piel y el cuerpo adecuadamente no solo optimiza los resultados, sino que también minimiza los efectos secundarios y convierte la sesión en una experiencia más placentera y segura¹.

- **Evita medicamentos anticoagulantes:** Te recomendamos evitar medicamentos como la aspirina e ibuprofeno, así como suplementos como la vitamina E y el aceite de pescado, aproximadamente una semana antes de tu cita^{1,2}. Si tomas algún medicamento, consúltalo con tu médico.
- **Limita el consumo de alcohol:** Evita el alcohol 24 horas antes del tratamiento para reducir el riesgo de moretones e hinchazón¹.
- **Acude con la piel limpia:** El día de la sesión, el paciente debe ir con la piel limpia y sin maquillaje para reducir el riesgo de infección en la zona de punción.
- **Comunica el historial médico:** Es crucial que nos informes sobre cualquier condición médica, como herpes labial o alergias, para que podamos tomar las medidas preventivas necesarias.
- **Minimiza la exposición solar:** Se aconseja evitar la exposición solar intensa o las quemaduras solares días antes del tratamiento, ya que una piel dañada puede ser más sensible.

Cuidados Post-Tratamiento: Cultivando la Transformación

El verdadero lujo se encuentra en el proceso de recuperación y en el autocuidado posterior, que refuerza la transformación emocional y garantiza la durabilidad de los resultados. La paciencia y el cuidado suave son clave para una recuperación óptima³.

- **Evita masajear o frotar:** Durante las primeras 24 horas, es fundamental no masajear, frotar ni presionar la zona tratada para evitar que el producto se desplace^{1,4}.
- **Evita el ejercicio vigoroso:** No realices ejercicio físico intenso ni ninguna actividad que aumente significativamente la presión arterial y el ritmo cardíaco durante las primeras 24 horas^{1,4}.
- **Aplicar frío:** Usar compresas frías o hielo envuelto en una toalla puede ayudar a reducir la hinchazón, el dolor y el malestar en los primeros días^{1,3}.

- **Proteger del calor extremo:** Se debe evitar la exposición al sol, saunas, baños de vapor y jacuzzis durante 24 a 72 horas, ya que el calor puede aumentar la inflamación^{1,3}.
- **Evitar maquillaje:** Se recomienda evitar el maquillaje el día del procedimiento y esperar al menos 24 horas para reducir el riesgo de infección¹.
- **Dormir con la cabeza elevada:** Si experimentas hinchazón, dormir boca arriba con la cabeza ligeramente elevada la primera noche puede ayudar a minimizar la acumulación de líquidos¹.
- **Retoque a las 2 semanas:** A las dos semanas, cuando el efecto completo del tratamiento es visible, es posible que se necesite una valoración para realizar ajustes de precisión. Esta es una parte normal y crucial de nuestro proceso para asegurar un resultado perfectamente simétrico y natural.

En **Kuzmar Clinic**, estamos comprometidos con tu bienestar y la autenticidad de tu belleza. Sigue estas recomendaciones para disfrutar plenamente de la confianza que tu tratamiento ha de ofrecer.

Referencias

1. Pfenninger JL. Dermal Fillers. In: **Dermal fillers pre & post care patient instructions**. Gallaher Plastic Surgery. Accessed August 8, 2025.
2. Alam M, Gladstone H. **Facial aesthetic injections in clinical practice: Pretreatment and posttreatment consensus recommendations to minimise adverse outcomes**. *J Cosmet Dermatol*. 2020;19(12):3159-3171.
3. Kumar S, Chhabra V. **Dermal Fillers: Tips to Achieve Successful Outcomes**. *Indian J Dermatol*. 2009;54(4):307-310.
4. American College of Rheumatology. Hyaluronic Acid. <https://rheumatology.org/patients/hyaluronic-acid>. Accessed August 8, 2025.